

APRENDO JUGANDO NIVEL KINDER

Actividad: Globos Locos.

Materiales: Globos, o pelota de papel hecha en casa.

Instrucciones: tomar el globo o la pelota y seguir las siguientes instrucciones sin que se caiga al suelo:

- Golpear el globo hacia arriba dos veces
- Golpear el globo con la mano derecha tres veces
- Saltar y golpear el globo
- Desplazarse hacia adelante golpeando el globo hacia arriba
- Desplazarse hacia el lado golpeando el globo hacia adelante
- Desplazarse de un lugar a otro con el globo entre las piernas
- Desplazarse de un lugar a otro golpeando el globo con la cabeza

Puedes realizar también los ejercicios que aparecen en el siguiente video:

- <https://www.youtube.com/watch?v=0PclV1MEogA>



Al finalizar, realice ejercicios de respiración 5 veces: Inhalar por nariz, contener el aire 3-4 segundos en pulmones, y exhalar por boca lentamente.

Comente en familia ¿Qué fue lo más le gusto del juego? ¿Qué partes de nuestro cuerpo hemos ejercitado? (dibújate realizando actividad, en esta misma hoja o cuaderno).