

EDUCACIÓ FÍSICA

Et proposem viure la llegenda de Sant Jordi, com si fossis el cavaller o la princesa que viu en primera persona diferents aventures!

Jocs o activitats que pots fer:

✚ FES DESPLAÇAMENTS PER ACTIVAR-TE:

- Corrent endavant, enrere, a peu coix, pujant genolls al pit, talons al cul...
- Com si fossis els animals que fugen del drac : cavalls, vaques, porcs, gallines, serps, aranyes?

✚ FES UN CIRCUIT D'AGILITAT: On hagi de saltar, reptar o escalar...

✚ JOC DE POSAR AL DRAC A LA COVA:

Com el joc de posar la cua a l'ase, dibuixa una cova i un drac i amb els ulls tapats segueix les instruccions que et digui el pare/mare/germà o germana.



✚ SALTA LA MURALLA!

Quants rotllos de paper pots arribar a saltar?

✚ TROBA AL DRAC!

Com el joc de trobar el tresor. El drac s'ha amagat per casa i l'heu de trobar. Feu un mapa de la casa i amagueu el drac. Escriviu unes instruccions perquè algú altre les segueixi i el trobi.

- Punt de partida: la cuina, mirant cap a ...
- Avança X passos endavant.
- Gira un quart (90°) a la dreta.
- Etc.

Per fer-ho més emocionant, si vols pots introduir la brúixola i els punts cardinals. Segur que al mòbil tens alguna aplicació.

Pels més petits, juga igual però amb fred-calent quan es vagi apropant al drac!

✚ DERRIBA AL DRAC!

A l'edat mitjana feien tir amb arc, us proposem fer un joc de punteria per derrotar als dracs. Pots fer-los amb rotllos de paper de vàter o llaunes de refresc.



Esperem que us divertiu jugant a alguns d'aquest jocs i us animeu a penjar alguna foto al Padlet de la web de l'escola!