

Boas a tod@s!!!! ¿Que tal levades estes días na casa? Os profes de psicomotricidade esperamos vervos moi prontos, e, aínda que estamos seguros de que actividade física non vos falta, os profes de psicomotricidade queremos propoñervos algúns xogos para facer estes días mais divertidos, a ver que vos parecen.

Lembrede antes de comezar **quentar ben esas articulacións**, que vos parece a canción de “Fun ao mercado” de María Fumaça <https://www.youtube.com/watch?v=6PiBGpcok6Q>

Día 1-. Xogos tradicionais:

-As estatuas musicais: pedídlle aos maiores que vos poñan música e, a bailar!!!!!! Lembrede, cando se pare a música.....¡Estatuas!

-O zapatiño inglés: nesta ocasión teredes que buscar unha habitación un pouquiño grande, quizais o mellor sexa o corredor da casa....Lembrede, un conta e os outros van andando....pero coidado, cando o que conta se dea volta....non podedes movervos nadiña, senón....a voltar a empezar.

Día 2-. ¡¡¡A bailar!!!

“El baile de los animales” <https://www.youtube.com/watch?v=HRs7Dfxl2-c>

“La forma de caminar” <https://www.youtube.com/watch?v=pldli89N3p8>

“El auto de papá” <https://www.youtube.com/watch?v=mqQiHGy0Afw>



Día 3-. Unha aventura na casa

Nesta ocasión ides ser vos os que inventedes a vosa aventura. Coa axuda dos maiores faremos o seguinte circuío:

-1º saltamos os coxíns do sofá colocados no chan (con coidadiño eh...)

-2º pasamos por debaixo de dúas sillas

-3º poñemos rolos de papel de cociña ou hixiénico facendo unha torre, colocamos enriba o mango dunha escoba e saltámolo 3 veces dun lado a outro.

-4º ao chegar ao final collemos unha pelota ou unha boliña feita con papel e intentamos encestala nunha tarteira.

Podedes repetir o circuío as veces que queirades, e lembrade cando voltemos ao cole contarnos en que consistiu a vosa aventura.

Día 4-.Yoga en familia

Empregando os vídeos de “Yogic”, yoga para nenos e nenas, poderedes recorrer a este método de relaxación para pequenos e maiores practicando yoga en familia. Deixámosvos algún enlace pero tendes moitos mais en you tube. Namasté.



<https://www.youtube.com/watch?v=jdxYDxlBe5Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=MI1S5rM0ou0&t=17s>

Desfrutade moito, xogade, descansade, e vémonos pronto con moitos xogos mais.

