



Peques...

ACTIVAMOS O CORPO?

XOGOS PARA DESFRUTAR NA CASA

- Carretilla: que o voso fillo ou filla se coloque a catro patas, agarrádeos polas pernas e botádevos a andar... As risas son aseguradas.
- Volteretas: sempre con supervisión vosa, deixállede aos peques practicar as volteretas nunha superficie branda, como pode ser unha cama.
- Puntería de cores: precisades cartulinas ou folios de cores e algún obxecto pequeno que non rode e que non sexa fráxil. Trátase de colocar as distintas cores polo chan e dar instrucións para que o neno ou nena lance os obxectos sobre a cor indicada.
- Coordinación e equilibrio: debuxade nunha cartulina pegadas de pés, e poñéllede números ou letras. Pegádeas con un pouco celo ao chan, algunhas máis xuntas, outras máis separadas... e os peques deberán pisar aquelas pegadas que vós lle indiquedes.



Peques...

ACTIVAMOS O CORPO?

MÁIS IOGA

- <https://www.youtube.com/watch?v=9t457jDULJA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=4hgMIBtxiIM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=1tRxM3z3E4w>
- <https://www.youtube.com/watch?v=e-xMxdkX43E>
- <https://www.youtube.com/watch?v=6N97s1q1qDM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=DOE51v0vBxc>