Capacidades Coordinativas

EDAD	CAPACIDAD	JUEGO O ACTIVIDAD
3 AÑOS	ACOPLE DE MOVIMIENTO	CORRER Y LANZAR
	DIFERENCIACIÓN MOTRIZ	TIRAR UNA BOLSITA DENTRO DE UN ARO
	TRANSFORMACIÓN DEL MOVIMIENTO	ESQUIVAR OBJETOS EN EL SUELO
	RITMIZACIÓN	SALTAR DE COLCHONETA EN COLCHONETA
	ORG. ESPACIO TEMPORAL	ESQUIVAR OBJETOS EN EL SUELO Y ANUESTROS COMPAÑERITOS
	REACCIÓN	PERSEGUIR AL PROFESOR
	EQUILIBRIO	CAMINAR POR ARRIBA DE UN BANCO
	RESISTENCIA	PERSEGUIDOR-PERSEGUIDO
	FUERZA	EL PROFESOR SE PONE EN CUADRUPEDIA Y SE LES PIDE A LOS CHICOS QUE TRATEN DE EMPUJAR AL CAMIÓN PARADO (EL PROFESOR) PARA SACARLO DEL CAMINO.
	VELOCIDAD	OSO DORMILÓN
FLEXIBILIDAD	SE LES PIDE A LOS CHICOS QUE ACOSTADOS DECÚBITO DORSAL, TRATEN DE TOCAR CON LOS PIES EL SUELO POR DETRÁS DE LA CABEZA.	
4 AÑOS	ACOPLE DE MOVIMIENTO	CORRER Y SALTAR
	DIFERENCIACIÓN MOTRIZ	EMBOCAR EN UN CESTO ALTO
	TRANSFORMACIÓN DEL MOVIMIENTO	MANCHA PALITO DE HELADO
	RITMIZACIÓN	CORRER AL RITMO DE LOS TOC-TOC
	ORG. ESPACIO TEMPORAL	LOS ALUMNOS ARROJARÁN UN PELOTA AL AIRE Y LA TOMARÁN LUEGO DE UN REBOTE EN EL SUELO.
	REACCIÓN	CORRER DESDE UNA LÍNEA HASTA OTRA ENFRENTADA FRENANDO CADA VEZ QUE EL PROFESOR LEVANTA LAS MANOS.
	EQUILIBRIO	SE PONE UNA TABLA SOBRE UNA PILA DE RUEDAS Y SE LES PIDE A LOS CHICOS QUE CAMINEN POR ARRIBA.
	RESISTENCIA	LOS CHICOS CORREN, CUANDO EL PROFESOR APLAUDE MAS FUERTE LOS CHICOS CORREN MAS FUERTE Y CUANDO EL PROFESOR APLAUDE MAS DESPACIO, MAS DESPACIO
	FUERZA	LOS CHICOS SE PONEN EN PAREJAS. UNO SE HACE EL DORMIDO Y EL OTRO LO AGARRA DE LOS BRAZOS Y LO ARRASTRA POR EL SUELO. LOS CHICOS DEBEN SUJETAR FUERTE AL COMPAÑERO
	VELOCIDAD	ADAPTARSE A LA VELOCIDAD DE LOS APLAUSOS DEL PROFESOR
FLEXIBILIDAD	CON PIERNAS JUNTAS DEBERÁN INTENTAR APOYAR LA FRENTE SOBRE LAS RODILLAS.	
5 AÑOS	ACOPLE DE MOVIMIENTO	LOS CHICOS COORDINARÁN LA CARRERA Y EL

6 AÑOS		LANZAMIENTO POR SOBRE UNA SOGA INTENTANDO ACERTAR A UN BLANCO ALEJADO.
	DIFERENCIACIÓN MOTRIZ	LOS CHICOS ORGANIZADOS EN PEQUEÑOS GRUPOS INTENTARÁN EMBOCAR A DISTINTOS BLANCOS ELEVADOS, HORIZONTALES Y VERTICALES.
	TRANSFORMACIÓN DEL MOVIMIENTO	LOS CHICOS CORREN POR EL PATIO Y CUANDO SE ENCUENTRAN CON UNA LINEA CORREN POR ARRIBA DE STA HASTA QUE TERMINE
	RITMIZACIÓN	SALTAR AL RITMO DE LOS APLAUSOS DEL PROFESOR
	ORG. ESPACIO TEMPORAL	LOS NIÑOS ARROJARÁN GLOBOS AL AIRE DE UN LADO DE LA SOGA QUE ESTÁ POR SOBRE SUS CABEZAS Y DEBERÁN TOMARLOS DEL OTRO LADO SIN QUE TOQUEN EL SUELO.
	REACCIÓN	CIGARRILLO 46
	EQUILIBRIO	LOS CHICOS PASARÁN POR UNA TABLA ELEVADA CON UNA BOLSITA SOBRE LA CABEZA.
	RESISTENCIA	EN PAREJAS, TOMADOS DE LA MANO, SOLTARSE Y REENCONTRARSE CON EL COMPAÑERO, CORRIENDO POR EL PATIO.
	FUERZA	SE COLOCAN, LOS CHICOS, EN PAREJAS. EMPUJAR AL COMPAÑERO POR LA ESPALDA, ÉSTE OFRECE RESISTENCIA.
	VELOCIDAD	CORRER DESDE UNA LÍNEA HASTA OTRA ENFRENTADA, CON ZONA MARCADAS EN EL PISO, EN CADA ZONA UNA VELOCIDAD DISTINTA (RÁPIDO O LENTO).
	FLEXIBILIDAD	CON UNA PIERNA EXTENDIDA Y OTRA FLEXIONADA DEBERÁN INTENTAR APOYAR LA FRENTE SOBRE LA RODILLA DE LA PIERNA ESTIRADA
	ACOPLE DE MOVIMIENTO	COMBINAR CARRERA, DRIBLE Y LANZAMIENTO
	DIFERENCIACIÓN MOTRIZ	EN PAREJAS SENTADOS Y ENFRENTADOS DEBERÁN PASARSE LA PELOTA RODANDO CON UN PIQUE INTERMEDIO.
	TRANSFORMACIÓN DEL MOVIMIENTO	DESPLAZARSE EN ZIG-ZAG ENTRE LAS CUBIERTAS COLOCADAS EN HILERA Y SEPARADAS 40 CM ENTRE SÍ.
	RITMIZACIÓN	SALTAR A LA RALLUELA PERO SIGUIENDO UN RITOMO
	ORG. ESPACIO TEMPORAL	LOS ALUMNOS ARROJARÁN UNA PELOTA AL AIRE, SE AGACHARÁN A TOCAR EL PISO Y LA TOMARÁN SIN QUE REBOTE EN EL SUELO
	REACCIÓN	TIRAR LA PELOTA Y CORRER A BUSCARLA
	EQUILIBRIO	LOS CHICOS PASARÁN POR UN RECORRIDO DE CUBIERTAS CON UNA BOLSITA SOBRE LA CABEZA.
	RESISTENCIA	EN PAREJAS, SEGUIMIENTO DEL COMPAÑERO POR TODOS LADOS SIN TOCARLO.
	FUERZA	ZINCHADAS EN GRUPOS DE A DOS.
VELOCIDAD	JUGAR CARRERAS CONTRA UNA PELOTA QUE TIRAN RODANDO	
FLEXIBILIDAD	ACOSTARSE Y LLEVAR LAS PIERNAS EXTENDIDAS HACIA ATRÁS HASTA TOCAR EL SUELO.	