

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

CALENTAMIENTO

10 minutos aproximadamente

Jugamos al “tren viajero”

Los niños se sientan con las piernas abiertas, unos detrás de otro y el primero es el maquinista (muevo cabeza, pierna derecha, izquierda, subo, me siento,...). Es el maquinista quien de las órdenes. Iremos cambiando de maquinista.

PARTE PRINCIPAL

45 minutos aproximadamente

Hoy jugamos con picas (palos de fregona, por ejemplo) y con pivotes. Muy divertidos y diferentes.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

<https://youtu.be/HaqRVpSHR3g>

<https://youtu.be/Kpu7Sgug2T8>

<https://youtu.be/WeVyu9m2t5E>

VUELTA A LA CALMA

10 minutos aproximadamente

Jugamos al “pobre gatito”.

L@s niñ@s se sientan en círculo y un niñ@ es el gatito y va andando por fuera del círculo tocando la cabeza de l@s niñ@s. Todos cantamos pobre gatito...quién se ría pasa a ser gatito.

Feliz Día!!!

