



3-4 AÑOS

## ¡A trabajar se ha dicho!

## Corramos sin parar

1. - Muestre a los participantes qué significa caminar, correr y marchar de forma coordinada (alternando brazos y piernas).
2. - Pida a los participantes que realicen los ejercicios mostrados.
3. - Solicite a los participantes que modelen los ejercicios a los niños.



4. - Invite a los participantes a realizar los ejercicios con los niños.

5. - Pida que animen a los niños a practicar solos los movimientos de caminata, marcha y carrera coordinada.

6. - Jueguen a realizar una caminata todos juntos:
  - primero, caminan todos al mismo ritmo y siguiendo el mismo patrón de movimiento (todos con el pie derecho al mismo tiempo)
  - luego será marcha
  - y por último, tratarán de correr al mismo tiempo.



## Es importante...

Comente que la coordinación en los desplazamientos es indispensable para luego aprender los ritmos necesarios para la lectura, la escritura y los deportes.



3-4 AÑOS