

## 1. “Tiro de latas”



**Qué vamos a aprender:** Durante las siguientes actividades identificarás las habilidades y capacidades motrices que puedes desarrollar por medio de juegos y de igual manera desarrollar la flexibilidad del tronco y de extremidades superiores.



**Materiales:** Pelotas y 10 latas de refresco con un poco de arena o tierra.



40 min. (en dos semanas)



Te explico

Capacidad motriz: Determinan la condición física del niño las cuales se dividen en capacidad coordinativa del cual hace referencia a la capacidad de aprendizaje de habilidades motrices, el nivel de control de los movimientos y ejercicios; y la capacidad física que determina la condición física del niño, la capacidad o fuerza a nivel muscular y la capacidad del corazón y los pulmones.



Para aprender más

No hay referencia.

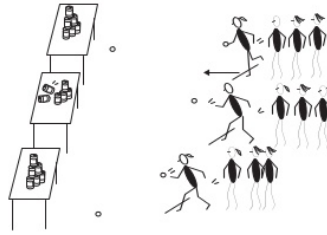


Manos a la obra

Invita la mayor cantidad de familiares posibles.

Sobre una mesa se coloca un castillo de latas de refrescos. Por turno cada jugador dispondrá de tres tiradas para intentar derribar todas las latas. La distancia de lanzamiento será de menos de 3 metros.

- Por cada lata tirada se consigue un punto. Si se tiran todas se consigue un pleno de 12 puntos. Gana el que más puntos consiga en 5 rondas.
- Pueden aumentar el número de latas. la distancia de lanzamiento o el número de rondas.



Repitan el juego las veces que quieran.



### Repaso y practico

Preguntarle a mamá o papá qué aptitudes pudieron observar en mí durante el juego.



### Lo que aprendí

Responda en el espacio de acuerdo con lo que observó al finalizar la actividad.

- ¿Cuál fue la respuesta del niño ante la situación de “perder” o “ganar” en el juego?
- ¿Se respetaron las reglas del juego?
- ¿El niño(a) participó activamente para realizar el juego?
- ¿El niño(a) logró canalizar positiva o negativamente la frustración?