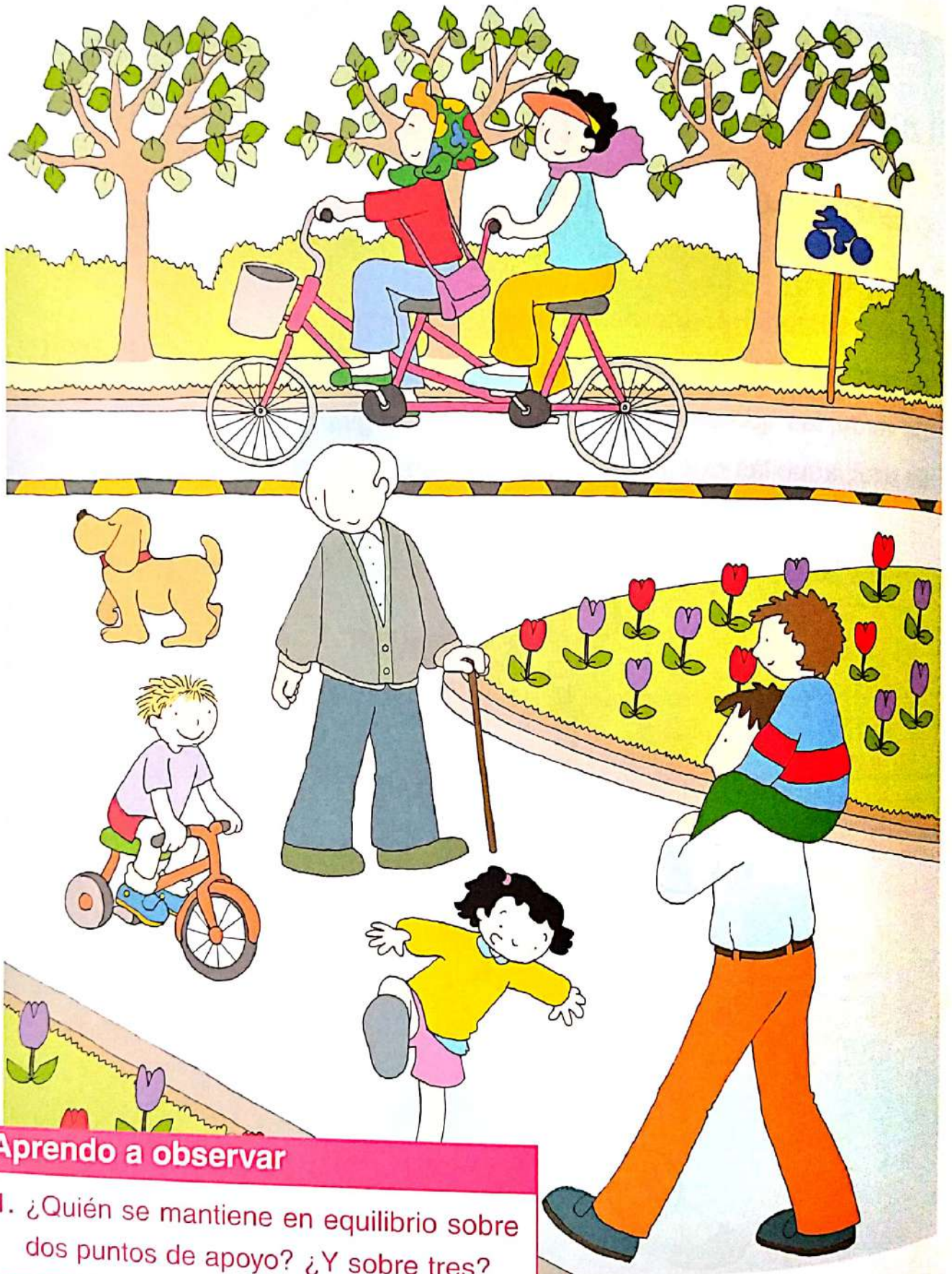


Los sentidos y el equilibrio



Aprendo a observar

1. ¿Quién se mantiene en equilibrio sobre dos puntos de apoyo? ¿Y sobre tres?



Descubro lo que sé

★ Observa la lámina de la página anterior y contesta.

¿Quiénes hacen equilibrios sobre un objeto?

¿Quién ha perdido el equilibrio y está a punto de caer?

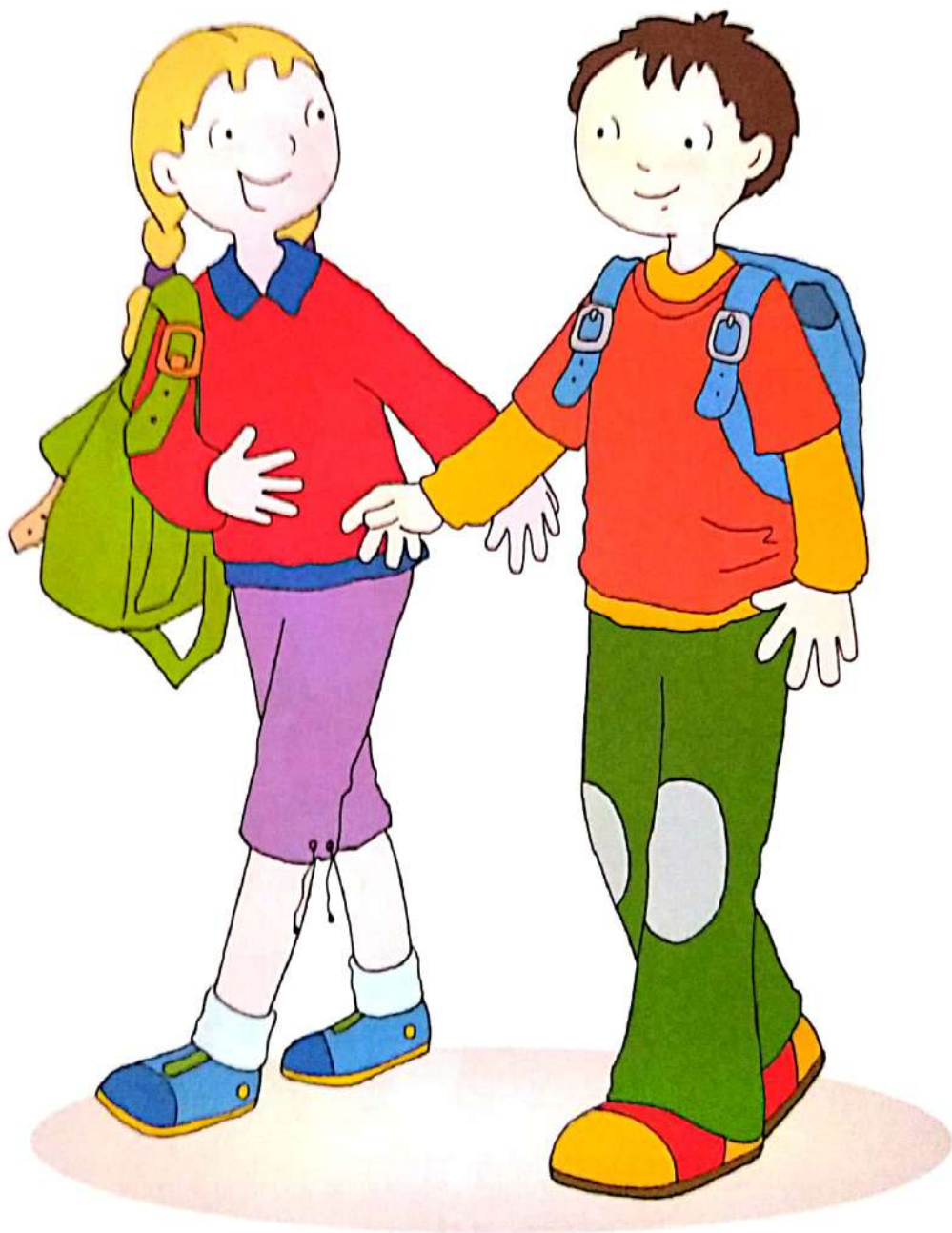
¿Quién lleva a alguien en equilibrio encima?

¿Por qué es más fácil para el perro mantener el equilibrio que para los demás personajes?



Para no dañar tu espalda, debes mantenerla recta cuando estés de pie y cuando estés sentado.

Al caminar, levanta la cabeza y mantén el cuerpo derecho. Si llevas mochila, ajústala bien. No la cuelgues de un solo hombro.



Mal

Bien

★ Lee, observa y aprende.

Quando estés sentado, mantén la espalda recta y apoyada en el respaldo de la silla, y los dos pies, bien colocados en el suelo.



Bien

Mal

Mal

★ Juega a «mi espalda recta».

Hay que caminar hasta la meta sin salirse de la línea trazada en el suelo y llevando un libro sobre la cabeza. Si a alguno se le cae el libro, debe volver al punto de partida y empezar otra vez.



Mantengo cosas en equilibrio

- ★ Corre con un globo sobre la cabeza sin que se te caiga.



- ★ Juega a ver quién llega antes a la meta llevando una pica en equilibrio sobre la palma de la mano.

