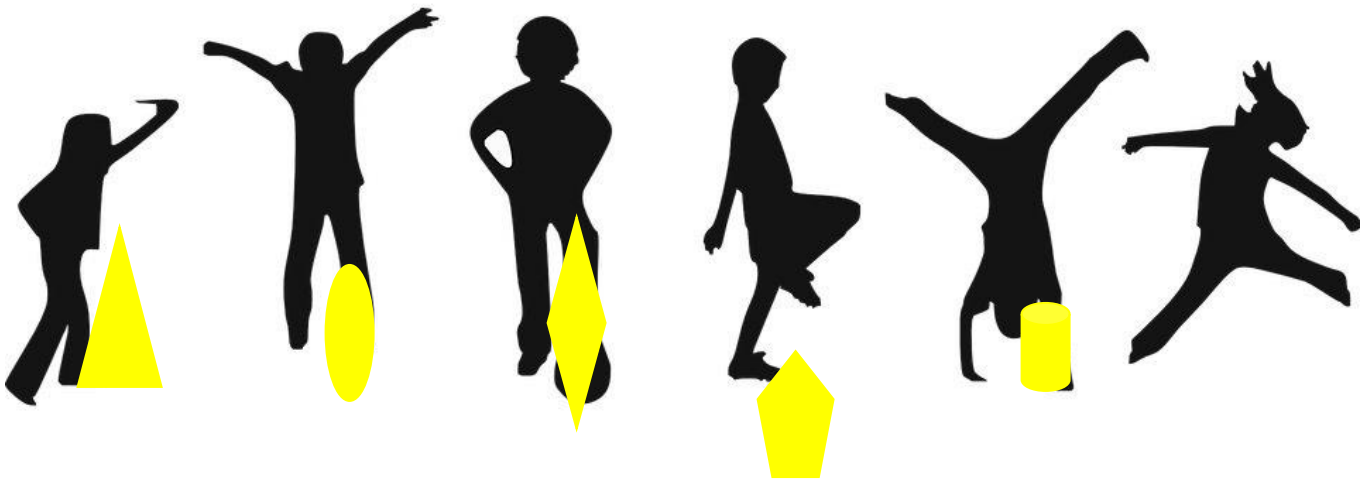


TALLER DE MOTRICIDAD



**E.N.V.M.
2020**

CLASE N° 1

Circuito de formas básicas de movimiento.

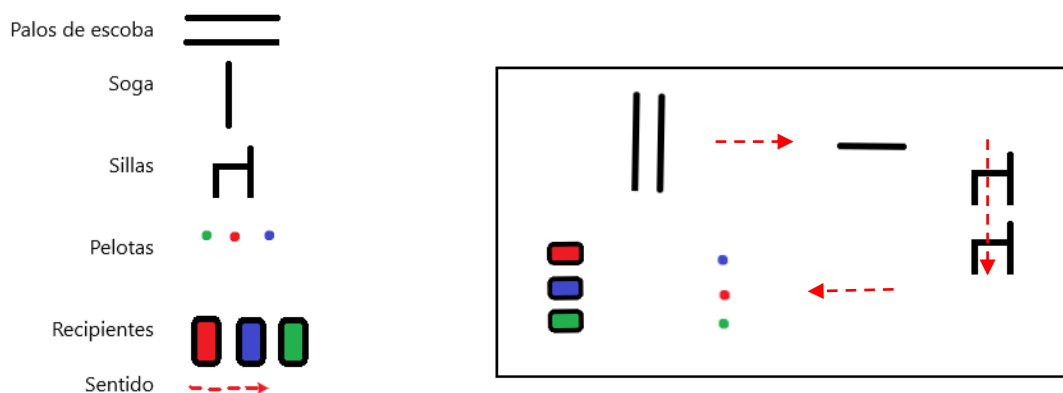
Materiales:

- 2 palos (de escoba, palo de piso, etc)
- 1 soga (podemos reemplazarlo con un cinto, marcar en el piso con tiza o cinta)
- 2 sillas
- 3 pelotas de papel (hechas con 3 papeles de diferentes colores: puede ser una con hoja de diario, otra con hoja de revista y una con una hoja blanca).
- 3 recipientes para embocar (baldes, ollas, tupper, etc) y cada uno deberá tener una marca que corresponda a una de las 3 pelotas que construimos. (Podes pegarle un pedacito de cada papel al recipiente).

Desarrollo:

Arrancamos el circuito saltando con los dos pies los palos de escoba, luego con saltos laterales pasamos por la soga (saltamos de un lado a otro sin pisarla); cuando llegamos a las sillas, debemos pasar por debajo de las mismas apoyando la pansa en el suelo, y para finalizar agarramos un bollo de papel y lo lanzamos tratando de embocarlo en el recipiente del mismo color. Deberán pasar como mínimo 10 veces por el circuito. (5 veces como indica la consigna y 5 veces utilizando las variantes que se proponen abajo del dibujo.)

Referencias:



VARIANTES: saltar los palos de escoba con un pie (ir cambiando en cada pasada). Saltar la soga marcha atrás. Pasar por debajo de las sillas apoyando la espalda. Lanzar con mano izquierda y mano derecha. Variar la distancia y altura en la ubicación de los recipientes.

¡Que se diviertan!