

## Marcha musical



Tipo: Ejercicios    Habilidad: Salud & seguridad, Destreza física & motor, Juego & creatividad

En esta actividad, usted aprenderá a crear un simple juego de marcha que hará que los niños se muevan y hagan ejercicio. Es una actividad perfecta que usted puede adaptar a cualquier tamaño de espacio – grande o pequeño.



### ¿Qué aprendemos?

El ejercicio es una actividad divertida  
Reconocen y siguen patrones e instrucciones  
Conocen las partes del cuerpo

### Materiales o ingredientes

Cinta adhesiva  
Papel de construcción  
Tijeras  
Música

### Direcciones

Primero, coloque pedazos de cinta adhesiva (masking tape) en el suelo para marcar el camino de la marcha. Marque el camino en forma circular u oval para hacerlo simple y seguro para los niños con diversas habilidades.

Usando papel de construcción, corte grandes cuadrados, círculos, rectángulos y otras formas. Coloque estos símbolos en el camino de la marcha.

Toque música e instruya a los niños a seguir al adulto que guía la marcha musical. Cuando llegue a un símbolo en el camino, invente una actividad física divertida que los niños deben completar antes de continuar con la marcha. Por ejemplo, cuando llegue al círculo rojo, instruya a los niños a dar tres saltos para atrás. Cuando lleguen al triángulo amarillo, deben saltar en un pie cuatro veces. Cuando lleguen al cuadrado azul, deben saltar de un lado a otro cinco veces. Y así sucesivamente.

Cuando la canción termine, usted puede repetir la actividad al ritmo de una canción diferente. Esta vez, usted puede indicarle a uno de los niños mayores a que guíe la marcha y a que asigne cuáles son las actividades físicas que los demás niños deberán seguir cuando lleguen a cada marcador en el camino.

Los niños con necesidades especiales pueden formar parte de la marcha de acuerdo a sus habilidades. Si un

niño no puede completar cierta actividad física, busque una actividad física que el niño pueda hacer, tal como aplaudir o saludar con las manos o los brazos.

---

©?2007 Televisión comunitaria del sur de California. Derechos reservados.