

TIPOS DE EQUILIBRIO

Los alumnos y alumnas de 4º trabajaron distintos tipos de equilibrio junto con volteretas durante el mes de febrero.

El mes pasado fue clave en las habilidades gimnásticas, el alumnado de 4º practicó distintos tipos de equilibrio: estático con diferentes apoyos, con ojos cerrados, con compañeros, sobre el miembro inferior o el superior, sobre base estrecha y equilibrio dinámico con juegos, pasando de diferentes maneras encima de un banco y en altura recibiendo objetos.

Algunos ejemplos de equilibrio estático son el equilibrio de la grulla, el ángel, la mosca o el pino en la pared. Distintos tipos de equilibrio en grupo los fueron descubriendo autónomamente como las pirámides y combinándolo con saltos y volteretas.

Si bien es cierto que no todo el alumnado terminó haciendo todo el repertorio de equilibrios, ya tienen ese gusanillo para seguir practicándolo a modo de reto hasta que el curso que viene lo vuelvan a intentar con un poco más de fuerza en sus cuerpos que les lleve a la consecución de dicho reto.



Equilibrio sobre un pie con ojos cerrados.



Equilibrio sobre dos apoyos.



Equilibrio de la mosca sobre dos manos.



Equilibrio invertido apoyado en la pared.



Equilibrio con compañeros.



Equilibrio dinámico.



Sobre una altura a pata coja recibiendo objetos.



Equilibrio en grupo.

Justi Buzo

Profesora E. Física

CEIP EL Llano "Monesterio"