

Área: Educación Física

Familias de Osofete, primero agradecerles como siempre por el apoyo y el compromiso para continuar con las clases, sea de la manera que sea. Sin su participación, sería muy difícil, y no solo los sentimos presentes, sino también bien predispuestos para jugar, divertirse y aprender juntos.

Les dejo una propuesta para esta semana, espero les guste y les vuelvo a agradecer y felicitar por como se hacen parte de este proyecto.

Actividad 1

Saltando con mis muñecos

A. ¡Saltamos en largo! Coloca un peluche de manera horizontal e intenta saltarlo. Luego coloca otro al lado y saltalo nuevamente. Así, vamos agregando de a un muñeco por vez e intentamos superar la nueva distancia. Podes hacer unos pasos de carrera previos, si tenés lugar. Cuando pisas más de 3 veces un muñeco, o al costado del mismo, quiere decir que alcanzaste tu distancia máxima!

B. ¡Saltamos en alto! Ahora vamos a saltar los muñecos pero apilándolos unos sobre otros, siempre agregando de a uno por vez e intentando superar la nueva altura. También puedes hacer unos pasos de carrera previos. varias veces hasta que lo logres! Cuando derribas la torre de muñecos más de 3 veces quiere decir que alcanzaste tu altura máxima!

Actividad 2

Los 4 colores

Realizaremos este juego, aprovechando que lo pudieron jugar durante la semana de los Juegos Motores, incorporando algunas variantes para complejizarlo un poco.

Necesitas: 4 papeles de distintos colores (Cualquier tamaño y forma) Se marcan 4 puntas con los papeles de colores formando un cuadrado o rectángulo (según el espacio que tenga, lo más separado que se pueda).

Un jugador se coloca en el centro del cuadrado o rectángulo y otro jugador dirige el juego indicándole hacia qué color tiene que correr. Por ej: Azul, entonces desde el centro corro a pararme arriba del papel azul. Amarillo, ahora desde donde estoy corro hacia el amarillo y así con todos los colores que me nombren.

Variante: Disponer los papeles de colores en distintos lugares de la casa, mostrándoles a los niños/as donde están. Al lado de cada papel, dejar dos o tres juguetes o elementos pequeños. Elegimos un lugar de partida, y cuando se le dice un color, debe ir hacia donde está el papel correspondiente a ese color y traer uno de los elementos elegidos.

Podemos poner una canción, y jugar mientras dure. Una vez que termine, contamos cuantos elementos pudimos ir a buscar.

Actividad 3

Jugamos con un globo:

A. Primero los dejamos jugar libremente.

B. Luego comenzamos con las distintas variantes:

- Mantener el globo en el aire.

- Mantener el globo en el aire usando solo una parte de nuestro cuerpo (solo manos, solo pies, solo brazos, etc.)
- Llevar a pasear el globo por la casa, primero con las manos, y luego pateándolo con los pies.
- Ídem Anterior, pero intentar que en el camino, no toque el suelo.
- Tirar el globo hacia arriba, cerrar los ojos 2 segundos y al abrirlos nuevamente, intentar que no toque el suelo.
- Lanzar el globo hacia arriba, y antes de que toque el suelo, tenemos que sentarnos y pararnos.
- ¿Qué otro desafío se les ocurre con el globo? ¿Se animan a inventar uno?

Podemos usar como medida de tiempo alguna canción, jugar mientras dure la canción y cuando termine vemos como nos fue.

¡Suerte, y a divertirse !

Recordar: Luego de cada actividad hay que 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