

①



②



15 minutos



Extramuros



Moderada

SIÉNTATE RÁPIDO

ACTIVIDAD

Preguntas de inicio: ¿Hasta qué número trabajamos la última clase? ¿Qué número es mayor el 5 o el 9?

Tarea docente: Designar a cada estudiante un número del 0 al 20, el cual deben memorizar, repitiéndolo en voz alta mientras se desplazan.

1. Deben desplazarse libremente por la sala de clases con movimientos motrices vigorosos, como saltando en uno o dos pies, caminata en cuclillas o en cuadrupedia. Debe motivarse la realización del movimiento lo más rápido que puedan. Se desplazan durante 20 segundos.

2. Al exclamar una figura determinada, deben ordenarse en el menor tiempo posible, de manera secuencial del 0 al 20, formando distintas figuras: un círculo, una línea recta, un cuadrado, un triángulo, un semicírculo, entre otras; sentándose con las piernas cruzadas en el suelo, lo más rápido que puedan.

3. Luego, volver de pie de un salto vigoroso para recomenzar. Repetir 5 veces.

