PSICOMOTRICIDAD

CLASE 11

------ TABLA DE EJERCICIOS ------

CALENTAMIENTO

10 minutos aproximadamente

Hola, hoy comenzaremos con el juego del pilla- pilla, para calentar. Cómo variación, tendremos seguro o descanso para el niño (se libra si un compañero pasa por debajo de sus piernas)

PARTE PRINCIPAL

45 minutos aproximadamente

Hoy trabajamos con colchonetas. Presentamos ejercicios qué estimulan en el niño, la madurez progresiva de la coordinación motora, la exploración de su corporeidad y de sus propias posibilidades. Además, ayudará al niñ@ a potenciar sus capacidades físicas. 30 minutos

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

https://youtu.be/K5Mm024esQQ

Este video también es utilizable, aunque aparezcan adultos…

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

https://youtu.be/cZ0MaUKmTmY

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

Y ejercicios con pelotas, aros (dentro-fuera, arriba-abajo) 15 minutos.

https://youtu.be/M8imOCRQzDQ

VUELTA A LA CALMA

10 minutos aproximadamente

Música relax y nos hacemos Masajitos. Somos pianistas y pianista y viceversa.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

https://youtu.be/lCATLQaUJBA