

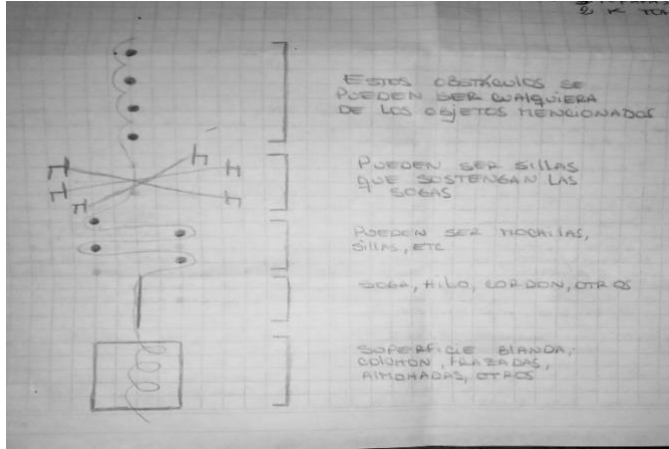
# Juegos para mover el cuerpito

## Sala de 5

- **Circuito.**

Esta actividad se puede hacer con cualquier objeto que tengan en casa, ya sea: mochilas, carteras, zapatillas, almohadones, almohadas, colchonetas, sillas, ropa, vasos de plástico, frazadas, otros.

Recomiendo diferentes objetos para el circuito.



Los niños comienzan trasladándose en cuadrupedia (4 apoyos: sin apoyar las rodillas, solo se apoyan las palmas de las manos y las plantas de pies), hasta llegar a los obstáculos. Desde allí deben saltar con las piernas separadas pasando por encima del obstáculo (este obstáculo se puede hacer con ropa, vasos de plásticos, zapatillas, otros), luego deben juntar las piernas. Siguiendo la próxima acción, deben arrastrarse como gusanitos, pasando por debajo de las sogas, hilos, cintas (cualquier otro material). Una vez llegados, se deben parar, para esquivar (zig zag) a los obstáculos (que puede ser mochilas, sillas, ropa, otros). Terminada esta acción, deben pasar haciendo equilibrio sobre una soga (hilo, cinta, otros). Finalizando deben rodar sobre una colchoneta (colchón, almohadas, frazadas, superficies blandas o acolchonadas).

Este circuito se puede hacer con diferentes variantes: lento como un perezoso, rápido como flash.

- **Cuerdas en el pasillo.**

En esta actividad, los adultos deben colocar cintas, sogas, hilos o cualquier otro material, entre las paredes. De manera que los hilos queden cruzados, mientras que los niños deben pasar entre los hilos sin tocarlos.

- **Búsqueda del tesoro.**

En este juego, los adultos van a ocultar un objeto (un juguete, caramelo, otros) en algún lugar determinado.

Mientras que el niño debe buscarlo, el adulto lo debe guiar (“frio”: si esta lejos del tesoro y “caliente” si esta cerca del tesoro).

## Juegos para mover el cuerpito

- **7 maravillas.**

En este juego, los mayores van a pedirles a los niños 7 maravillas para poder ganar el tesoro.

- 5 zapatillas diferentes.
- 6 medias de distintos colores.
- Un juguete de color rojo.
- 4 lápices de colores: azul, rojo, amarillo y verde.
- 3 libros.
- 4 peluches,
- Vestirse como mamá o papá.

- **Estatua.**

En esta actividad, los adultos deben poner música para que los niños se expresen libremente, mientras escuchan, una vez que los mayores paran la música, los niños deben quedarse quietos como estatuas, imitando una posición.

- **Relajación.**

En esta actividad los mayores deben poner música relajante y mostrarles a los niños como relajar el cuerpo, mediante una posición. Mientras que los niños deben imitarlos.

<https://www.youtube.com/watch?v=SrydkUYUoYo&feature=youtu.be>

