

Ola de novo nen@s!! seguro que estes días aproveitáchedes para xogar moito e facer moito exercicio na rúa, pero que vos parece, se para os ratiños que estades na casa vos propoñemos algúns xogos.

XOGO 1: Os birlos

PARTICIPANTES: os que queiras, se sodes moitos podedes xogar por equipos.

COMO SE XOGA?

Para xogar a isto, podemos empregar botellas que teñades pola casa, ademais, podedes aproveitar e manualidades decorando as botellas.



facen

O xogo consiste en colocar os birlos e lanzar unha pelota intentando tirar o maior número posible deles. Podedes comezar empregando botellas de plástico baleiras para que pesen menos e logo complicar o xogo enchendo as botellas de area para que pesen un pouquiño mais.

XOGO 2: ATA O TEITO

PARTICIPANTES: por parellas

COMO SE XOGA?



Para este xogo precisaremos unha toalla e un balón. Os dous xogadores collen a toalla polos extremos e colocan a pelota no medio.

O xogo consiste en lazar o balón ao aire continuamente sen que caia ao chan e tratando de que suba cada vez mais alto. A ver cantos lanzamentos conseguides.

XOGO 3: BAILE SOBRE CARTÓNS

PARTIPANTES: cantos mais mellor



COMO SE XOGA?

Para xogar a isto precisamos tres anacos de cartón e música. Colocamos un cartón debaixo de cada pe e o terceiro enriba da cabeza. O xogo consiste en bailar e desprazarse sobre os cartóns ao ritmo da música intentando que non nos caia o cartón que temos na cabeza. Veña....a ver que tal se vos da o baile.

XOGO 4: Tiro a bolsa

PARTICIPANTES: por parellas

COMO SE XOGA?



Para xogar a isto precisamos dúas bolsas e dous folios cos que faremos pelotiñas de papel. Os xogadores colocaranse un fronte ao outro sentados coas pernas abertas e as bolsas abertas no medio das pernas. O xogo consiste en introducir as boliñas de papel na bolsa da nosa parella. Quen enceste mais gaña. Podedes ir complicando o xogo afastándovos mais cada vez que consigades encestar ata chegar a facelo de pe ou en movemento.

XOGO 5: Carreiras de sacos

PARTICIPANTES: mínimo de dous e cantos mais mellor

COMO SE XOGA?

Este xogo consiste en facer carreiras de sacos empregando bolsas do lixo. Para facer a carreira terédesvos que meter dentro da bolsa e.....3, 2, 1...a saltar, a ver quen chega antes.



Aínda que todos estes xogos son para facer na casa, agora que podemos saír un poquiño de paseo tamén os podemos facer na rúa. E lembradevos de aproveitar os paseos para correr, xogar e desfrutar do deporte ao aire libre.

Vemonos proutiño, un bico dos profes de psicomotricidade!!

