

PLANILLA DE SESIÓN TIPO

ACTIVIDAD: NAT.NEC.ESPE. JOEL	FECHA: 27/03/2020	
OBJETIVOS DE LA SESIÓN: ATENCIÓN Y EQUILIBRIO		
LUGAR: PASILLO, SALA O BAÑO		
MATERIALES: CHAPAS, PAJITA Y VASO		
TÉCNICO DEPORTIVO: ALBERTO CANOSA		

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES:	Tiempo de ejercicio/nº
--	-------------------------------

**MEDIANTE LOS SIGUIENTES EJERCICIOS
CONSEGUIR LA ATENCIÓN DEL NIÑO ASI COMO
REALIZAR UNAS ACTIVIDADES BASICAS DE
EQUILIBRIO E INTERACI3N CONSIGO MISMO Y CON
LA PERSONA QUE LO AYUDA A REALIZAR DICHOS
EJERCICIOS**

repeticiones

PLANILLA DE SESIÓN TIPO

Parte Principal	Tiempo de ejercicio/nº repeticiones
1º SEGUIR UNA LINEA DE BALDOSAS SIN SALIRSE DE ELLAS. (PASILLO)	1º 3 VECES
2º SALTAR DE BALDOSA EN BALDOSA CON LOS PIES JUNTOS. (PASILLO)	2º 3 VECES
3º IDEM ANTERIOR PERO A LA PATA COJA	3º 3 VECES
4º CAMINAR HACIA ATRAS (PASILLO)	4º 3 VECES
5º COLOCAR DIFERENTES OBJETOS TODOS REVUELTOS Y ELEGIR EL INDICADO	5º 5 VECES
6º DELANTE DE UN ESPEJO,ACARICIARSE LA CARA, DECIRLE QUE SE TOQUE EL PELO, NARIZ, OREJA Y DIFERENTES PARTES DEL CUERO.	6º 1 MINUTO
7º LLENAMOS UN VASO CON AGUA Y CON UNA PAGITA HACER QUE HAGA BURBUJAS SOPLANDO A TRAVES DE ELLA	7º 10 VECES
Vuelta a la Calma	
JUGAR O REALIZAR ALGUN EJERCICIO ELEGIDO POR EL NIÑO	5 MINUTOS