

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Cursos 1º y 2º Educación Primaria

El Jardinero de Estrellas

**Actividad para el desarrollo de la
inteligencia cinético-corporal**

PARA HACER EN GRUPO

El Secreto del Astrónomo Orión

Se plantea con el objetivo de potenciar la inteligencia cinética, es decir la capacidad de unir el cuerpo y la mente para desarrollar la expresividad.

Explicar al alumnado:

Orión era un astrónomo que se pasaba muchas horas mirando por su telescopio, así que a veces se sentía cansado. Entonces hacía un ejercicio secreto que le permitía volverse a concentrar muy bien:

- El alumno/a se sitúa frente a una pared o el respaldo de una silla, apoyando las manos. Coloca una pierna hacia atrás y se inclina hacia delante, flexionando la rodilla de la pierna que queda adelante. Levanta el talón del suelo, llevando a la vez todo el peso hacia la pierna flexionada. Después baja el talón llevando mayor peso hacia el pie de la pierna estirada. Para hacerlo de manera lenta y por tanto estirar mejor



los músculos y tendones, al subir el talón inspirar, y al bajar el talón, espirar. Cambiar las piernas, estirando la pierna doblada y doblando la pierna estirada. Realizar el mismo proceso.

[Paul Denninson, el creador de la gimnasia cerebral, comprobó que este ejercicio permitía una reeducación natural de los tendones de los pies y parte inferior de las piernas. La retracción de los tendones está asociada al reflejo cerebral de retirada y por tanto de no expresión. Con este ejercicio podemos realizar una mayor integración del cerebro anterior y posterior para mejorar la expresión oral y el leguaje]

Actividad para desarrollo de la inteligencia musical

PARA HACER EN GRUPO

Utilizando el ritmo con las palmas y los pies, recitar la poesía que declaman las olas. Se puede repetir varias veces para terminar al final con una música suave para relajar al alumnado.

Actividad para desarrollo de la Inteligencia Natural

PARA HACER EN GRUPO

Abejas Laboriosas

Explicar cómo elaboran las abejas la miel, destacando que es un proceso en el que se requiere paciencia.

Material:

- 1 bote de miel
- Palitos de madera para hacer polos helados

- 1)** Darle a cada alumno/a un palito con miel para que la pruebe.
- 2)** Preguntar en qué alimentos o recetas podemos añadir miel.
- 3)** Si es invierno, dejar un poco de miel en la ventana unas horas para que comprueben cómo se solidifica con el frío.