

Xogos e actividades diversas que se poden facer dentro da casa (ou do piso):

<https://www.sitly.es/blog/juegos-divertidos-para-ninos-en-casa-101-ideas-increibles/>

Tamén podedes facer croquetas e volteretas (incluso o alumnado de Infantil) sobre alfombras:

Habilidades motrices básicas

6-8 años

**Ejercicio 37**

**OBJETIVO**  
**Afianzar la realización de giros sobre el eje longitudinal**

**DESCRIPCIÓN.** Los niños se distribuyen en grupos de seis y se reparten tres balones por grupo. Cada grupo se organiza en fila delante de tres colchonetas, colocadas una a continuación de la otra en sentido transversal. El primero de la fila se tumba en la primera colchoneta con un balón y empieza a girar sobre sí mismo. Cuando el primer niño del grupo llega a la segunda colchoneta, el siguiente de la fila empieza a realizar el ejercicio. Cuando los niños acaban los giros, entregan el balón al primero de la fila y se colocan al final.

**TÉCNICA.** Los brazos extendidos hacia arriba, sujetando el balón con las dos manos. Las piernas juntas y extendidas. Realizar el giro sobre el eje longitudinal, manteniendo el cuerpo en todo momento en contacto con la colchoneta.

**ERRORES FRECUENTES.** No equilibrar bien el cuerpo en la realización de los giros y desviarse hacia un lado.

PARTICIPANTES. 1 a 20  
AGRUPACIONES. 6 participantes  
MATERIAL. Colchonetas, balones  
INSTALACIÓN. Pista polideportiva



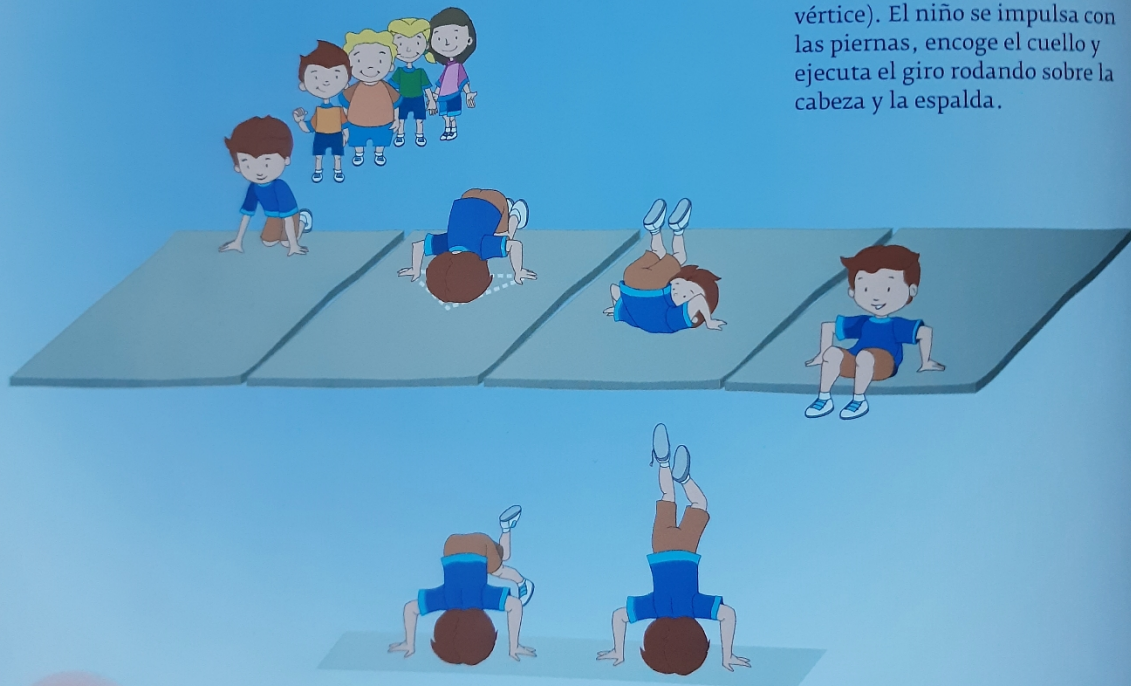
42

## Ejercicio 35

## OBJETIVO

## Desarrollar la voltereta hacia delante

**DESCRIPCIÓN.** Los niños se colocan en grupos de cuatro delante de una colchoneta en fila, a una distancia de 2 metros. El primero de la fila realiza una voltereta hacia delante. En el momento en el que deja la colchoneta, el siguiente da otra voltereta.



**ERRORES FRECUENTES.** Equilibrar mal el cuerpo, realizando el giro sobre uno de los hombros y provocando que el cuerpo se incline hacia los lados. No encoger bien el cuello, manteniéndolo demasiado erguido, con lo que el cuerpo no rueda con soltura.

CONTENIDO. Giros

PARTES DEL CUERPO. Todo

PARTICIPANTES. 1 a 25

AGRUPACIONES. 4 participantes

MATERIAL. Colchonetas

INSTALACIÓN. Pista polideportiva