



JARDIN "Saltimbanquis" I.PP.76

Obra de Don Bosco – Corrientes ARGENTINA
Institución Salesiana "Artémides Zatti"

Corrientes 25 de marzo de 2020

EDUCACION FISICA #YOMEQUEDOENCASA

SALA 4

Actividades de locomoción: Se pretende que pueda ir explorando distintas formas de desplazamiento de manera guiada.

Se busca que reconozca un espacio de trabajo, la atención y el responder a consignas. (Momento en que debo moverme, momento en que debo quedar quieto)

Desarrollo:

Disponemos un espacio sin obstáculos; si podemos acercarnos a los 10 o 15 metros de distancia o lo que sea posible. Si se realiza en un ambiente/habitación cerrada armar un pasillo despejado para poder movernos con el menor riesgo posible y si la distancia es corta podemos realizar 2 veces el mismo ítem detallado a continuación.

Marcar un punto de salida y otro de llegada: (lo podemos marcar con latas, cajas cualquier objeto que sea visible para su identificación)

- ❖ Ir caminando y volver corriendo.
- ❖ Ir corriendo hacia adelante, volvemos caminando hacia atrás.
- ❖ Ir caminando en puntas de pie, volver corriendo.
- ❖ Ir caminando con los talones, volver corriendo.
- ❖ Ir y volver corriendo hacia adelante.
- ❖ Pausa: Hacemos 3 respiraciones profundas.

Juego: Habrá un encargado para enunciar la voz de "alto". En el caso de no poder participar (correr con el niño/a), determinar un objeto/espacio al que pueda ir, ej: la silla/ el plantero.

- ❖ Estos deberán correr por el espacio, el encargado da la voz de alto y el niño/a rápidamente deberá buscarlo y ubicarse junto a él u objeto seleccionado.

*Si se juega en ambiente cerrado se recomienda que el niño/a se desplace por el espacio liberado y de ahí salga para cumplir la consigna que se le indique. Otras variantes para evitar correr en espacios muy reducidos, puede ser caminar, bailar, saltar en el lugar.

- ❖ **JUEGO DE ESTATUAS**, correr por el espacio hasta que el encargado dice "estatua", en ese momento nos quedamos muy quietos, sin moverse hasta que el encargado nos autorice a correr de nuevo.



JARDIN “Saltimbanquis” I.PP.76

Obra de Don Bosco – Corrientes ARGENTINA
Institución Salesiana “Artémides Zatti”

Variantes: hacerlo con música, cuando suena nos movemos/correr en el espacio determinado de juego, cuando se apaga nos quedamos quietos.

ACTIVIDAD DE CIERRE:

- ❖ Acostarse boca arriba por un instante. Levantamos un ratito ambas piernas extendidas hacia el techo. Levantamos los brazos y con las manos intentamos tomarnos las puntas de los pies tratando de mantenernos en esa posición al menos durante 3 inspiraciones profundas. Luego suelto los pies y me quedo en el suelo un breve momento más.

Espero que hayan podido compartir estas pequeñas actividades en familia.

Saludos cordiales. Profe Gloria.



JARDIN "Saltimbanquis" I.PP.76

Obra de Don Bosco – Corrientes ARGENTINA
Institución Salesiana "Artémides Zatti"