

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.

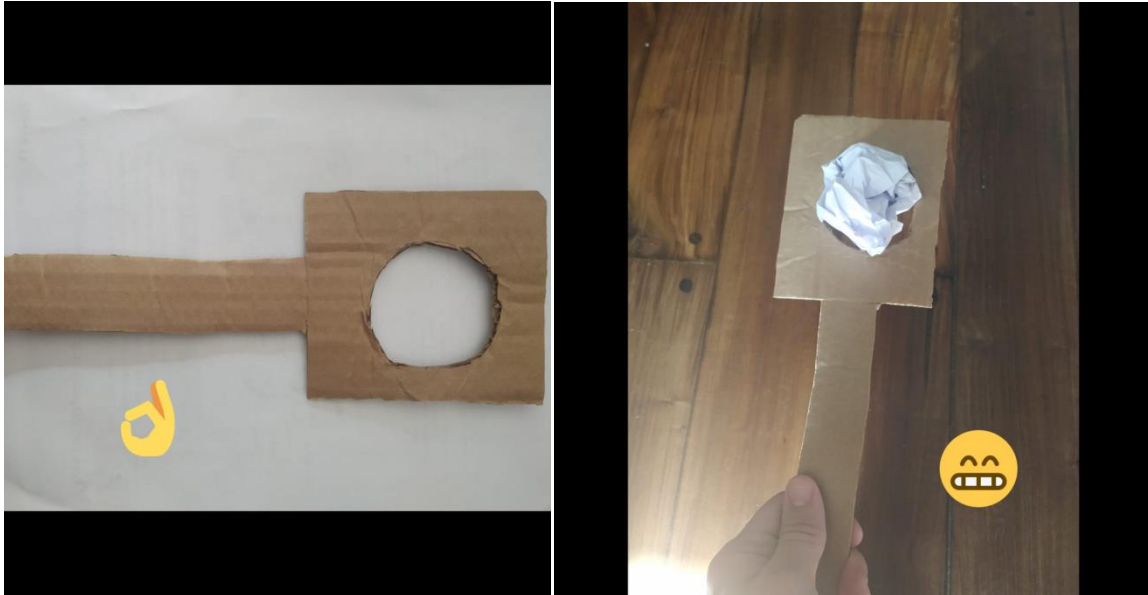
Actividad 1

Material: cartón y medias/pelotas/bollitos de papel.

Construcción: armamos un cuadrado de unos 15 cm x 15 cm. de cartón, y le cortamos un círculo en el medio, de manera de que podamos apoyar en el nuestros bollitos o nuestras pelotas, sin que pasen de largo. A ese cuadrado, le dejamos una tira de cartón para poder manipularlo. La idea es que quede un algo similar a una cuchara (les dejo unas imágenes del mío).

Actividad: llevar nuestros bollitos o pelotas utilizando nuestra construcción. Les dejo algunas actividades para poder jugar, ¿se animan a hacerlas?

- a. Hacer equilibrio llevando una pelota por toda la casa, variando las velocidades.
- b. Poner muchas pelotas o elementos para transportar detrás de una línea, y tener que llevarlos hasta otro objetivo (un recipiente, hasta una silla, etc.) en un determinado tiempo.
- c. Transportar nuestros elementos de diferentes maneras: agachados, caminando sobre alguna línea del suelo, caminando hacia atrás, ¿de qué otra manera se imaginan?
- d. Intentar lanzarlo hacia arriba, y atraparlo nuevamente.



Actividad 2

Juego de puntería:

Materiales: cartón y algún bastón o tubo.

Construcción: con ayuda de algún adulto recortar círculos de cartón (tantos como quieran) que a su vez tengan un agujero en el centro (como en la imagen). Utilizar otro cartón como base para el objetivo, circular o cuadrado, donde ubicaremos de modo vertical, nuestro tubo o bastón.

Si pueden y tienen ganas, pueden pintar sus aros de cartón con tempera, acuarela, fibras, lápices, con lo que quieran. Incluso, pueden hacer aros de diferentes tamaños, y darles diferentes puntajes según su tamaño. Cuanto más chicos sean, más difíciles serán y por lo tanto más valor tendrán.

Juego: Realizar lanzamientos de nuestros "aros" de cartón, con el objetivo de embocarlos en el tubo o el elemento que hayan elegido. ¿Desde qué tan lejos pueden lanzarlo?

Desafío: solo para valientes. Realizar tres marcas en el suelo, con diferentes distancias respecto al objetivo. Embocar un aro desde la distancia más cercana valdrá 100 puntos, desde la distancia media 500 puntos, y desde la distancia más lejana 1000 puntos. ¿Cuántos puntos pueden sumar? ¡Suerte, ustedes pueden!



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