

Desplazamientos:

SIN MATERIAL

- Nos desplazamos por todo el espacio, lento o rápido, según indique el pandero.
- Vamos a formar varios trenes: unos serán rápidos, otros de carga y otros pararán en todas las estaciones.
- Nos dividimos en dos grupos: uno se siente y conmigo marcan este ritmo. ¿A ver cómo se mueve el otro grupo siguiendo el ritmo que marcamos nosotros?
- ¿Podrían seguir mis movimientos con el sonido de la voz o con golpes en el suelo o con las manos?
- Corremos por todos lados, pero atendiendo bien a lo que yo indico: hacia delante, hacia atrás, para un lado, para el otro.
- Seguimos a un compañero.
- ¿Pueden seguir sin confusiones los dibujos?
- ¿Quién puede seguir sin confundirse el camino correcto?
- ¿Y en cuadrupedia?
- Corremos dibujando círculos: grandes y pequeños.
- Observen bien el lugar donde están parados. Corran por cualquier parte y cuando dé la voz, veremos quién llega sin equivocarse al mismo lugar de donde salió.
- ¿Quién puede caminar hasta aquella línea y regresar de espaldas?
- ¿Pueden caminar de costado hasta aquella pared?
- Vamos a caminar hacia delante, hacia atrás o de costado según lo indique, y sin chocarse con nadie.
- ¿Podemos correr haciendo lo mismo?
- ¿Y galopando?
- Corremos y cuando encontramos una línea seguimos por ella.
- Las niñas se sientan y los varones correrán y galoparán entre ellas sin tocarlas y sin chocarse. (El grupo de niñas, que está sentado, con golpes de manos u otras percusiones marca el ritmo con que debe correr o galopar el otro grupo).
- ¿Pueden correr cerca de los aros y las sogas?

Con un compañero:

- Cada uno busca un compañero. ¿Caminamos de la mano?
- Ahora, caminamos uno al lado del otro, sin tocarnos.
- Cuando dé una palmada:
- Nos sentamos de frente a frente.
- Nos sentamos espalda contra espalda.
- Nos paramos uno al costado del otro.
- Uno se para y uno se sienta.
- Colocamos las manos sobre los hombros del compañero y manejamos "el auto" por todas partes, primero caminamos y después corremos.
- ¿Corremos tomados de la mano?
- ¿Podrán llevar a un compañero en carretilla?
- Si no pueden llevarlo así, prueben de levantarle una sola pierna y que apoye la otra.

CON MATERIAL

Colchoneta:

- ¿Podemos dar una vuelta alrededor de la colchoneta con las manos en el suelo y los pies sobre ella?
- ¿Y con las manos sobre las colchonetas?

Aro:

- Colocamos los pies en un aro, ¿podemos dar una vuelta completa desplazándonos sobre las manos?

Sogas:

- ¿Pueden avanzar como cangrejos sobre el banco?
- Saltar un banco con apoyos de manos sobre el mismo.
- Reptar por debajo de una soga.
- Pasar en cuadrupedia sobre otro banco o tablón.
- Avanzar por debajo de una soga larga, tocándola con la cadera.
- Pasar por el centro de una cubierta y luego esquivar las sogas que están en nuestro camino.

Cajón, tablon, banco, escalera:

- Nos apoyamos sobre el cajón, trepamos encima y bajamos por el otro lado.
- ¿Quién trepa al banco y luego al cajón?
- ¿Pueden pasar de un tablón al otro y luego descender?
- Subimos a la escalera, pasamos hasta el otro extremo gateando por encima y luego bajamos.
- ¿Quién puede hacer lo siguiente sin caerse? Subimos la escalera, desde el extremo pasamos al cajón, luego al tablón y después bajamos. (Pueden realizarse diversas combinaciones con distintos aparatos colocados con pequeños ejercicios intermedios)
- ¿Quién puede subir por un tablón y bajar deslizándose por otro?
- ¿Son capaces de subir reptando, tirando fuerte los brazos y bajar igual del otro lado?
- Vamos a ver si son capaces de subir gateando, pasar las piernas al otro lado cuando lleguen arriba y bajar sentados.
- Entre todos preparemos un tobogán. Ahora subimos por la escalera y nos deslizamos por el tablón.
- ¿Pueden descender acostados boca abajo?
- Quiero ver cómo trepan por la escalera tomados de los largueros y no de los peldaños. Desciendan por el tablón como más les guste.

Obstáculos:

- Formemos varios trenes. ¿Qué tren puede desplazarse entre los obstáculos sin tocarlos?

Bolsitas:

- Corran a buscar una bolsita y agrúpanse con los compañeros que tengan la bolsita del mismo color.

- ¿Quién puede ir por un camino de color sin equivocarse? (Se dibujan caminos con tiza en el suelo de diferentes colores, que puedan entrecruzarse). Cada uno tome una bolsita, busque el camino que corresponde al color y sígalo sin equivocarse.
- ¿Pueden caminar pisando solamente las azules?
- ¿Quién salta sobre las verdes solamente?
- ¿A ver si corriendo tocan al pasar las bolsitas rojas con la mano?