

## CONTINUIDAD PEDAGOGICA ED. FISICA 1er y 2 do GRADO

**Prof:** Senlle Daniela- (1 U – 2 A) Orman Mauro (2 B)

**Semana:** 8 de Junio 2020

### JUEGO: *JUEGO DEL ABECEDARIO (Video)*

Para realizar este juego solo tenes que recordar cada letra de tu nombre. Cada una de ellas tiene un ejercicio especifico a realizar, es por ello que te dejo aquí las referencias de ellas (también se encuentran en el video).

#### Variantes del juego:

- 1) Realízalo con tu primer nombre
- 2) Realízalo con tu segundo nombre
- 3) Realízalo con tu apellido
- 4) Realízalo con el nombre de algún familiar
- 5) Realízalo con el nombre de alguna mascota

*Lo repetiras las veces que vos quieras... te muestro como lo hice yo en el video con mi nombre...*

Nos encantaría verte cómo pudiste realizarlo, si quieres y podes enviarnos un mail:

[danielasenlle@abc.gob.ar](mailto:danielasenlle@abc.gob.ar). (1 U) (2 A)

[Orman.mauro@hotmail.com](mailto:Orman.mauro@hotmail.com) (2B)

Con alguna foto o video tuya... si no te animas podes también escribir o dibujar tus sensaciones al respecto de la actividad...

**Espero que lo realices y te diviertas como me divertí yo haciéndolo para vos!!!**



# ABECEDARIO DEL MOVIMIENTO

**CONTENIDO:** Explorar posturas y la combinación dinámica de posturas y desplazamientos.

**ÁMBITO DE EXPERIENCIA DE JUEGO.**

## ¿Cómo se hace tu nombre?

**A** Salto hacia arriba como si estuviera tocando con las manos el techo 10 veces.

**B** Dar 3 veces una vuelta corriendo en el living.

**C** Salto cruzando una pierna y la otra por delante del cuerpo 10 veces.

**D** Correr hasta la puerta del baño y volver 3 veces.

**E** Caminar como un GRAN OSO por toda la casa.

**F** Hacer 3 rodados en el piso como si fuera una salchicha.

**G** Hacer 3 saltos separando y juntando brazos y piernas.

**H** Mantenerse por 5 segundos en equilibrio sobre un pie.

**I** Saltar 5 veces como un sapo.

**J** Mantener el equilibrio con todo el cuerpo como si fuera una palito (manos hacia el techo y pies juntos) por 10 segundos.

**K** Marchar como un/a soldadito/a bien durito contando hasta 10.

**L** Contando hasta 10 como si estuviera saltando la soga.

**M** Ir 2 veces como si fuera una perro hasta debajo de la mesa y ladrar.

**N** Con cualquier objeto puesto entre las piernas dar 10 saltitos adelante/atrás a un costado y al otro.

**Ñ** Caminar hacia atrás 20 pasos.

**O** Saltar con pies juntos hacia atrás 15 veces.

**P** Ponerse como un cangrejo boca arriba apoyando manos y pies en el suelo.  
hacer 15 pasos.

**Q** Ir corriendo hasta la cama subirse y bajarse 3 veces.

**R** Hacer durante 20 segundos algún baile.



**S** Movimiento de brazos como si se cantara el andón pirulero o envolviendo una cinta.

**T** Acostado en el suelo mover una pierna como andando en bicicleta.

**U** Caminar durante 20 segundos con una almohada en la cabeza sin que se caiga.

**V** Mover los brazos como si fueras un pajarito durante 15 segundos  
(bien grandes los movimientos).

**W** Caminar arrodillado/a hasta la cocina u otro ambiente de la casa.

**X** Sentado/a en el piso con brazos cruzados, pararse y sentarse  
3 veces sin soltarse.

**Z** Aplaudir adelante del pecho y por detrás de la espalda 10 veces.



**CONSIGNA:** Arma tu nombre imitando los movimientos de cada letra. Lo puedes hacer con todo tu nombre completo y el apellido así te divertís más ¿te animás?