

ACTIVIDADES CON ACENTO EN LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS:

REACCIÓN - EQUILIBRIO

- Cada niño se colocará una cola de zorro atrás enganchada en el pantalón.
- Todos corren libremente tratando de quitar la mayor cantidad de colas de sus compañeros sin que le quiten la suya.
- Ahora se juntan en parejas y tratan de sacarle la cola al compañero (sin agarrarse del cuerpo o la ropa)
- Igual al anterior pero cada pareja se ubicará pisando un aro sin dejar de pisarlo.

ORIENTACIÓN ESPACIO-TEMPORAL, ACOPLÉ DE MOVIMIENTO, DIFERENCIACIÓN MOTRIZ, TRANSFORMACIÓN DEL MOVIMIENTO

- Se distribuyen aros y conos por todo el espacio a trabajar.
- Los niños corren libremente sin tocar los elementos ni chocarse con sus compañeros.
- Ahora cada vez que nos encontramos con un aro o cono ¿Qué podemos hacer?
- Y ¿Cómo lo hacemos o de qué forma?
- ¿Probamos?
- Bueno, ahora a ver si cuando encuentran un cono, en vez de hacer lo que hacíamos, salen corriendo para el otro lado.

RITMIZACIÓN

- ¿Quién sabe galopar? (mostrarlo)
- Ahora todos vamos a intentar galopar.
- De a dos (enfrentados) tratarán de galopar los dos al mismo tiempo.
- Ahora hacemos lo mismo pero con otro compañero.
- ¿A ver qué pareja puede, cada tres galopes, chocarse las manos y seguir galopando?
- ¿De qué otra manera lo podemos hacer?
- Luego un grupo se ubicará en una línea y el otro en otra línea (enfrentados)
- De a dos con una pelotita deberán llevarla con un pie hasta la otra línea sin que se les caiga.
- Ahora, ¿De qué otra manera podemos llevarla?
- Y si lo hacemos enfrentados.
- ¿A ver qué equipo logra llegar antes al otro lado?

ORIENTACIÓN ESPACIO-TEMPORAL Y REACCIÓN

- Dividimos al grupo en dos.
- Distribución: un grupo se pone en ronda y el otro se pone dentro de la misma.
- Desarrollo: los que se encuentran dentro de la ronda tendrán que tratar de salir de ella, mientras que los de la ronda tendrán que impedirlo de diferentes formas pero sin soltarse de las manos ni achicando la ronda.
- Luego cambian de roles. Se les tomará el tiempo que tardan en salir todos a cada equipo. El que menor tiempo realice será el ganador.

ACOPLE DE MOVIMIENTO

- Separar al grupo en cuatro equipos.
- Distribución: cada equipo se ubica en hileras detrás de una línea enfrentados a la línea de llegada.
- Desarrollo: el primero de cada grupo deberá realizar dos saltos seguidos (sin carrera). Luego el segundo corre hacia donde quedó el primero y desde ese lugar realiza lo mismo que el primero. Así sucesivamente.
- ¿A ver qué equipo puede ir y volver con la menor cantidad de saltos?

Variantes: realizar lo mismo pero haciendo rangos