



Inst. Social Militar Dr. Dámaso Centeno

Nivel Inicial

***Propuestas de Educación
Física para realizar en casa***

“GLOBOLANDIA”

Edad: 3, 4, 5 años

Participantes: 1 o más integrantes de la familia.

Materiales: globo

Desarrollo: Cada jugador podrá experimentar diferentes movimientos con el globo:

-Trasladar el globo con distintas partes del cuerpo, sobre espalda, panza, mano, cabeza, rodilla, pie, oreja, etc.

-Agarrar el globo con las dos manos y lanzarlo hacia arriba.

-Evitar que toque el piso, golpeando el globo con cualquier parte del cuerpo para lograrlo.

-Soplar el globo y trasladarlo por el espacio.

****¡Si se animan pueden agregar más globos, y seguir explorando movimientos!***



"ARO, ARO, ARO":

Edad: 3, 4, 5 años

Materiales: bufanda, corbata, pantalón.

Participantes: 1 o más integrantes de la familia.

Desarrollo: Con el material elegido, deberán dibujar círculos en el piso, para transformarlos en aros.

Con nuestros aros construidos, estamos listos para Jugar. Intentarán:

- Caminar siguiendo la forma de los aros, hacia adelante y hacia atrás.
- Caminar sobre ellos de costado.
- Entrar y salir del aro.
- Saltar adentro del aros, con los dos pies juntos y si se animan con un pie y el otro.
- Colocar diferentes partes del cuerpo, dentro de uno de los aros. Por ejemplo: mano, pie, oreja, nariz, rodilla, codo.
- Sentarse adentro de un aro.
- Recorrer los aros por afuera sin tocarlos.
- Saltar alrededor del aros.



“¿CUÁL FALTA?”

Edad: 3, 4, 5 años

Materiales: objetos que tengan en casa, que puedan usarse para jugar. Por ejemplo: cuchara, peine, lápiz, linterna, peluches, etc.

Participantes: 2 o más integrantes.

Desarrollo: Un integrante del juego será el guía, quién pondrá o sacará uno de los objetos. El otro jugador se alejará del lugar para no observar qué objeto es el que saca el guía.

La persona que se alejó, deberá volver y adivinar cuál es el objeto que falta.

En esta actividad pueden intercambiar los roles, quién es guía pasará a adivinar, y así sucesivamente.

Además se pueden agregar más objetos para aumentar el grado de dificultad.

***NO OLVIDAR:** cuando el juego termine, tendrán que devolver cada elemento a su lugar.





ATENCIÓN:

En todos los juegos se requiere la presencia y supervisión de un adulto.

¡LOS EXTRAÑAMOS!

**¡MUCHAS GRACIAS, ESPERAMOS QUE
PUEDAN REALIZAR LOS JUEGOS!**