

Educación Física En Casa

¡Buenos días! Recuerdo que estos ejercicios son para hacer en vuestro tiempo libre y **NO** tienen **OBLIGACIÓN**, simplemente es una **RECOMENDACIÓN**. Para hoy os he traído otra forma de jugar al **parchís de la Expresión Corporal**.

La Expresión Corporal busca el desarrollo de la imaginación, el placer por el juego, la improvisación, la espontaneidad y la creatividad.

¿Cómo se juega al Parchís de la Expresión Corporal?

El juego se parece bastante al parchís común y corriente que cada uno tiene en casa. La única diferencia es que en cada una de las casillas en las que haya una imagen, hay una prueba de expresión corporal que debe representar la persona que haya caído. Antes de ejecutar la prueba (solo si estiman oportuno todos los concursantes esta opción: puede escribir en un papel lo que va a representar).

El resto de participantes deberán prestar mucha atención a la prueba pues la persona que primero acierte lo que está interpretando el compañero, podrá sumarse tres casillas con cualquiera de las piezas que hay en el tablero.

Para jugar, dado que la inmensa mayoría de los tableros de parchís son igual, podéis coger vuestro tablero y desarrollar la partida echando un ojo al documento que os adjunto, con el fin de saber en cada momento qué es lo que el jugador debe interpretar.

En caso de que no tengáis el parchís, siempre podréis imprimir el tablero que os adjuntamos y jugar sobre el papel impreso.

CASILLAS Y PRUEBAS DEL PARCHÍS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL



El que caiga en esta casilla deberá imitar a un animal durante 20 segundos.



El que caiga en esta casilla deberá representar un ruido concreto.

Ejemplo: el chirriar de una puerta.



El que caiga en esta casilla deberá, utilizando solo la cara, manifestar una emoción: tristeza, miedo, alegría...



El que caiga en esta casilla deberá imitar durante 20 segundos a un personaje famoso, reconocible por el resto de participantes. Puede utilizar para ello la voz.



El que caiga en esta casilla deberá adoptar una postura a través de la cual su cuerpo represente una letra.



El que caiga en esta casilla deberá imitar durante 20 segundos a un personaje de cuento. Puede utilizar la voz.



El que caiga en esta casilla deberá representar durante 20 segundos un deporte, sin utilizar la voz.



El que caiga en esta casilla deberá representar con su cuerpo un número.



El que caiga en esta casilla deberá representar una película (también pueden ser dibujos animados) con su cuerpo sin utilizar la voz. El tiempo empleado será el necesario hasta que alguno de los compañeros averigüe de qué película se trata.



El que caiga en esta casilla deberá tararear una canción sin nombrar nada de su letra.



El que caiga en esta casilla deberá representar, con gestos y movimientos, una profesión. Tiene para ello 20 segundos.



El que caiga en esta casilla deberá imitar a otro de los jugadores. Puede utilizar la voz. Tiene para ello 20 segundos.
























































El que caiga en esta casilla deberá coger un objeto cercano y representar un uso diferente al que en realidad tiene.



El que caiga en esta casilla deberá imitar con sus gestos una acción doméstica: fregar los cacharros, hacer la cama, preparar la comida, tender la ropa...

Ahora solo toca..... **¡¡¡¡DIVERTIRSE!!!!**

Yo os doy una serie de ejercicios que podéis hacer o modificar como cada familia considere, tanto en número de repeticiones como los ejercicios, y los podéis modificar como ¡vosotr@s queráis! Como siempre yo os doy ciertas recomendaciones para que hagáis cierta actividad física.

		50 	51 ●	52 													
		49 		53 													
		48 		54 													
		47 		55 													
		46 ●		56 SALIDA													
		45 		57 A													
		44 		58 													
67 	66 	65 	64 	63 ●	62 	61 	60 	43 	42 	41 	40 A	39 SALIDA	38 	37 	36 	35 	
68 ●																	
1 	2 	3 	4 	5 ○	6 A	7 	8 	9 	26 	27 	28 	29 ●	30 	31 	32 	33 	34 ●
		10 		24 													
		11 		23 A													
		12 ●		22 SALIDA													
		13 		21 													
		14 		20 													
		15 		19 													
		16 	17 ●	18 