

DESPLAZAMIENTO:

Actividades individuales, en pareja y en pequeños grupos

- ¿Vamos a correr por todo el lugar, despacio y sin chocar?
- ¿Pueden hacerlo lejos de mí? ¿Y ahora, cerca?
- ¿Quién corre en un espacio pequeño sin molestar a los compañeros?
- ¿Podrían correr ocupando la mitad del lugar y dejando la otra vacía?
- ¿Cambiamos ahora la mitad?
- En una mitad del lugar, caminamos; en la otra corremos.
- En una mitad, corremos con pasos largos y en la otra, con pasos cortos.
- Vamos a caminar por encima de las líneas pintadas en el suelo.
- El que desee, puede bajar de las líneas y correr por donde no las haya. Cuando se cansa, vuelve a caminar por sobre las líneas.
- ¿Alguien puede correr dibujando curvas?
- Cuando encuentren una línea recta, deben detenerse y caminar un poco sobre ella. Luego, vuelven a correr en curvas
- Busquen un compañerito.
- ¿Pueden correr uno al lado del otro, cerca, pero sin tocarse?
- ¡Cambien!
- Ahora, uno corre adelante; el otro, detrás, siguiéndolo por todas partes.
- El de atrás debe colocar sus manos en los hombros del compañero. ¿pueden correr y el de atrás “conduce” al de adelante, moviendo sus hombros de un lado al otro?
- Corran tomados de la mano. A una señal, cambien rápido de mano y digan corriendo.
- Uno de los dos se sienta; el otro corre por cualquier parte y a la señal debe volver rápido con su compañero. Cuando llega, sale el que estaba sentado.
- Ahora salen los dos a correr. ¿Pueden volver a encontrarse en el lugar de donde salieron?
- Hagamos un pequeño juego; uno de los dos se sienta y tapa sus ojos, el compañero sale a correr. Cuando escuchan “¡YA!” el que corría se queda inmóvil y el otro se levanta, lo busca con la mirada y corre veloz a encontrarse con su compañero. ¿Quién llega rápido y sin chocar?

Galope:

- ¿Quién puede desplazarse galopando de frente, de un extremo al otro del patio?
- Y si seguimos el ritmo que marca el pandero: ta... ta... tam... ta... ta... tam...
- ¿Podrán hacerlo con el pie derecho siempre adelante y luego cambiar, colocando el izquierdo siempre adelante?
- Galopen por todas partes, marcando el ritmo con el galope de manos en las caderas.
- Con el mismo ritmo, ¿podrás galopar de costado? Háganlo por el lado más fácil.
- Prueben hacerlos ahora para el otro lado. Acuérdense que nunca se cruzan las piernas.
- ¿Quién lo hace flexionando bien las piernas y sin hacer ruido?
- ¿Pueden hacerlo para un lado y cuando les diga: “¡Cambio!” darse vuelta y seguir en la misma dirección?