

Área: Educación Física

Hola familias, acá les dejo algunas propuestas para realizar en casa, cuando quieran y puedan, y así divertirse un poquito. Espero que anden todos más que bien, ya todo volverá a la normalidad y nos volveremos a ver.

Actividad 1

Juego con compañía:

Un integrante de la familia deberá recostarse en el suelo (con brazos y piernas extendidas) y el o los demás, pondrán a su alrededor objetos que tengan en casa para marcar el contorno de su cuerpo (sogas, bufandas, medias, prendas de vestir, lo que quieran y tengan). Una vez hayan completado el contorno del cuerpo completo, la persona recostada podrá levantarse, dejando en el suelo su figura 'dibujada'.

Lo que resta para completar la actividad, es agregar otros elementos que representen el cuerpo (la cara y sus partes, los dedos, los brazos, la cintura, lo que crean necesario para representar a la persona que se recostó).



Actividad 2

Juego de tracción:

Materiales: un almohadón/alfombra chiquita/toalla y una soga o algo que pueda reemplazarla (como prendas de vestir atadas unas a otras).

El juego se puede realizar de dos maneras diferentes.

1. El niño/a se sentara en el almohadón o el elemento que hayan elegido, y tomará de un extremo la soga. Del otro extremo de la misma, otra persona ira tirando de la soga para "traer" al niño/a. ¡A sujetarla bien fuerte!
2. De la misma manera que la anterior, solo que esta vez, deberá acercarse el niño/a tirando de la soga.



Actividad 3

Juego "limpiamos la casa"

Delimitamos dos canchas o dos espacios separados por una línea. Una para cada jugador.

En cada cancha ubicamos 3 pares de medias/peluches/tapitas/ corchos/ bollitos de papel, o el elemento que deseen (los cuales representaran las "basuritas").

Cuando comienza el juego, ambos lanzarán hacia la cancha contraria las basuritas, y durante lo que dure el juego, tomarán las basuras que vengan del lado contrario para devolverlas. Una vez que termine el juego, el participante que tenga menos basuritas de su lado, gana el juego. ¡Hay que ser súper rápidos y rápidas!, ¿se animan?

Recordar: Luego de cada actividad felicitar o alentar al niño/a por su buen desempeño, ya que para ellos es muy importante sentir el apoyo y acompañamiento de sus familiares.

Agradezco su buena predisposición. Les dejo un saludo, espero les gusten las actividades!!

Profe Tomas