

# 1. ¿CÓMO SE MUEVE MI CUERPO?

## Juegos para divertirse en familia

### JUGAMOS CON LOS SENTIDOS

#### Corazones de azúcar (gusto)

##### Ingredientes:

300 ml de puré o zumo de fruta natural (fresa o frambuesas), 200 ml de agua, 15-20 g de gelatina neutra (7-9 hojas)

##### Utensilios:

Moldes de silicona con forma de corazón.

##### ¡Manos a la obra!

- Calentar el agua en un cazo a fuego medio. Añadir la gelatina y remover hasta que se disuelva por completo.
- Incorporar el puré o zumo de fruta y mezclar bien.
- Verter la mezcla caliente en los moldes y dejar que se enfríen a temperatura ambiente. Luego, refrigerar durante al menos 3 horas, hasta que estén bien firmes.
- Desmoldar con cuidado y colocar los corazones sobre una bandeja o plato. ¡Ya están listos para comer!

#### ¿A qué huele? (olfato)

##### Materiales:

Botes, vasitos o cajitas opacas (que no sean transparentes) y de tamaño similar, algodón y distintas sustancias aromáticas suaves (evitar olores fuertes que puedan irritar el olfato)

##### ¡Manos a la obra!

- Colocar en cada dos botes o cajitas un trozo de algodón impregnado con la misma sustancia aromática.
- Mezclar todos los recipientes y colocarlos sobre la mesa.
- Jugar a oler cada bote o cajita y adivinar cuáles huelen igual, formando las parejas correspondientes.

#### ¿De qué se trata? (tacto)

- Tapar los ojos al niño o niña y pedirles que adivinen por el tacto objetos conocidos que tendrán en sus manos (un peine, un vaso, una pelota, etc.).

#### ¡Jugamos en el parque! (oído)

- Llevarlos al parque y proponerles un juego de escuchar atentamente: cerrar los ojos durante unos segundos e identificar sonidos que escuchan (pájaros, hojas, niños jugando, perros, coches lejanos, etc.).
- Mientras, grabar pequeños audios con el móvil de esos sonidos que van identificando.
- Una vez en casa, escuchar juntos los audios en familia y comentar: ¿qué sonido es este?, ¿te acuerdas dónde estábamos?, ¿cómo te sentías cuando lo escuchaste?, ¿cuál fue tu sonido favorito?

#### Miramos fotos o imágenes de deportistas (vista)

- Buscar en internet fotografías de distintos deportes y deportistas, observarlas y comentarlas. Preguntarles sobre detalles de las imágenes para trabajar la atención visual (¿de qué color era la camiseta del deportista?, ¿cuántos jugadores había?...). Hablar sobre qué deporte les ha llamado más la atención y cuál les gustaría practicar.

#### ¡Un día de piscina!

- Hacer una sesión de piscina en la que practiquen la natación y jueguen con el agua y los cinco sentidos.
- La piscina es un buen lugar para jugar y enseñarles a perder el miedo al agua: salpicar, chapotear, tirarse al agua si saben nadar, etc.