

PAREJA EQUILIBRADA.

A) CLASIFICACIÓN:

- Equilibración estática.
- Masivo, formación en parejas.
- Mediana intensidad.
- 4 años.
- Momento de la educación física sistemática.

B) MATERIAL:

- Ninguno.

C) PREPARACIÓN:

- Se subdivide al grupo en parejas, varón y mujer, sentándose cada uno en cualquier lugar del patio.

D) CONSIGNAS:

- Jugaremos a la pareja equilibrada, ¿ Saben cómo es?
- Cuando dé la señal, todos salen corriendo alejándose de su compañero.
- Al escuchar mientras corren: ¡ Equilibrio!, deben buscar muy rápido a su compañero, se toman de las manos y levantan una pierna hacia atrás.
- ¿ Cuáles son las tres parejas que más tiempo se quedan en esa posición?