

Edad: 8 a 9 años



Juegos y movimiento

MAMÁ CON ARTE

8 - 9 AÑOS

retos + lógica + actividad física consciente

En esta etapa los niños desarrollan mayor autonomía, pensamiento estratégico y resistencia física. Disfrutan retos que los invitan a pensar, tomar decisiones y superar desafíos de forma consciente y saludable.

Cuerpo activo, mente despierta y corazón motivado.



Objetivo:

Potenciar el pensamiento lógico, la toma de decisiones, la resistencia física y la conciencia corporal a través de retos más complejos, colaborativos y significativos.



Enfoque de aprendizaje:

● Retos físicos con propósito y conciencia corporal



● Juegos de lógica, estrategia y resolución de problemas



● Planificación, concentración y memoria



● Trabajo en equipo, liderazgo y comunicación



● Autonomía, responsabilidad y superación personal



● Actividad física consciente: fuerza, flexibilidad, resistencia y equilibrio



Recomendación:

Incluye circuitos, desafíos por tiempo, juegos de pensamiento y dinámicas cooperativas.

El movimiento consciente y la mente enfocada los preparan para grandes retos.



Cada reto es una oportunidad para crecer, aprender y brillar.

Aviso de uso del material

Este material ha sido creado con dedicación por Paola Yepes, fundadora de Mamá con Arte, como un recurso de apoyo para acompañar a las familias durante las vacaciones, promoviendo el aprendizaje, el juego y el fortalecimiento de los vínculos familiares.

Su contenido está protegido por derechos de autor.

Queda prohibida su comercialización, reproducción, distribución, modificación o venta, total o parcial, en cualquier medio físico o digital, sin la autorización previa y por escrito de la autora.

Este material es de uso personal y familiar, y ha sido elaborado exclusivamente para la comunidad de Mamá con Arte.

Al respetar este trabajo, contribuyes a que podamos seguir creando recursos educativos de calidad para más familias.

MAMÁ CON ARTE



3. Reto contra el tiempo



Materiales: Esta plantilla, cronómetro

Instrucciones:

1. Completa los retos en el tiempo indicado.
2. Supera tu propio récord.
3. ¡Tú puedes! ♥

MAMÁ CON ARTE

20 saltos en el lugar	mi tiempo: <input type="text"/>
-----------------------	---------------------------------

15 sentadillas	mi tiempo: <input type="text"/>
----------------	---------------------------------

1 minuto de plancha	mi tiempo: <input type="text"/>
---------------------	---------------------------------

1 camino de equilibrio	mi tiempo: <input type="text"/>
------------------------	---------------------------------

30 zancadas	mi tiempo: <input type="text"/>
-------------	---------------------------------

20 abdominales	mi tiempo: <input type="text"/>
----------------	---------------------------------

30 escaladores	mi tiempo: <input type="text"/>
----------------	---------------------------------

1 min superhéroe	mi tiempo: <input type="text"/>
------------------	---------------------------------



Beneficio: Mejora resistencia, fuerza y autoconfianza.