



Ejercicio de la marcha de la zanahoria



*En sus marcas, listos,
¡a moverse!*

INSTRUCCIONES:

- * Para empezar, que los niños se pongan de pie en una línea mirando hacia fuera.
- * A continuación, que bloqueen los codos y rodillas en una posición recta y marchen “a través del campo” hasta una línea que el maestro haya designado como punto de parada.
- * Al volver a su posición original, que los niños mantengan los brazos rectos, pero que caminen con las rodillas en alto.
- * Después, que mantengan las piernas rectas, pero que doblen los codos, y marchen “a través del campo” como en el punto 2 anterior.
- * Por último, que vuelvan a su posición original marchando hacia atrás con las rodillas dobladas y los brazos rectos.

Charla sobre frutas y verduras:

Las zanahorias crecen bajo la tierra. ¿Qué otras verduras crecen bajo la tierra?



Ejercicios de jardín de Dino

Mantenerse en forma en el jardín