

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

CALENTAMIENTO

10 minutos aproximadamente

Nos movemos por el espacio que tengamos, hacia delante, hacia atrás, de lado, círculos, en el suelo haciendo el rulo, etc. (Dirigidos por los papas según nos digan)

PARTE PRINCIPAL

40 minutos aproximadamente

Juegos tradicionales....¿Quién es el mejor? No, lo importante es participar

Ver vídeos:

<https://juegosdetiempolibre.org/category/juegos/juegos-tradicionales/>

VUELTA A LA CALMA

10 minutos aproximadamente

Juego un, dos, tres pollito inglés y el abuelito con las horas del reloj.

*El este caso el niño o niñas explicará a los padres primero el juego si no lo conocen. 😊

