

2. Tren sin control



Qué vamos a aprender: Desarrollar habilidades motrices y la comunicación en familia.



Materiales: Ninguno.



40 min. (en dos semanas)



Te explico

Jugar Tren sin control ayudará mejorando la agilidad y crear un clima favorable entre los jugadores, el equilibrio y agilidad, coordinación individual y en equipo.



Para aprender más

Se sugiere ver el siguiente video (minuto 2:16):

<https://www.youtube.com/watch?v=VhmgkXf8VTE> (ejemplo)



Manos a la obra

Se formarán 2 filas de jugadores con la cantidad de miembros de la familia.

Cada jugador tomará con su mano derecha el hombro derecho del que tiene delante y con la izquierda el pie izquierdo del mismo.

Las filas deberán desplazarse hacia delante y hacia atrás, realizando un circuito establecido por otro jugador.

En ningún momento deberán de soltarse de las filas.

Pueden desplazarse de pie, agachados, corriendo, saltando, etc.

**Repaso y practico**

Preguntarle a mamá o papá qué otros movimientos se pudieron realizar con los equipos y cómo pudo mejorar el juego.

**Lo que aprendí**

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

- ¿Si volvieran a jugar cambiarían algo?
- ¿Creen que su comunicación y coordinación como equipo fue buena?