

Metodología del apoyo al rol

¿Se animan a ir por arriba del banco con gatitos?
Ahora cuando llegamos al extremo miramos por abajo del banco y nos hacemos una bolita ¿Qué pasa?
Ahora sostenemos un pañuelo con la pera ¡qué no se caiga!
¿Quién es capaz de hacer un rol sólito?

Metodología del apoyo a la media luna

Apoyando las manos en el piso damos saltitos con los pies para un lado y para el otro.
Colocamos una soga a aproximadamente 20 cm. Del suelo apoyamos las manos una de cada lado de la soga y con los pies la saltamos
Levantamos las piernas mas alto cuando saltamos.
Nos paramos apoyamos las manos y saltamos elevando lo mas que podemos las piernas y la cola
¿Quién puede hacerlo con las piernas extendidas?
¿Y con las piernas extendidas?
Ahora que ya aprendimos esto ¿quien se anima a hacer una media luna?
Repetimos varias veces cada actividad una vez que la realizan adecuadamente pasamos al siguiente paso.

Metodología del apoyo a la vertical

¿Quién sabe como caminan las ardillas? (cuadrupedia alta)
¿Y cómo saltan los conejos? (con los dos pies justos, sin levantar las manos)
¡Vamos todos contra el espaldar! Apoyando las manos en el suelo ¡quien puede llegar mas arriba con los pies
¿Se animan a tenerse con solo u pie?
¿Se animan a dar un golpecito con ambos pies en el aire?
Desde parados ¿Pueden apoyar las manos y levantar rápido una pierna? ¿y la otra?
Nos ponemos con un compañero: levantamos nuestras piernas ye el compañero nos sostiene. ¿Quién se anima a quedarse sólito? (el compañero nos suelta)
Ahora hacemos lo mismo pero sin ayuda: Hacemos una vertical