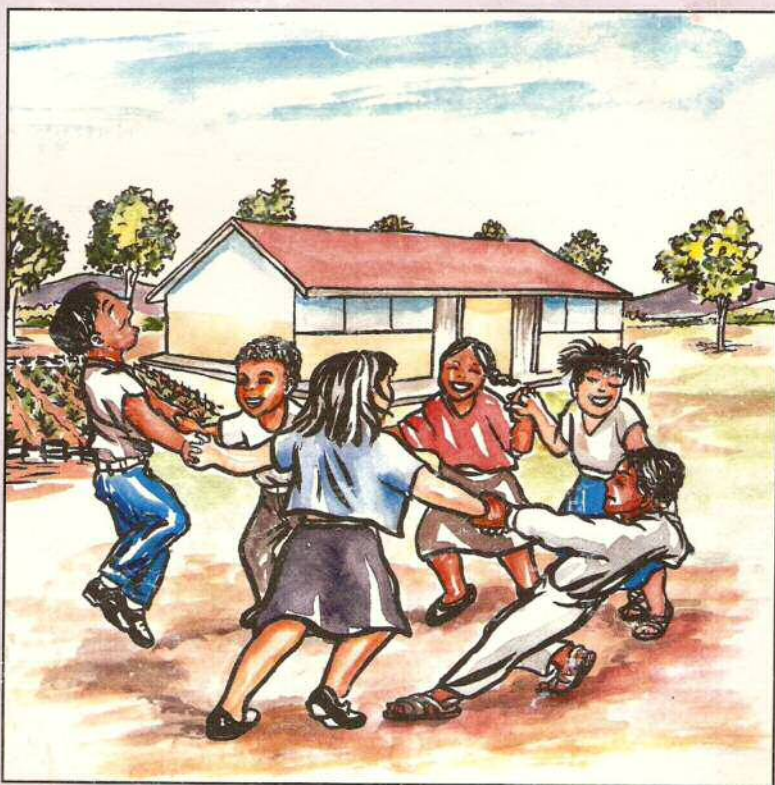


Vamos a Jugar

Antología juegos

CEND
CELMP
PNAEC
PALESCP

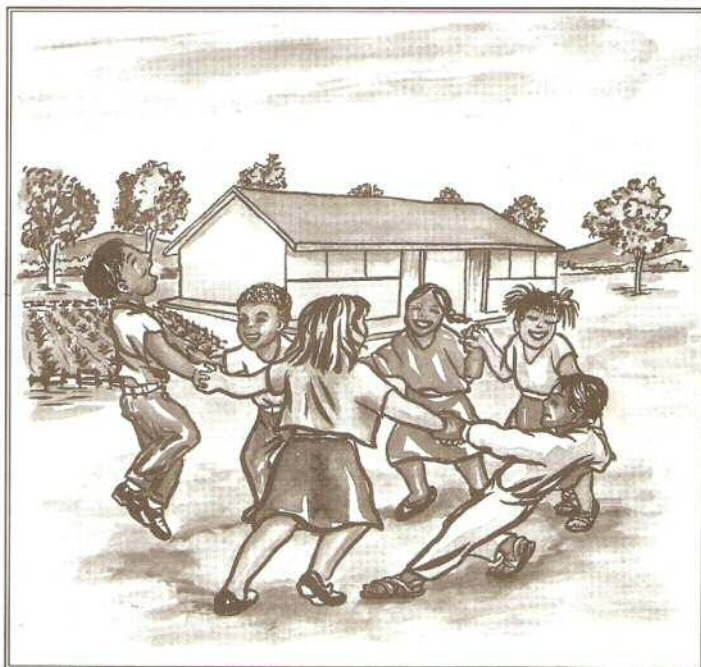


Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación
Sección XVIII
Michoacán

“Vamos a Jugar”

ANTOLOGÍA DE CANTOS, COROS Y RIMAS.

Complemento a la Propuesta Alternativa
para la Lecto-escritura



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación
Sección XVIII
Michoacán

Introducción

El canto es uno de los intereses primordiales en el niño; funge, además, un papel esencial en el proceso enseñanza aprendizaje. Entendemos que a través de éste, el niño interactúa con sus compañeros, con su medio y con los contenidos a tratar.

El canto permite una vinculación activa de la realidad del medio donde se desarrolla el alumno, aún más si tal actividad es intencionada, ya que favorece la formación y desarrollo de los procesos psíquicos para la formación de su personalidad. Contribuye a la formación, a la manifestación de su iniciativa, colaboración, creatividad, enriquecimiento emocional y afectivo, a las relaciones interpersonales, a la formación de hábitos de la vida colectiva, cualidades morales encaminadas a la promoción de valores y, sin duda, al desarrollo de la actividad psíquica y física. Asociado a ello nos va a permitir en el niño el reconocimiento del esquema corporal, percepción y organización, ubicación espacial, psicomotricidad gruesa y fina, lateralidad, habilidades y destrezas básicas, percepción temporal y ritmo, la memoria, expresión corporal, dramatización y, sin duda alguna, expresión oral y escrita.

Debemos entender que el canto es una herramienta valiosa para el docente que, además de desarrollar todos los aspectos mencionados le van a permitir al niño acelerar la actividad cognoscitiva, aprender jugando motivado e interesado, involucrando a todos los elementos que le van a permitir realmente el desarrollo de su personalidad, así como la adquisición de la lecto-escritura.

La presente antología responde a la necesidad que se nos presenta en el trabajo diario en el aula, en apoyo al trabajo del método alternativo para la lecto-escritura, siendo congruente con los fundamentos teóricos que sustentan la propuesta. Contiene una serie de cantos en los cuales se desarrollan los elementos ya mencionados, tiene un carácter integral, flexible, los cuales se pueden adaptar con facilidad a los contenidos que trabajamos. De forma general, cada canto maneja el contenido a trabajar, objetivos didácticos, actividades de aprendizaje, actividades de evaluación y otras propuestas para implementar la actividad.

Esperamos que esta antología sea de gran utilidad para el trabajo diario, sin olvidar la importancia de estas actividades en la formación integral del niño, sobre la base del desarrollo de todas sus potencialidades.

ÍNDICE

NUESTRA IMAGEN	4	¡Esto parece un circo!	34
Las piedras	5	Lanzamos a la Diana	35
Buscar la pareja	6	Saltando bancos	37
Pañuelos	8	Que no caiga el globo	38
Cintas	9		
Picas	10	EQUILIBRIO	39
Deslizarse sobre pelotas	11	Posturas	42
Construcciones humanas	12	Quietos como clavos	43
Escalar alturas	13	Hacer esculturas	44
Rodar con pelotas	14	Transporte de estatuas	45
		Explorar la sala	46
CONOZCAMOS EL ESPACIO	15	Los borrachos	47
Nos movemos por el espacio	17	Equilibristas	48
Jugamos con los aros	18	Sacos y pañuelos	50
Gatos y ratones	20		
Hacemos caminos	21	JUGUEMOS CON RITMOS	51
Vagones	22	Marionetas	53
Tierra, mar y aire	24	Cartas musicales	54
Carreteras	25	Fuerte y flojo	55
Cuatro paredes	26	La ardilla despistada	56
Aros voladores	27	Cada pájaro vuela a su nido	57
		Stop	58
MOVERNOS CON HABILIDAD	28	Coros círculos y serpientes	59
Animales de la selva	30	"La muntanyeta", danza catalana ..	60
Podemos andar de muchas maneras	31	MÁSCARAS, TPAOS Y ESPEJOS	61
Saltar ríos	32	Caras	63
Realicemos un circuito	33	El hilo invisible	64

Nuestra Imagen

La sensibilización y exploración del cuerpo físico con su simetría anatómica y su asimetría funcional; la exploración de la imagen especular; el conocimiento de segmentos corporales así como del espacio global que ocupamos y en el que entramos en contacto con los demás y con los objetos es lo que permite una percepción de uno mismo, una imagen o esquema mental de las dimensiones de las características de nuestro cuerpo para posteriormente conocer el entorno y las posibilidades comunicativas y de coordinación motriz que podemos desarrollar en él.

En la etapa de educación infantil las propuestas didácticas van dirigidas a la sensibilización y toma de contacto de cuerpo y de sus posibilidades motrices. A la edad de 5 – 6 años, el acento estará en la verbalización y la representación de estos aprendizajes para poder elaborar una respuesta cognitiva, motriz y afectiva que sea eficaz y autónoma.

CONTENIDOS A TRATAR:

CONCEPTOS

- Imagen parcial y global del cuerpo
- Segmentos corporales: nombre, medida, proporciones, forma.
- Rasgos de identidad propios y de los demás. Similitudes y diferencias.
- Predominancia lateral. Conocimiento de la izquierda y la derecha en proyecciones, simetrías y traslaciones.
- Características de partes del cuerpo y de objetos similares y cotidianos.

PROCEDIMIENTOS

- Sensibilización de receptores sensoriales, esteroceptivos, quinesésicos y psíquicos o emotivos.
- Experimentación de medidas, proporciones y amplitudes segmentarias y articulares.
- Adquisición del dominio corporal y de destrezas motrices en ambos lados del cuerpo.
- Utilización y ejercitación de los segmentos simétricos del cuerpo.
- Exploración del espacio de relación.
- Orientación espacial del propio cuerpo. Adaptación de posturas y direcciones del movimiento

ACTITUDES

- Curiosidad por el propio cuerpo y el de los demás
- Atención y respeto hacia los demás
- Disponibilidad en la organización del material y del espacio en general.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Adquirir un buen control global y segmentario.
- Distinguir el mayor número de características posibles de ciertas partes del cuerpo.
- Experimentar cambios en el tono muscular.

- Representar posturas diversas con contenido o sin contenido simbólico
- Controlar posturas y movimientos con los ojos cerrados.
- Controlar movimientos segmentarios.
- Mostrar y ser conscientes de la dominancia lateral de los segmentos corporales.
- Distinguir la propia derecha e izquierda.

POSIBLES ACTIVIDADES

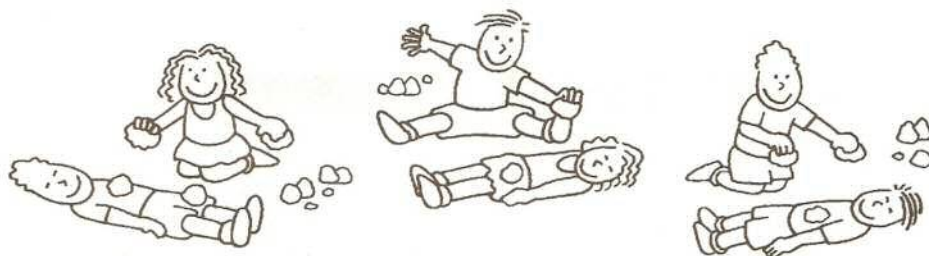
- Relacionadas con la adquisición del esquema corporal:
 1. sensibilización del cuerpo y sus partes.
 2. exploración de los sentidos a través del contacto con los objetos y con los demás
 3. ejercitar espontáneamente una predominancia lateral.
 4. ofrecer la posibilidad de experimentar con las dos partes del cuerpo.
 5. desarrollar el tono muscular.
 6. posturas.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tendremos en cuenta los siguientes aspectos:

- Nombrar las partes o segmentos corporales adecuadamente.
- Placer de descubrir a los demás y a uno mismo.
- Representación plástica de su esquema corporal.
- Reconocimiento de las características perceptivo – motrices propias y de los demás.
- Capacidad de inventiva y de resolución de problemas.
- Distinguir y reconocer la derecha y la izquierda propias.

LAS PIEDRAS



CONTENIDOS

- Localización y conocimiento de los segmentos y puntos corporales.
- Atención y sensibilidad al tacto.
- Sensibilidad y control en el movimiento.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- distinguir las partes del propio cuerpo. Familiarizarse con su denominación.
- Habituar a mantener un clima de tranquilidad y relajación.
- Respetar la sensibilidad y el ritmo de los demás.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: piedras u objetos pequeños (construcciones, maderas, etc.).
- Espacio: interior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: por parejas. Uno esta tumbado con los ojos cerrados en el suelo y el otro, arrodillado o sentado a su lado, dispone de un puño de piedras.
- Desarrollo de la actividad: el que esta sentado coloca suavemente las piedras en diferentes puntos del cuerpo. Cuando ha terminado, el otro tiene que adivinar exactamente donde están situados. En la medida que van nombrando la parte del cuerpo, el compañero retira la piedra. Las piedras que no se aciertan se deja en el sitio, y al final, con los ojos abiertos, se retiran para poder recordar el nombre y el punto que no se ha percibido. Se cambian los roles.

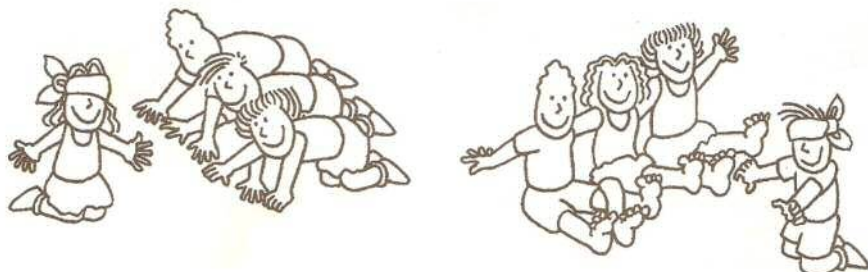
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Cuando se haya colocado todas las piedras (3 ó 4) sobre el cuerpo. El que las ha colocado, puede pasear por la sala para buscar ideas o lugares difíciles de adivinar. De esta manera, se podrá aprender de los iguales.
- Antes d cambiar el turno, se comentarán en voz alta las posibles dudas y discrepancias sobre la denominación del punto donde se ha colocado la piedra. Esta actividad puede ser de evaluación y de aprendizaje a la vez.
- Se observará la sensibilidad en el momento de colocar las piedras.
- Se tendrá en cuenta que el ambiente ha de ser tranquilo y relajado. Si no es así no se pueden cumplir los objetivos.

OTRAS PROPUESTAS

- Una vez que se haya realizado ya un par de veces este ejercicio, se pueden enfocar hacia un trabajo de conocimiento más preciso de las partes del cuerpo y un inicio a la adquisición de la lateralidad. Se pedirá la distinción entre las partes pares y las partes impares. Cuando se pongan las piedras en partes pares se tendrá que adivinar en que lado del cuerpo se han colocado.

BUSCAR LA PAREJA



CONTENIDOS

- Sensibilidad al tacto.
- Memorización de características físicas.
- Diferencia y similitud entre los segmentos corporales de los compañeros

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Desarrollar la capacidad de atención hacia la actividad del otro.
- Ejercitar la diferencia y similitud de sensaciones táctiles, térmicas y cenestésicas de los diferentes segmentos corporales.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: pañuelos o antifaces de tela para vendar los ojos.
- Espacio: interior.
- Duración: a partir de 10 minutos.
- Distribución: por grupos de 4 a 6 niños. Cada grupo menos un miembro, se agrupará lo más apiñado posible y colocará las manos y los pies el suelo, desordenadamente. El que está separado se sienta en el suelo, en el centro o delante del grupo, con los ojos vendados.
- Desarrollo de la actividad: cuando el grupo ha colocado sus manos revueltas en el suelo se dará una señal al que está con los ojos cerrados. Éste tiene que escoger una mano, reconocerla bien y buscar la correspondiente pareja. Cuando finalice, se escogerá a otro miembro del grupo hasta que todos hayan pasado. Después de adivinar las manos se puede seguir con los pies.

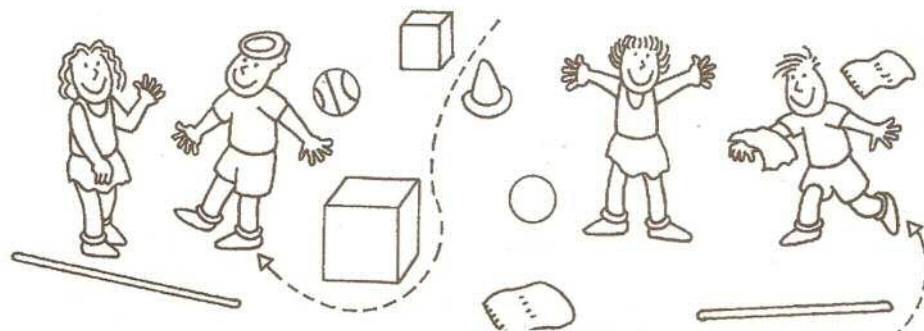
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Se pedirá a los niños y las niñas que vayan verbalizando las sensaciones que reciben al tacto y a través del movimiento y del peso. Esto servirá para adquirir vocabulario y para los receptores que escucharán características de su propio cuerpo.
- El maestro o la maestra irá pasando a través de los grupos haciendo preguntas para favorecer la atención hacia calidades sensoriales que no se hayan descrito.
- Para terminar, y de una manera libre, irán comparando sus manos para intentar describirlas (forma de uñas, heridas, hasta que altura llegan los diferentes dedos de la mano, cuáles son los más largos, etc.).

OTRAS PROPUESTAS

- Se forma un círculo cerrado. El que está en medio debe avanzar hasta localizar unas manos o unos zapatos. Cuando ya los ha reconocido, el grupo gira y se cambian las posiciones. El que está en el centro con los ojos vendados, localizará a través del tacto las manos que tocó en el inicio. Al acabar tendrá que intentar adivinar de quién son.
- Con la misma propuesta se puede escoger, en lugar de las manos, los zapatos, los pantalones, el pelo, etc.

PAÑUELOS



CONTENIDOS

- Disociación entre movimiento y quietud en segmentos corporales distintos.
- Orientación y localización de los objetos respecto a sí mismo.
- Adaptación del cuerpo. Postura y tono muscular.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- anticipar recorridos en los desplazamientos verticales y horizontales.
- Buscar estrategias para el movimiento confortable.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: pañuelos, picas, sacos de arena.
- Espacio: interior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: todo el grupo se distribuirá por parejas. Uno estará tumbado en el suelo. Cada pareja dispondrá de material: pañuelos, sacos, rings, etc. por la sala habrá materiales semi-fijos para dificultar los desplazamientos.
- Desarrollo de la actividad: se trata de colocar a la pareja el pañuelo o el objeto sobre una parte del cuerpo que se quiera. Cuando el objeto esté afianzado, la niña o el niño se levantará con el objeto a cuestas intentando que no se caiga. Después deberá desplazarse por el espacio según le vaya indicando el compañero. Éste le acompañará todo el trayecto para ayudarlo. Posteriormente, cambian los roles.

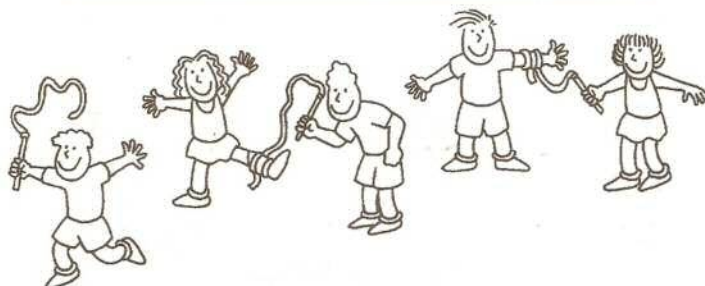
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Indicar que la pareja ha de desplazarse con el objeto con la misma colocación de manera que se puedan imitar o sugerir recursos mutuamente.
- Observar la delicadeza en el trato
- Observar la seguridad en los desplazamientos.

OTRAS PROPUESTAS

- El objeto se lleva entre los dos, sin agarrarlo con la mano.
- Se desplaza con más de un objeto sobre el cuerpo.
- El maestro propone apoyos en diferentes partes del cuerpo de manera que le obligue a moverse en cuadrupedia, arrastrándose, etc.

CINTAS



CONTENIDOS

- Conciencia de grandes segmentos corporales.
- Predominancia lateral.
- Control el gesto n brazos y muñecas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Envolver y desenvolver partes del cuerpo.
- Explorar los límites del espacio corporal y del espacio próximo.
- Favorecer los dos sentidos de rotación en el gesto gráfico.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: cintas de colores.
- Espacio: interior o exterior.
- Duración: 10 a 15 minutos.
- Distribución: por parejas o tríos, según el numero de cintas de que se disponga.
- Desarrollo de la actividad: primero se deja jugar libremente con las cintas formando dibujos en el aire. Por parejas, intentar envolver una parte del cuerpo del compañero (brazo, pierna, cabeza...). para finalizar se pedirá que, con cuidado, se envuelva una parte del cuerpo y se desenvuelva a distancia, con el mango de la cinta cambiando el sentido de rotación.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Con los movimientos espontáneos de las cintas se observará la fluidez y amplitud de los trazos marcados en el aire.
- Uso y predominancia lateral.
- Control y precisión del gesto en los segmentos corporales
- Seguridad en la ejecución de los dos sentidos de rotación.

OTRAS PROPUESTAS

- una vez envuelto un segmento corporal, el niño o niña que sostenga la cinta por el mango actúa de soporte y punto de referencia mientras que la pareja va deshaciéndose de la cinta volteando con su propio cuerpo.
- en la primera parte del ejercicio se pueden añadir fragmentos musicales de manera que se coordine el movimiento con las cadencias.

PICAS



CONTENIDOS

- Coordinación de la fuerza y movimiento de dos segmentos corporales.
- Exploración de dimensiones y distancias entre partes del cuerpo.
- Flexibilidad agilidad.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Explorar posturas y movimientos utilizando el espacio próximo.
- Adaptar el tono muscular y la postura.
- Afianzar el dominio y agilidad de movimientos en los dos lados del cuerpo.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: picas de distintos tamaños. Se puede utilizar música.
- Espacio: interior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: distribuido el grupo por toda la sala, procurando que puedan moverse libremente sin desplazamientos.
- Desarrollo de la actividad: sosteniendo las picas entre dos puntos de apoyo del cuerpo, se trata de buscar todas las posibilidades de movimiento, sin levantar los pies del suelo. Se trata de buscar la máxima movilidad en diferentes alturas y direcciones del espacio.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Hacer un dibujo de la actividad haciendo énfasis en las posturas para mejorar el desarrollo del esquema corporal.
- Comprobar si se utilizan todos los lados del cuerpo y todas las direcciones del espacio

OTRAS PROPUESTAS

- Este ejercicio se puede realizar por parejas. El que sostiene la pica con dos puntos del cuerpo se convierte en un puente móvil por donde puede pasar el compañero.

DESLIZARSE SOBRE PELOTAS



CONTENIDOS

- Equilibrio dinámico.
- Adaptación de posturas y movimiento a las características del material.
- Deslizamientos segmentarios y generales del cuerpo.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Buscar la posición más confortable o relajada.
- Escoger estrategias, anticiparse a la acción.
- Aumentar la autonomía del cuerpo en relación a un objeto.
- Verbalizar sensaciones corporales.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: pelotas de todos los tamaños, calidades y materiales.
- Espacio: interior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: todo el grupo tumbado en el suelo y ocupando toda la sala. Cada uno dispone de, al menos, una pelota.
- Desarrollo de la actividad: tumbados van a experimentar las partes del cuerpo que pueden rodar por encima de la pelota. El cuerpo avanza o se mueve con el deslizamiento del balón. Al cabo de un rato se pueden añadir pelotas por la sala (el mayor número posible) hasta que todos puedan ir de un lado al otro deslizándose por encima de ellas. Pueden ayudarse con las manos para colocar correctamente el cuerpo sobre los balones.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

En la fase de experimentación:

- observar la atención y concentración en la actividad de rodar y deslizar los segmentos corporales.
- Buscar la máxima amplitud de movimientos que permita cada segmento.
- Aconsejar el uso de segmentos simétricos, uno después del otro, para descubrir y afirmar su lateralidad.
- Comentar, mientras van actuando, las partes que se deslizan con mayor facilidad, verbalizando el nombre y la predominancia lateral de los segmentos corporales.

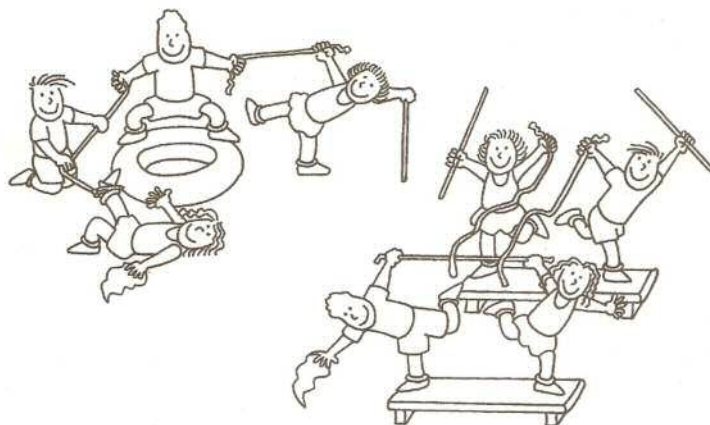
En los desplazamientos globales:

- Conciencia de la velocidad y de la aceleración al deslizarse
- Experimentación de movimientos difíciles.
- Constancia.

OTRAS PROPUESTAS

- Realizar carreras de relevos con la misma técnica.
- Colocados en filas de 4 ó 5 se distribuyen los grupos a lo ancho de la sala. Se trata de ir y volver arrastrándose por encima de las pelotas. Se desplazarán en posición supino o prono.

CONSTRUCCIONES HUMANAS



CONTENIDOS

- Orientación del esquema corporal.
- Afirmación de la lateralidad.
- Equilibrio estático de fuerzas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Memorizar posiciones en una orientación espacial.
- Establecer puntos de referencia en el propio grupo.
- Ejercer la capacidad de invención y organización.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: cuerdas, pañuelos, tacos de madera o neumáticos.
- Espacio: exterior.
- Duración: 10 minutos
- Distribución: grupos de 4 cada grupo tendrá a su disposición cuerdas o pañuelos y un objeto grande y fijo para poderse apoyar.

- Desarrollo de la actividad: se trata de construir pequeñas figuras simbólicas o abstractas a través d posiciones acrobáticas o semi- acrobáticas disponiendo de material para su comodidad o fantasía.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

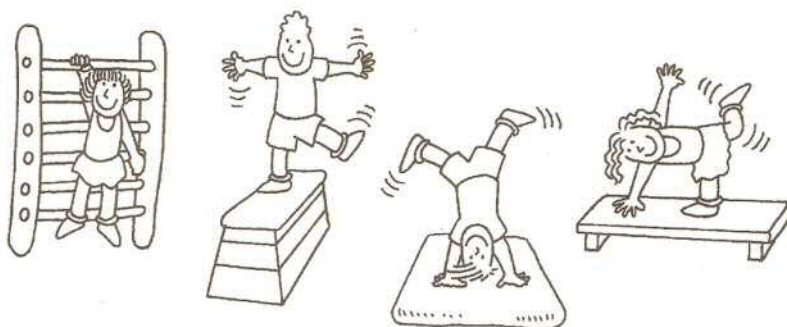
Se observará:

- la capacidad de organización y decisión de los grupos.
- La seguridad en la reproducción de posturas.
- La simetría de las figuras.
- La capacidad de verbalizar la posición y orientación de cada niño o niña respecto al grupo y a los neumáticos así como respecto a otros puntos de referencia

OTRAS PROPUESTAS

- En una segunda sesión se pueden introducir materiales como cuerdas, picas, etc., para favorecer situaciones simbólicas que podrían derivar hacia pequeños juegos de dramatización.
- Para reforzar la lateralidad se pedirá que cada miembro del grupo se especialice en una posición respecto al material fijo.

ESCALAR ALTURAS



CONTENIDOS

- Desplazamientos, suspensiones, descensos.
- Cambio de perspectivas de los espacios: situaciones y posturas.
- Control del miedo.
- Seguridad en los apoyos.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Tomar conciencia del propio peso.
- Ser capaz de planificar posturas y circuitos.
- Aumentar la capacidad de acciones precisas. Tomar riesgos.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: espalderas, escaleras, mesa, bancos, plinto, colchonetas, quitamiedos.

- Espacio: interior o exterior (patio o campo con árboles y alteraciones del terreno).
- Duración: 10 a 15 minutos.
- Distribución: el grupo se encuentra en la sala dispuesta con todo el material. Se va accediendo a él libremente, ya sea por grupos espontáneos como individualmente.
- Desarrollo de la actividad: se propone al empezar que cada niño y niña se distribuya por el espacio con cierto orden de manera que se vayan ocupando los espacios y que de el grupo bien distribuido. Antes de empezar se observa la situación de cada uno de los espacios diseñados y se informa que se puede cambiar libremente de espacio siempre que no haya aglomeraciones. Se trata de subir a todos los espacios y suspenderse de partes del cuerpo diferentes (manos, tronco, pies), para finalmente dejarse caer. Cuando vayan adquiriendo confianza podrán utilizar cuerdas o retales grandes y resistentes. En esta ocasión, no habrá caídas sino descensos con la ayuda del material.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

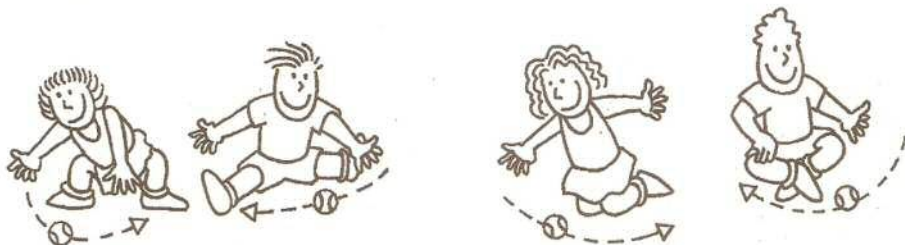
Si algún niño muestra inseguridad al llegar arriba, se le dará apoyo con la presencia cercana del adulto o con su voz. Dependiendo del nivel, se pedirá que vayan probando primero a subir a diferentes alturas en espalderas y escalera. Se observará:

- La agilidad y coordinación segmentaria.
- La seguridad y superación de miedos.
- Los recursos de suspensión y equilibrio.
- La precisión en la utilización de puntos de apoyo y desplazamientos.

OTRAS PROPUESTAS

En otra sesión se pueden construir espacios similares añadiendo elementos de dificultad en los desplazamientos verticales y en los descensos.

RODAR CON PELOTAS



CONTENIDOS

- Ejes de simetría y equilibrio lateral.
- Amplitud segmentaria.
- Precisión en la coordinación espacio temporal.
- Orientación y dirección de trayectorias diversas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Desarrollar la atención y la paciencia.
- Establecer ritmos a partir de trayectorias.
- Golpear la pelota controladamente.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: pelota de tenis para cada niño y niña.
- Espacio: interior que permita el deslizamiento de la pelota.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: esparcidos por toda la sala, los alumnos irán cambiando su posición a medida que se desarrolle el ejercicio: sentados con las piernas cruzadas o abiertas, de rodillas, sentados o no sobre los talones. La pelota se sitúa delante, en el suelo.
- Desarrollo: de la actividad: golpear la pelota hacia un lado del cuerpo y se deja rodar hasta el límite de poderla golpear de nuevo con la otra mano hacia el lado opuesto. Cambiar de posición sólo si se ha conseguido una cierta mecanización del movimiento. La posición de sentados tipo "indio" es más confortable y permite menos amplitud de desplazamiento de la pelota. Por último, explorar diferentes trayectorias alrededor del cuerpo.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Se observará:

- -la similitud de la amplitud del recorrido a la derecha y a izquierda.
- La constancia en el ritmo de los toques de la pelota.
- La atención y seguridad en la ejecución.

OTRAS PROPUESTAS

- Dentro de la misma actividad, el cambio de posición y de la parte del cuerpo que golpea añadirá dificultades para el mantenimiento de la postura o para la precisión en el golpeo.
- Después de repetir la actividad una o dos veces se puede añadir una música con marcado compás, de manera que los golpes se hagan siguiendo el tempo de la música.

Conozcamos el Espacio

A lo largo de su desarrollo, el niño tendrá que aprender a organizar y estructurar el espacio que le envuelve. Al nacer no somos capaces de distinguir nuestro cuerpo del entorno mientras que un adolescente es capaz de reconocer y estructurar el espacio que le rodea: aprecia direcciones, mantiene trayectorias, guarda distancias, etc.

Cuando utilizamos el espacio mejoramos el conocimiento de nuestro esquema corporal, los límites de nuestro cuerpo y la organización y coordinación de sus segmentos. Es, por eso, que en Educación Física tenemos que facilitar el proceso de

percepción y de estructuración del entorno a través de experiencias vividas. De esta manera, cuanto mayor sea el conocimiento del espacio, mejor será la capacidad de organizarlo y moverse en él.

CONTENIDOS A TRATAR:

CONCEPTOS

- Nociones de orientación espacial estática y dinámica: delante/ detrás, arriba/ abajo, dentro/ fuera, junto/ separado, lejos/ cerca, etc.
- Nociones de orden espacial: cerca de, al lado de, entre... (con sus comparativos pertinentes).

PROCEDIMIENTOS

- Apropiación del espacio corporal.
- Agrupaciones y dispersiones.
- Ocupación del espacio total y parcial.
- Apreciación de trayectorias.

ACTITUDES

- Reconocimiento de las propias posibilidades de movimiento en relación al propio cuerpo y al cuerpo de los demás.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Ser capaz de apreciar el espacio que ocupa el cuerpo en las diferentes posiciones.
- Conocer las partes del cuerpo y sus habilidades a partir del eje de simetría.
- Identificar las distancias de personas y objetos para utilizarlas en las respuestas motrices.
- Reconocer direcciones y ser capaz de reproducirlas.
- Comparar diferentes espacios.
- Contrastar agrupaciones y dispersiones de personas y de diferentes materiales.
- Saber orientarse en un espacio determinado.

POSIBLES ACTIVIDADES

Las diferentes actividades surgirán respondiendo a las preguntas por cómo y dónde descubrimos el espacio.

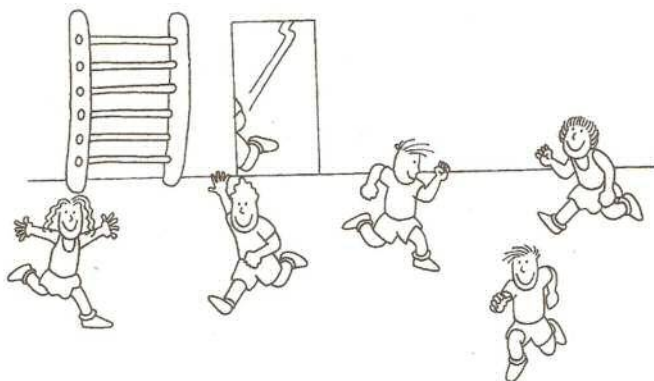
- Espacio previamente delimitado.
Con desplazamientos siguiendo una trayectoria
Evoluciones libres por los límites, por el interior, por el exterior, sobre las líneas.
- Todo el espacio disponible. Evoluciones libres observando y descubriendo los espacios "vacíos" o libres, intentado ocupar "todo el espacio". Proponiendo:
- Diferentes formas de evolución: Dispersos, agrupados, en círculo, por parejas.
- Diferentes formas de desplazamiento: caminando, arrastrándose, saltando corriendo.
- Cambiando la orientación y situación del cuerpo en relación a la dirección de la marcha: hacia atrás, de lado
- Apreciando distancias: lejos/ cerca
- Manipulando material diverso.
- Variando los espacios de desplazamiento.
- Jugando con puntos de referencia.
- Modificando la forma de este espacio: Circular, rectangular, triangular.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

La evaluación consistirá en observar:

- si se orienta bien por el espacio
- Si se sabe ocupar el espacio con su cuerpo
- Si se muestra atención a puntos de referencia.
- Si tiene claros los conceptos de situación y orientación respecto a puntos de referencia claros.
- Si es capaz de colocarse a partir de una distribución y organización estática o dinámica.
- Si es respetuoso con los demás.

NOS MOVEMOS POR EL ESPACIO



CONTENIDOS

- Apreciación del espacio, de la colocación del propio cuerpo del de los demás.
- Identificación de distancias.
- Control del movimiento.
- Nociones: juntos / separados, parar / arrancar, cerca / lejos, espacio "vacío" o "libre"
- Atención. Puntualidad en la ejecución de las consignas.
- Respeto por los compañeros y por la decisión de las propias trayectorias.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Descubrir espacios a través del movimiento. Espacios "vacíos" y "libres".
- Apreciar la propia colocación y la colocación de los demás.
- Estar atentos a una señal determinada y a los desplazamientos de los niños y niñas.
- Discriminar las nociones de lejos / cerca.
- Controlar los movimientos y los conceptos de parada y arranque.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: no se requiere.

- Espacio: interior. Sala amplia y bien delimitada para facilitar la atención. También es posible en el exterior.
- Duración: 10 ó 15 minutos. Es importante que la actividad se repita a lo largo del curso.
- Distribución: los niños y niñas se distribuyen homogéneamente por todo el espacio delimitado, manteniendo un a cierta distancia entre ellos. Para comprobar si lo han conseguido, se ponen los brazos en cruz, como un avión y, sin mover los pies, se giran los brazos sin chocar con nadie. Si alguien toca a otro, se desplazarán hasta conseguir moverse con comodidad.
- Desarrollo de la actividad: al sonido de la señal, los niños y niñas empezarán a desplazarse cambiando libremente de dirección y buscando aquellos espacios libres o vacíos donde no se encuentre nadie.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

A través de la observación de las evoluciones de los desplazamientos individuales se irá comprobando la adquisición de los contenidos. Se pueden hacer preguntas y comentarios para que vayan escuchando y verbalizando los conceptos que se están trabajando motrizmente.

OTRAS PROPUESTAS

Esta misma actividad se puede complicar añadiendo consignas u órdenes. Por ejemplo:

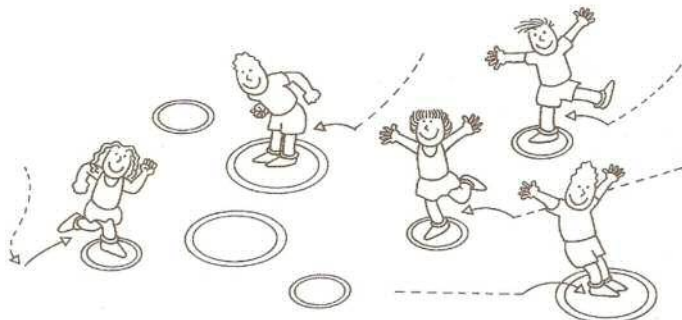
En el momento de parar:

- Todos al suelo
- Una vuelta entera sobre sí mismo.
- Un salto atrás o hacia delante.

Mientras se están desplazando:

- Andar de lado
- Andar siguiendo una pulsación.

JUGAMOS CON LOS AROS



CONTENIDOS

- Nociones dentro / fuera.

- Atención y observación de recursos y habilidades de los compañeros.
- Coordinación global en los saltos: impulsos con un pie y dos pies.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Discriminar las nociones de dentro / fuera y de grande / pequeño.
- Realizar diferentes tipos de saltos.
- Desarrollar la coordinación ojo /pie combinada con la de la carrera.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: aros de dos tamaños distintos.
- Espacio: interior o exterior.
- Duración: 10 minutos de ejecución.
- Distribución: los aros estarán esparcidos por todo el suelo, ocupando todo el espacio delimitado. Se divide el grupo en dos: uno actúa y el otro observa. Cuando se acabe la actividad del primer grupo, el que observa verbalizará las acciones que sean de interés o los errores cometidos.
- Desarrollo de la actividad: caminar por la sala, cuando se encuentren delante de un aro pequeño tienen que saltar al interior de éste apoyándose sobre un pie. Cuando se encuentren con un aro grande saltarán en su interior con los pies juntos.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

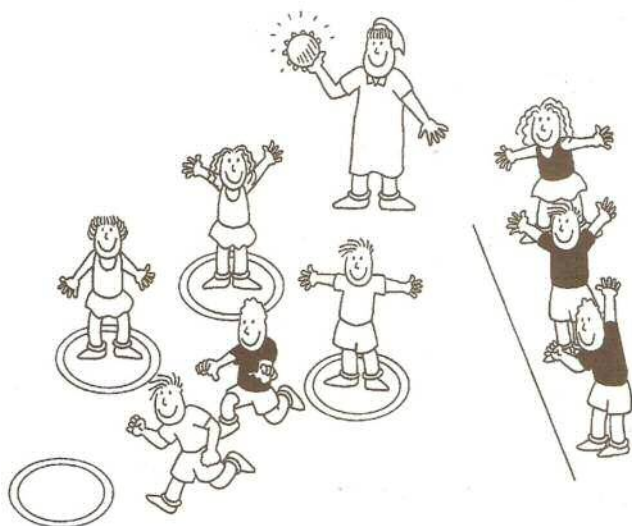
En el transcurso de la propia actividad se evaluará:

- La interpretación de consignas.
- La verbalización de las nociones espaciales, por parte del grupo observador.
- La ejecución de los saltos y la agilidad y automatización de los mismos.

OTRAS PROPUESTAS

- Distribuir los aros en hileras (el número y la longitud dependerá del espacio) colocando los aros en una determinada seriación de grandes y pequeños. Con la consigna de la actividad propuesta inicialmente, deberán saltar de forma seriada los saltos que correspondan a los aros, facilitándoles la mecanización de los saltos y de la seriación determinada. Los grupos irán cambiando de filas. También se pueden ir cambiando los tipos de saltos en los aros, por ejemplo:
- Aro pequeño, salto de pis juntos a los lados del círculo. Aro grande hacer tres saltos con los pies juntos; al entrar, en el círculo y al salir, etc.
- Colocar libremente los aros, pero de forma que estén conectados entre sí. Se desplazarán corriendo con un pie dentro de cada aro, sin pisar el contorno.

GATOS Y RATONES



CONTENIDOS

- Observación y percepción del espacio.
- Desplazamientos con distintos ritmos de marcha.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Potenciar la memorización del espacio.
- Ir adquiriendo velocidad de reacción.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: aros y un pandero.
- Espacio: interior y / o exterior.
- Duración: de 10 a 15 minutos.
- Distribución: 4 ó 5 niños y niñas hacen de "gatos" y el resto del grupo harán de "ratones". Por el suelo habrá tantos aros como ratones. Cada ratón tendrá ahí su casa. Los gatos se situarán detrás de una línea marcada en el suelo (cinta adhesiva, tiza...).
- Desarrollo de la actividad: con el pandero se marcarán dos ritmos diferentes. Cuando suene uno de los ritmos, los ratones saldrán de sus casas y andarán tranquilamente por el espacio o el bosque. Cuando suene el otro ritmo saldrán los gatos que intentarán atrapar a los ratones que correrán a su casa. Los ratones atrapados se transforman en gatos. Los ratones sólo pueden ir a su casa para salvarse. El juego termina cuando todos los ratones son gatos.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Uno de los objetivos a tener en cuenta para evaluar será el poder constatar si cada uno de los ratones tiene capacidad para observar y memorizar un espacio determinado. Es interesante comprobar como cada niño y niña reconoce el aro que representa su casa. Así comprobamos:

- Los recursos que utilizan para adquirir memoria visual.
- Los puntos de referencia más usados (compañeros que tienen al lado, color y tamaño del círculo, puntos de referencia fijos como puerta, ventanas, etc).

OTRAS PROPUESTAS

Una variante de este juego sería empezar con un aro menos que ratón. En este caso, cualquier círculo puede ser "casa". Cuando salgan los gatos, los ratones buscarán el círculo más próximo para protegerse. En este caso, el juego dura más.

HACEMOS CAMINOS



CONTENIDOS

- Reconocimiento y ejecución de trayectorias de direcciones.
- Nociones de: camino corto/ largo, cruce de caminos...
- Verbalización de recorridos y su representación gráfica.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Realizar recorridos por todo el espacio.
- Señalizar recorridos.
- Buscar similitudes y diferencias entre los recorridos ejecutados.
- Simbolizar gráficamente recorridos.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: cuerdas, harina o aserrín, regadera llena de agua.
- Espacio: exterior.
- Duración 40 a 50 minutos.
- Distribución: dividir el grupo en tres. A cada subgrupo se le adjudica un punto de salida diferente y un objeto o punto de referencia que marque le final del trayecto (árbol, plaza...).
- Desarrollo de la actividad: cada grupo irá marcando el camino para ir al objetivo previsto, cada grupo dispondrá de un material distinto (cuerdas, agua, aserrín...). pueden hacer el camino como les plazca, no es necesario llegar los primeros sino

hacer un recorrido más original es importante seguir una buena señalización. Si dos grupos deciden pasar por el mismo punto se produce un cruce, si un grupo decide hacer el camino corto, termina antes sin ninguna consecuencia al respecto.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

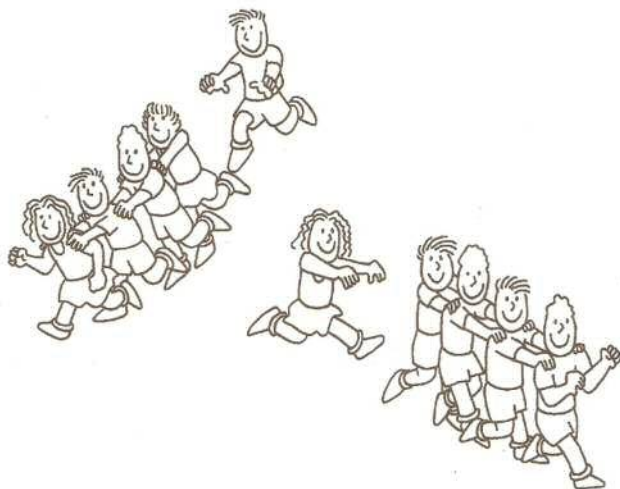
- Una vez los grupos han terminado se verbalizarán conjuntamente las características de cada camino y se pasará a la representación gráfica de la actividad y los recorridos. El trabajo ahora será individual. Se evaluará individualmente la representación espacial y la percepción de distancias, proporciones y trayectorias.
- Al mismo tiempo, durante la señalización de los caminos se puede observar la capacidad de organización y colaboración entre los compañeros y compañeras del grupo.

OTRAS PROPUESTAS

Por parejas:

- Un niño inventa un recorrido y su compañero o compañera lo señala mientras lo va siguiendo. Posteriormente, los dos lo representan gráficamente y se comparan las semejanzas y diferencias.
- Lo mismo que la actividad anterior, pero el compañero o compañera seguirá al primero solo memorizando el camino. Cuando se dibujen, al final del trayecto, los caminos, se podrán comparar los resultados.

VAGONES



CONTENIDOS

- Nociones espaciales. Delante/ detrás, en medio de...

- Cambios de velocidades. Velocidad de reacción.
- Estructuración y organización del espacio y el tiempo.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Estimular la velocidad de reacción.
- Desarrollar la percepción espacio- temporal.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: no se requiere.
- Espacio: interior o exterior.
- Duración: 5 minutos aproximadamente.
- Distribución: dividir el grupo en grupos de cinco. Cada grupo será un tren, cada niño un vagón. Cada vagón tiene que reconocer cuál es su situación en el tren. Cada grupo tiene asignado un lugar para estacionarse.
- Desarrollo de la actividad: cuando se dé la señal convenida los trenes saldrán de su estación y se desplazarán libremente por el espacio. Cuando se oiga una nueva señal, todos los vagones, libremente, correrán para llegar lo antes posible a su estación y allí se tendrán que colocar correctamente como en el orden inicial para poder salir de nuevo de la estación cuando la maestra o el maestro lo indiquen.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

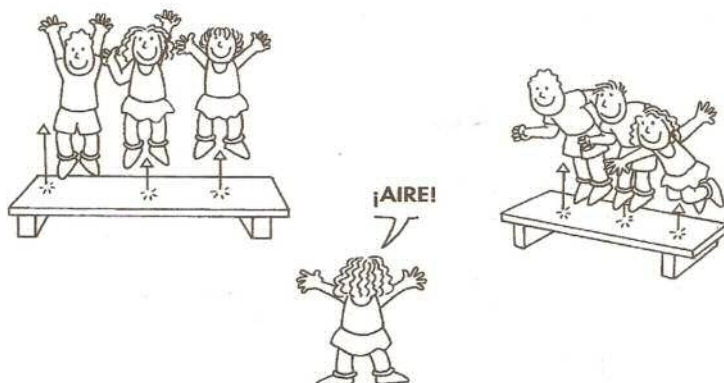
Se observará:

- Si cada alumno y alumna han asimilado las nociones de orden y velocidad de reacción.
- La capacidad de organización de los grupos y de los niños y niñas individualmente.

OTRAS PROPUESTAS

- Parecida a la actividad anteriormente propuesta. A cada niño y niña se le adjudicará un número de vagón. Se puede cambiar el número de vagones del tren hasta llegar a un total de 9 vagones por tren. Se puede dar la posibilidad de ordenar los vagones por número crecientes o decrecientes (del 1 al 9 o del 9 al 1).
- Para poder aprender los días de la semana cada vagón tendrá el nombre de un día diferente. Para complicar más la ordenación y memorización de los días de la semana, el tren podrá empezar por un día de la semana cada vez distinto y los vagones se tendrán que colocar correlativamente. Así, por ejemplo, si el tren empieza con el miércoles el último vagón será el martes.

TIERRA, MAR Y AIRE



CONTENIDOS

- Apreciación y vivenciación de los diferentes espacios.
- Velocidad de reacción.
- Conceptos espaciales: abajo / arriba, sobre / debajo, hacia arriba / hacia abajo.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Estar atentos a las consignas.
- Memorizar espacios y recorridos.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: bancos suecos.
- Espacio: interior.
- Duración: de 5 a 10 minutos.
- Distribución: dividiremos el número de alumnos por los bancos disponibles. Se calculan un máximo de cuatro niños por banco.
- Desarrollo de la actividad: cualquier niño o niña puede dirigir la actividad. Éste irá diciendo las palabras: tierra, mar o aire. Los códigos para la ejecución de estas tres órdenes pueden ser:
 - Tierra: todos deben sentarse sobre el banco.
 - Mar: todos deben estar debajo del banco.
 - Aire: todos se pondrán de pie encima del banco y saltarán sobre sí mismos.

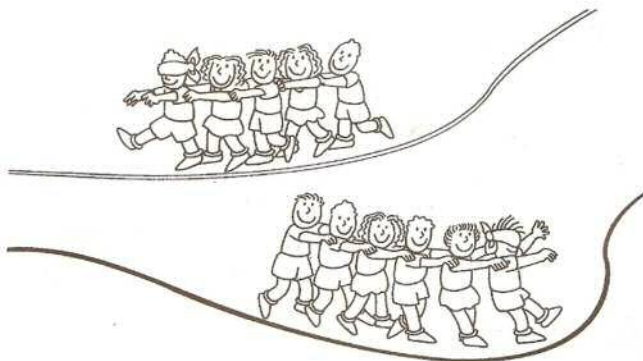
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Se observará de manera especial la atención y reacción ante las órdenes. Puede ser interesante comprobar si se han adquirido las nociones y si éstas se relacionan con las actividades motrices que les corresponden.

OTRAS PROPUESTAS

- Dividir todo el espacio en tres partes o colores. Cada color corresponde a una consigna previamente establecida de tierra, mar o aire. Los niños tendrán que correr y situarse en el lugar indicado cuando se diga una de las tres palabras.

CARRETERAS



CONTENIDOS

- Noción de línea recta y línea curva.
- Apreciación y experimentación de diferentes recorridos.
- Reflexión y representación gráfica de los recorridos.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Discriminar entre línea recta y línea curva.
- Simbolizar gráficamente las diferentes líneas.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: cuerdas de colores, pañuelos, tizas o cinta adhesiva.
- Espacio: exterior.
- Duración 15 minutos.
- Distribución: marcaremos diferentes recorridos que tendrán líneas curvas y rectas. Se agruparán 5 ó 6 miembros, cogidos por los hombros, formando un tren. El primero de cada tren irá con los ojos cerrados.
- Desarrollo de la actividad: cada tren estará dirigido por el niño de atrás. Éste dará golpecitos en el hombro del de delante, éste a su vez hará lo mismo con el que tiene delante y así sucesivamente hasta el primero que, con los ojos cerrados, ejecutará las órdenes que recibe a través del tacto.

Para avanzar sin chocar, cada grupo puede establecer su propio código o también puede establecerse un código común. Por ejemplo:

Golpear el hombro derecho significa avanzar hacia la derecha; golpear en el izquierdo, hacia la izquierda; golpear los dos, avanzar recto y agarrar por los hombros puede significar parar.

El juego termina cuando, con pequeñas paradas, se van cambiando de posiciones de manera que todos pasen a ser primeros y últimos por lo menos.

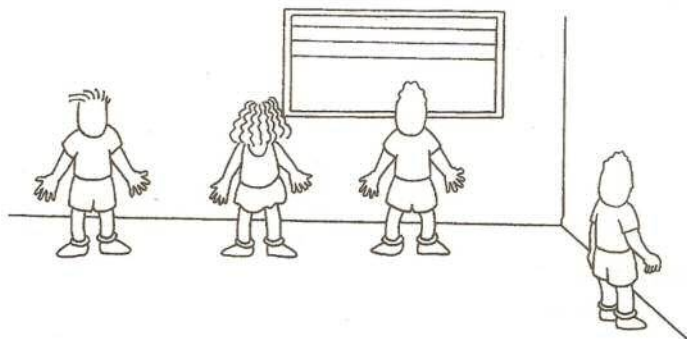
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observar las dificultades de ejecución de las órdenes de derecha e izquierda.
- Observar en general las diferentes reacciones de los niños y las niñas por falta de coordinación o de capacidad de reacción.
- Estar atentos en la forma de transmitir la información. Es decir, que los golpes sean suaves.
- Posteriormente se puede hacer una actividad gráfica que sirva para evaluar la retención de los contenidos y la capacidad de discriminar los diferentes tipos de líneas.

OTRAS PROPUESTAS

También formando los mismos trenes, pero el de delante llevará los ojos abiertos e irá dirigiendo el tren a través de los diferentes recorridos.

CUATRO PAREDES



CONTENIDOS

- Apreciación del espacio corporal.
- Reconocimiento de los puntos de referencia.
- Velocidad de reacción.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Saber orientarse a partir de unos puntos de referencia.
- Poner atención a las consignas que se dan.
- Estimular el conocimiento y la percepción del espacio.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: las cuatro paredes de la sala. Determinando previamente el punto de referencia de cada pared (puerta,, ventana...).
- Espacio: interior.
- Duración: 2 ó 3 minutos.
- Distribución todo el grupo disperso por el espacio, pero cada individuo se sitúa orientado a una de las paredes de la sala.

- Desarrollo de la actividad: una persona que se encarga de dictar las consignas o puntos de referencia (ventana, puerta, espejo...); el resto del grupo la ejecutará con un solo salto dirigiendo el cuerpo hacia la pared indicada. Se irá cambiando de animador. Éste puede aprovechar para aprender de los compañeros las diferentes estrategias de memorización y orientación en el espacio.

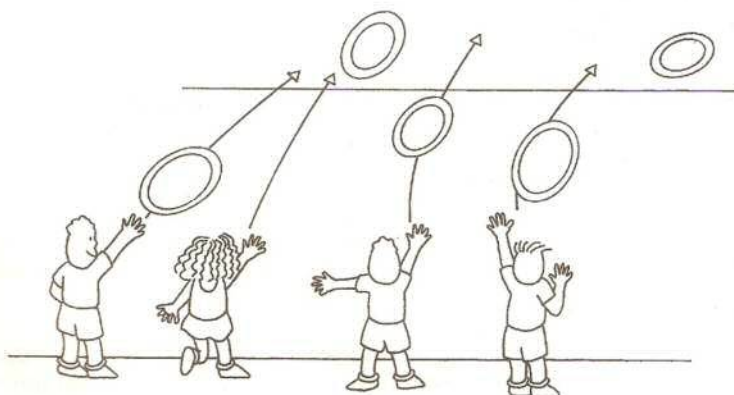
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Se evaluará el nivel de interiorización de la percepción del espacio de la sala. Al mismo tiempo, se observará la rapidez y seguridad en la acción de saltar girándose hacia el punto correcto.

OTRAS PROPUESTAS

- Este mismo ejercicio puede ejecutarse con los ojos cerrados (no usaremos pañuelos para que los niños y niñas que estén inseguros puedan abrir los ojos). De esta manera se trabajará la memoria perceptiva de la sala y de los cuatro puntos de orientación.
- Al jugar el juego de las "cuatro esquinas" éste se puede jugar en el exterior aprovechando árboles. Un o puntos establecidos. A la orden de "¡cambio!" todos deben cambiar de sitio y pueden ser entonces atrapados por algún compañero o compañera que está parando.
- El mismo juego de las "cuatro esquinas" se puede complicar estableciendo diferentes formas de desplazamiento para ir de una esquina a otra después de la señal de "¡cambio!".

AROS VOLADORES



CONTENIDOS

- Nociones espaciales: cerca/ lejos, desde, hasta...
- Percepción de trayectorias y distancias.
- Representación gráfica de espacios y acciones en el espacio.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Practicar la apreciación de distancias.
- Apreciar y modificar con un cierto control las trayectorias
- Simbolizar gráficamente trayectorias.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: aros y cuerdas
- Espacio: patio
- Duración: 20 minutos
- Distribución: en el patio se marcan dos líneas: una para saber desde dónde se realizarán los lanzamientos y la otra para determinar dónde tienen que llegar los aros. Grupos de 6 ó 7 miembros.
- Desarrollo de la actividad: cada grupo irá lanzando por turnos sus aros (se procurará espaciar las hileras para que no se molesten entre ellas). Una vez lanzados todos los aros, se hará una valoración de los resultados y de los trayectos de los lanzamientos. También se pedirán sugerencias para mejorar los tiros. Posteriormente se puede pedir una representación gráfica de la actividad donde queden plasmados los trayectos de los aros y las posiciones de lanzamiento.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Sería interesante comprobar, a través de la observación de los comentarios, la familiaridad de los niños y niñas con los lanzamientos y su control. También se puede evaluar su plasmación gráfica.

Movernos con Habilidad

Definimos habilidades motrices básicas como el conjunto de actividades, de carácter natural, que constituyen el soporte práctico de la motricidad humana. El carácter natural implica que son actividades que se pueden desarrollar de una forma espontánea durante la evolución y el crecimiento. La práctica de estas habilidades en la etapa de Educación Infantil tiene como principal finalidad facilitar a los niños la solución o el dominio de problemas motrices de carácter práctico. Luego, en edades más avanzadas, la práctica de los patrones básicos se justificará como fundamento para adquirir actividades motrices y escolares más específicas.

A los 5 años, los niños y niñas disponen de los patrones motrices básicos; es decir, unidades de movimiento que pueden controlar gracias a la maduración del sistema nervioso. Es, pues, una etapa donde el niño o la niña experimenta y descubre acciones motrices muy variadas. Las actividades de aprendizaje se basarán en la experimentación y en la manipulación del propio cuerpo y de los objetos.

Agruparemos las actividades motrices básicas en dos bloques:

1. El cuerpo y sus posibilidades de movimiento.
2. La manipulación y manejo de objetos.

CONTENIDOS A TRATAR:

CONCEPTOS

- Posibilidades motrices del propio cuerpo.
- Conocimiento y memorización del juegos motrices (populares o no).
- Características fundamentales en los patrones de giros:
 - Volteretas.
 - Giros en el eje longitudinal: de pie y tumbado.
- Características fundamentales de los patrones de salto:
 - En las diferentes direccionalidades: hacia el lado, delante y atrás.
 - Fases de impulso (con uno o dos pies) y caída.
 - Saltos de longitud: relacionados con la distancia (cerca, lejos).
- Equilibrio

PROCEDIMIENTOS

- Coordinación de la vista con otras partes del cuerpo (mano y / o pie):
 - Golpe de pelota con el pie, con o sin direccionalidad.
 - Bote de pelota con una y con dos manos.
 - Lanzamientos y recogidas de balones.
 - Juegos de puntería con diferentes objetos, alturas y distancias.
- Control del movimiento en actividades de manipulación de material.

ACTITUDES

- Confianza en las propias posibilidades.
- Esfuerzo para vencer dificultades superables.
- Participación activa en las actividades y juegos propuestos.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Conocer las posibilidades y límites del propio cuerpo en acciones motrices básicas.
- Manipular y descubrir el manejo de un amplio abanico de materiales y objetos.
- Practicar el juego motriz como forma de diversión y aprendizaje.
- Ser conscientes delante del peligro.
- Superar los temores y las dificultades.
- Promover una actitud de prudencia y / o riesgo controlado en situaciones de peligro.
- Saber detectar los posibles peligros anticipando las reacciones motrices.

POSIBLES ACTIVIDADES

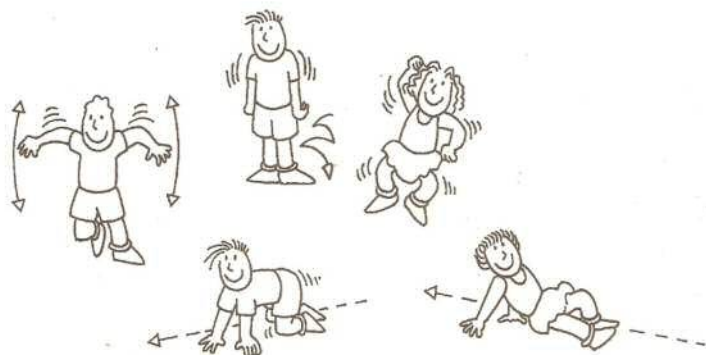
- Diferentes tipos de desplazamiento.
- Giros longitudinales y transversales: volteretas y "croquetas".
- Ejercicios para trabajar el equilibrio.
- Saltos:
 - de altura con diferentes materiales: gomas, cuerdas, rayuelas
 - de direccionalidades distintas
 - de longitud
 - variaciones de impulsos y caídas
 - sobre superficies diversas.
- Lanzamientos, conducciones, golpeos...
- Recogidas, paradas...
- Juegos tradicionales.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Basadas sobre todo en la observación. Es importante que los niños conozcan sus posibilidades y sus dificultades así como los logros progresivos que vayan adquiriendo en los diferentes aprendizajes.

Es necesario conocer, mediante la auto evaluación, si las propuestas de actividades son suficientemente amplias y concretas para controlar los contenidos asimilados y sin limitar las posibilidades y características de cada alumno.

ANIMALES DE LA SELVA



CONTENIDOS

- Regulación del movimiento.
- Coordinación y direccionalidad en los desplazamientos hacia los lados, hacia delante y hacia atrás.

OBJETIVOS

- Conocer las posibilidades del propio cuerpo.
- Adquirir una buena coordinación en los desplazamientos.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: se puede acompañar la actividad con música de percusión tipo africana.
- Espacio: interior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: todo el grupo distribuido homogéneamente por la sala.
- Desarrollo de la actividad: se propone imitar a los animales de la selva. Este será el hilo conductor de la historia. Se citarán los animales antes de iniciar la actividad: serpientes, elefantes, monos, leones, águilas, etc. libremente y sin dar explicaciones cada niño / niña se identificará con un animal y esperará el momento de ser citado para iniciar su actuación. A partir de este momento se desplazará por la sala. La maestra irá sugiriendo posibles ideas: citará partes del

cuerpo que considera que no se utilizan; direcciones y paradas en el desplazamiento; apoyos distintos en el suelo; ritmos y cambios de ritmos, etc.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observaremos la preferencia de los animales que se han escogido.
- Valoraremos la coordinación en el desplazamiento y sobre todo la imaginación y los recursos para imitar posturas y movimientos de animales.

OTRAS PROPUESTAS

- Antes de empezar con la actividad, se escuchará una cinta con el sonido de diferentes animales. El adulto, que previamente habrá inventado una historia, la empezará a contar y los niños y niñas irán reconociendo los animales y se desplazarán por la clase imitando los animales que van apareciendo en la historia.
- Filas de 4 ó 5. cada grupo andará de una forma particular. El primero dirige el movimiento. Ordenadamente se irán cambiando las posiciones en las filas.
- Igual que el ejercicio anterior, pero cada fila debe pasar por encima del banco.

PODEMOS ANDAR DE MUCHAS MANERAS



CONTENIDOS

- Formas y posibilidades de desplazamiento.
- Variación de las superficies de apoyo en la marcha y en la carrera.
- Realización de desplazamientos en grupo.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Descubrir posibilidades de desplazamiento.
- Adquirir una buena coordinación global.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: no es necesario.
- Espacio: interior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: todos los niños y niñas se distribuyen por el espacio mientras corren libremente sin chocar con nadie.

- Desarrollo de la actividad. El adulto irá dando instrucciones:
 - Correr de prisa
 - Levantar las rodillas
 - Tocarse los glúteos con los pies
 - Correr por parejas
 - Caminar de puntillas.
 - Caminar con los talones
 - Caminar en cucullas
 - Caminar de lado

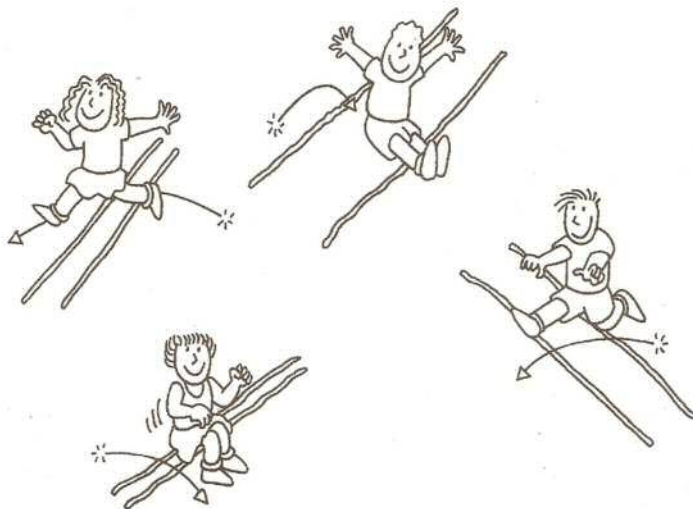
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observaremos la agilidad y la coordinación de movimientos en los diferentes desplazamientos. Tendremos en cuenta también la capacidad para distribuirse por el espacio sin chocar ni molestarse.

OTRAS PROPUESTAS

- Otros tipos de desplazamientos: por filas, cogidos por los talones del compañero de delante, formando una serpiente, intentarán desplazarse sin soltarse.
- Igual que en el ejercicio anterior, pero esta vez la fila se formará con niños sentados y cogidos por los talones del compañero de detrás.

SALTAR RÍOS



CONTENIDOS

- Ejecución de saltos horizontales.
- Realización de saltos de forma continuada.
- Conocimiento de diferentes formas de impulso para realizar saltos.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Realizar saltos horizontales con uno y con dos pies,

- Experimentar diferentes impulsos del salto.
- Saltar sucesivamente diferentes obstáculos.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: cuerdas o tiza.
- Espacio: exterior y / o interior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: marcamos en el suelo 5 ó 6 "ríos" que se tendrán que saltar correlativamente.
- Desarrollo de la actividad: los grupos saldrán al centro de la clase e individualmente intentarán saltar los distintos ríos. Cada río tendrá una anchura diferente.

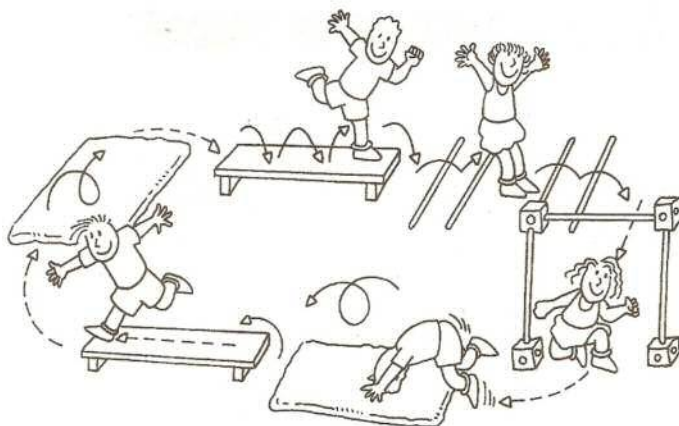
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Durante los saltos observaremos las dificultades a la hora de ejecutar el salto y la agilidad en la resolución de éstos.

OTRAS PROPUESTAS

- Dentro de los ríos se pueden esparcir diferentes objetos (aros, balones, picas, etc.) que simularán "piedras" que se tienen que saltar.

REALICEMOS UN CIRCUITO



CONTENIDOS

- Realización de saltos, equilibrios, giros y desplazamientos.
- Respeto con la ejecución de los movimientos de los demás.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Conocer las propias posibilidades y limitaciones.
- Memorizar el recorrido de un circuito.
- Ser capaz de mantener la distancia entre los compañeros.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: bancos suecos, colchonetas, picas, tacos, aros y tiras acoplables.
- Espacio: interior / exterior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: esparcimos el material por el aula. Mientras la mitad del grupo está atento a las evoluciones de sus compañeros y compañeras, la otra mitad, en pequeños grupos, realiza el circuito ordenadamente.
- Desarrollo de la actividad: cada niño, ordenadamente irá pasando y ejecutando los movimientos y destrezas que previamente se han establecido para cada tramo del circuito.

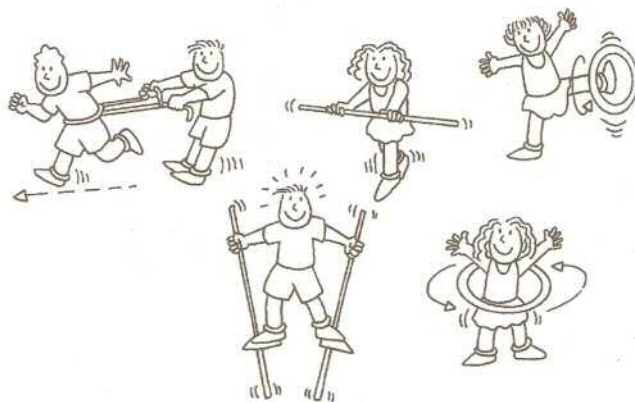
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observaremos a nivel individual la destreza con que se ejecutan las diferentes propuestas.

OTRAS PROPUESTAS

- Una vez realizado el circuito (en pequeño grupo), se les dará la oportunidad de realizarlos todos a la vez por el orden que ellos quieran. También se les dará la autonomía suficiente para que intenten crear o experimentar formas distintas de realizarlo.
- Esta flexibilidad en las formas de ejecución permitirá a los niños y niñas con dificultades motoras o con inseguridades, encontrar una respuesta adaptada a sus posibilidades y salir con éxito de la actividad.

¡ESTO PARECE UN CIRCO!



CONTENIDOS

- Ejecución de ejercicios de fuerza. Arrastres.
- Realización de equilibrios, giros, rastreos, con y sin materiales.
- Coordinación global y segmentaria.
- Predominancia lateral.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Descubrir las posibilidades motrices del material propuesto.
- Fomentar la creatividad en el movimiento.
- Potenciar la autonomía.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: cuerdas, zancos, aros y picas o palos.
- Espacio: interior / exterior.
- Duración. 15 minutos aproximadamente.
- Distribución: colocamos el material diferente: cuerdas, aros zancos, picas, etc. por grupos de 4 a 5, niños y niñas se distribuirán en cada una de las estaciones.
- Desarrollo de la actividad: una vez distribuidos los grupos, cada niño y niña decidirá libremente trabajar por parejas o individualmente. Durante 3 minutos irán probando todo lo que son capaces de realizar con el material propuesto. Cada 3 minutos cambiarán de estación hasta pasar por todas. Pueden desplazarse por la zona de la estación o jugar con el material sin lanzarlo.

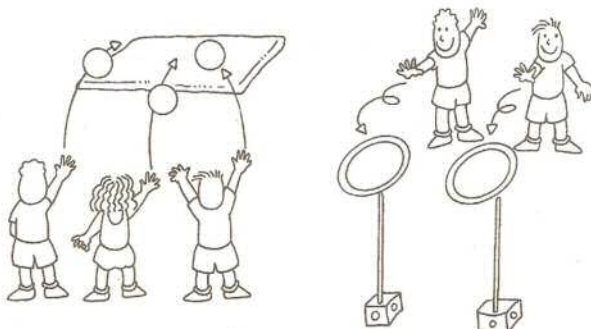
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Comprobaremos los diferentes grados de dificultad de las habilidades coordinativas que vayan surgiendo para, en posteriores sesiones, partir de estos aprendizajes ya adquiridos.
- Valoraremos la capacidad de iniciativa e imaginación que demuestren en cada momento fomentado, si es necesario, la imitación entre el grupo de la misma estación. Es importante observar el grado de colaboración y solidaridad que manifiesten los unos con los otros.

OTRAS PROPUESTAS

- Esparciremos el material por el suelo, ocupando todo el espacio del aula.
- Un grupo de 4 ó 5 deberá perseguir al resto de compañeros. Corriendo, deberán saltar los obstáculos que vayan encontrando. Cuando alguno es alcanzado, deberá tenderse en el suelo con la postura que le apetezca y pasará a ser un obstáculo en la carrera de los demás.

LANZAMOS A LA DIANA



CONTENIDOS

- Ejecución de lanzamientos a un punto determinado.

- Apreciación de distancias.
- Afirmación de la lateralidad.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Experimentar sobre distintas posiciones en los lanzamientos
- Desarrollar la coordinación óculo-manual.
- Explorar la fuerza y el gesto de los lanzamientos con dos materiales diferentes.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: balones, aros, colchonetas, picas, y tacos de plástico o madera para encajar las picas.
- Espacio: interior / exterior.
- Duración: 10 minutos (5 minutos en cada "estación" o diana).
- Distribución: la mitad del grupo se sitúa con un cierto orden en un "estación" previamente organizada. La otra mitad, en la otra "estación". En la primera estación que puede ocupar la mitad de la sala se dispondrá de un contenedor con pelotas y una colchoneta apoyada en la pared. En la segunda "estación" se dispondrá de aros con picas encajadas en los tacos.
- Desarrollo de la actividad: un grupo se dedica a lanzar balones a la colchoneta. El otro grupo lanza los aros encajándolos en los palos o picas. Después de varios lanzamientos se recogen al mismo tiempo los aros y las pelotas y se intercambian los grupos empezando de nuevo.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

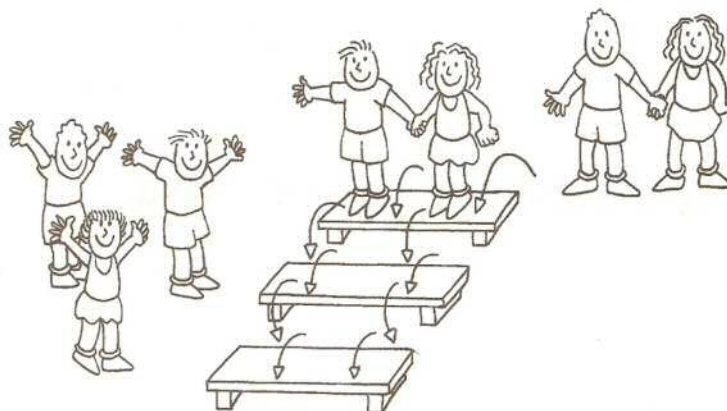
- Propondremos una actividad de auto evaluación. Cada niño y niña dispone de un lápiz y una hoja de papel o en la pizarra los aciertos o puntos antes de pasar a otra "estación". También pueden anotar y controlar desde que distancia lanzaron, calculándola con los pies, con las manos o con cuerdas.

OTRAS PROPUESTAS

Se pueden cambiar las dianas:

- lanzar balones pequeños a una caja o cubo.
- Lanzar balones a una cesta o caja colgada en la pared.
- Lanzar a una colchoneta en el suelo. Sólo contará como lanzamiento válido el balón que permanezca en la colchoneta.

SALTANDO BANCOS



CONTENIDOS

- Ejecución de diferentes saltos con desplazamiento.
- Salto con obstáculo.
- Impulsos y caídas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Comprobar las diferentes maneras de saltar un obstáculo.
- Ser capaz de coordinar una acción con otro u otros.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: bancos suecos.
- Espacio: interior / exterior
- Duración: 15 ó 20 minutos.
- Distribución. A lo largo de la actividad se realizarán diferentes tipos de agrupaciones: individuales, por parejas, tríos o grupos de cuatro.
- Desarrollo de la actividad: primero a nivel individual y después por parejas o pequeños grupos se irán saltando los bancos de manera distinta. Por ejemplo:
 - Sólo un pie pasa por encima del banco.
 - Pasando el banco por encima pero sin tocarlo (piernas separadas).
 - Saltando con los pies juntos sobre el banco.
 - Saltando con los pies juntos por encima del banco cayendo a un lado y a otro.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

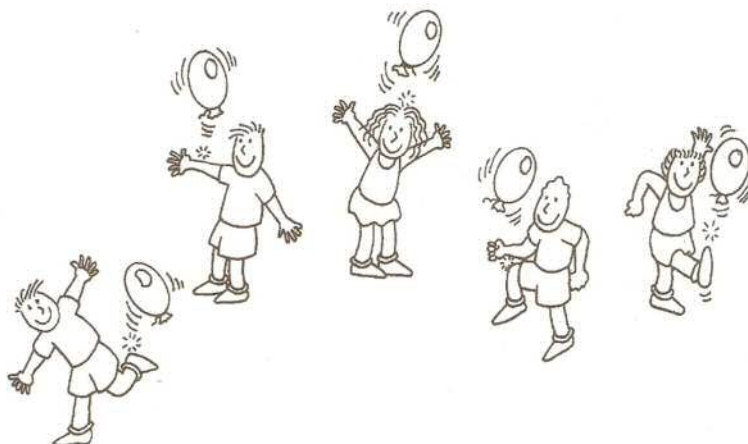
Se observará:

- las dificultades que manifiestan a la hora de ejecutar los saltos (sincronización de los pies, coordinación con el impulso del cuerpo o de los brazos).
- Si existe diferencia entre la ejecución de los saltos en presencia de otros niños y niñas y cuando los ejecutan libremente.

OTRAS PROPUESTAS

- juego de persecución: un pequeño grupo, asignado previamente, persigue a los demás. Para poder salvarse, antes de ser tocados, deben colocarse encima de un banco, de un salto o, si se prefiere, se puede delimitar un "espacio de salvación" en forma de cuadrado con cuatro bancos. Los que quieran estar a salvo deben saltar dentro de este espacio. Los que son alcanzados forman parte del grupo perseguidor.

QUE NO CAIGA EL GLOBO



CONTENIDOS

- golpes con segmentos corporales distintos.
- Coordinación y disociación de movimientos.
- Desarrollo del equilibrio.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Afianzar el equilibrio con diferentes puntos de apoyo del cuerpo.
- Adecuar las posturas para golpear.
- Sincronizar el movimiento de caída del globo con el movimiento de coordinación óculo-segmentario.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: globos de colores.
- Espacio: interior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: cada niño o niña se colocará libremente por el espacio procurando que no estorben mutuamente.
- Desarrollo de la actividad: con un globo en la mano, cada niño o niña probará de golpearlo de diferentes maneras y con el mayor número de partes del cuerpo

procurando que el globo no toque al suelo. Cada uno debe estar atento a su globo sin chocar con los demás.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observaremos la agilidad y coordinación de las diferentes partes del cuerpo. Puede sugerirse una cierta autoevaluación, ya sea contando el número de veces que el globo cae al suelo o calculando el tiempo que permanecemos golpeando el globo sin que caiga al suelo. Se puede contabilizar el tiempo cantando una canción. En el momento que toca el globo al suelo pararemos y recordaremos en que momento de la canción tocó el globo al suelo.

OTRAS PROPUESTAS

- Organizamos un partido. Acondicionar la clase a modo de campo de voleibol (dividiéndola en dos espacios con una cuerda o una cinta).organizar dos grupos que tendrán que pasar el globo de un campo a otro sin que caiga el globo al suelo. Cada vez que toca al suelo en un punto a favor del equipo contrario.

Equilibrio

Desarrollar la percepción del equilibrio es asegurar la estabilidad en las posiciones y situaciones de acción y movimiento. Toda acción motriz comporta un equilibrio, pero también un desequilibrio, que es en definitiva el que provoca la inercia en el movimiento.

El equilibrio está relacionado con aspectos físicos y mecánicos como el tono muscular, la postura, la situación y colocación de los ejes y centros de simetría, etc., pero también está relacionado con emociones muy poco racionales de miedos e inseguridades que son difíciles de controlar e incluso conocer sin un aprendizaje acompañado y sin forzar.

Sin querer entrar en interpretaciones psicológicas sobre las propuestas motrices sobre el equilibrio, si que queremos, al menos, dar constancia de que las dificultades y resistencias que se pueden encontrar en una sesión son de otra índole y que, por lo tanto, los parámetros de observación y evaluación, así como la actitud del adulto debe ser algo distinta. Hay niños y niñas con una excelente coordinación motriz que se ven incapaces de bajar una escalera y otros que, sin conocer sus propias posibilidades, se lanzan con temeridad.

Por todo ello hemos considerado el equilibrio como una unidad didáctica diferenciada de la de habilidades motrices básicas sin dejar de señalar que algunos autores lo consideran como un contenido genérico de este último sector.

CONTENIDOS A TRATAR:

CONCEPTOS

- Conocimiento de los tres ejes de simetría o direcciones del espacio.

- Interiorización de sensaciones propioceptivas estáticas y de movimiento sin ayuda de la percepción visual.
- Percepción de la situación.

PROCEDIMIENTOS

- Percepción y orientación en el entorno.
- Exploración de las sensaciones de gravedad y caída.
- Ejercitación de posturas y movimientos segmentarios de equilibración
- Vivencia de superficies de alturas, inclinaciones y características diversas.

ACTITUDES

- Confianza y seguridad en los propios recursos para superar dificultades motrices.
- Aceptación de los propios límites.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Adquirir seguridad y confianza en la imagen de la actitud y postura del cuerpo.
- Utilizar la postura corporal para mantener equilibrios dinámicos y estáticos.
- Arriesgar ante situaciones motrices nuevas.
- Fomentar la adquisición del control motriz y a la postura con la experimentación
- Anticipar las situaciones de peligro.
- Conocer las sensaciones de estabilidad y de su pérdida.
- Familiarizarse con situaciones sin control visual.
- Tomar tiempo para buscar estrategias ante los propios límites y dificultades.

POSIBLES ACTIVIDADES

En el momento de planificar las actividades relacionadas con el equilibrio debemos tener en cuenta:

- El manejo y desplazamiento de objetos de diferente tamaño, peso y forma.
- La exploración de espacios poco habituales (árboles, pendientes, superficies móviles...)
- La atención en la ejecución de habilidades motrices en las que se requiere un control del equilibrio antes, después y durante la acción o movimiento.
- La actitud y posición del cuerpo y el grado de tensión y relajación a la hora de ejecutar las actividades.
- La exigencia en la toma de responsabilidad:

Respecto a situaciones de peligro para los demás y a los riesgos en la precipitación.

- Establecer tiempos de acción muy libres.

Al mismo tiempo, es importante tener en cuenta las variables que influyen en el control del cuerpo y del movimiento.

1. Aspectos sensoriales y perceptivos.

- 1.1. Actividades relacionadas con la percepción y control visual de posición y orientación en el entorno. Modificando:
 - La libertad de movimiento de la cabeza.
 - El equilibrio de objetos en los que se centra la mirada.

- 1.2. Actividades con ojos cerrados, estimulando el tacto y la exploración propioceptiva de las posturas y movimientos.
- 2. Percepción de posturas y movimientos en las tres direcciones del espacio.**
 - 2.1. Cambio de las posturas del cuerpo: inversiones y posiciones (vertical, horizontal e inclinada).
 - 2.2. Cambio en la inclinación de la superficie sobre la que se produce el equilibrio.
- 3. Cambios de la base de sustentación.**
 - 3.1. Reducción y aumento de puntos de apoyo diversos.
 - 3.2. Variación de la superficie de la base de apoyo.
 - 3.3. Introducción de objetos entre la base y la superficie de apoyo.
- 4. Cambios de altura del centro de gravedad en el suelo, modificando posturas o mediante la introducción de objetos, transportados a diferentes alturas.**
 - 4.1. Cambiando también la base de sustentación.
 - 4.2. Modificando la inclinación del cuerpo.
 - 4.3. Cambios en la superficie de apoyo
 - 4.4. Superficies de calidades y texturas distintas e irregulares
 - 4.5. Superficies con obstáculos.
 - 4.6. Superficies móviles.
 - 4.7. Delimitación de la amplitud de la superficie (seguir cuerdas, líneas, bancos de diferente ancho...)

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

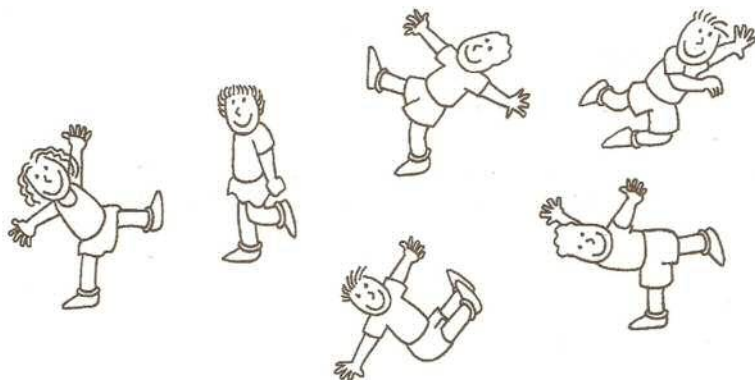
Centradas en el trabajo del adulto:

- Atención a la organización del espacio. Tiene que ofrecer seguridades para acciones espontáneas de los niños y niñas.
- No evitar las actividades de riesgo sino que se debe fomentar la atención y el control de la actitud de los niños.
- En la presentación y exploración de los materiales deben respetarse los tiempos de aprendizaje permitiendo obtener la satisfacción y el placer que se siente ante una actividad que se controla y domina.

Centrada en el trabajo de niños y niñas:

- Seguimiento de la evolución de la confianza o temeridad de los niños y niñas.
- Comprobación en los cambios de actitud y postura.
- Agilidad, seguridad y velocidad de las respuestas motrices que requieren equilibrio.
- Mecanización de acciones de equilibración y desequilibración.
- Facilidad para explorar y utilizar la colocación del centro y los ejes de simetría en el cuerpo.
- Disociación articular y segmentaria en actividades de equilibración con materiales.

POSTURAS



CONTENIDOS

- Sensibilización de los puntos de apoyo del cuerpo en el suelo.
- Estabilidad en las posturas adoptadas
- Variación de posturas y apoyos corporales en el suelo.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Desarrollar las posibilidades estáticas y dinámicas del cuerpo.
- Buscar recursos personales para el equilibrio estático.
- Tomar riesgo para descubrir posturas corporales que requieren un cierto grado de relajación.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: ninguno.
- Espacio: interior
- Duración: de 10 a 15 minutos.
- Distribución: se forman dos grupos; uno actúa y el otro observa. El grupo que actúa se distribuye por toda la sala.
- Desarrollo de la actividad: se trata de dar un tiempo para que cada niño y niña busquen posturas que les resulten muy difíciles de mantener. Cuando todos la han decidido, quedan todos quietos como estatuas y se analiza rápidamente alguna postura curiosa o original. Después de 2 ó 3 intentos cambiará el grupo de manera que entre los mismos niños y niñas se puedan dar ideas.

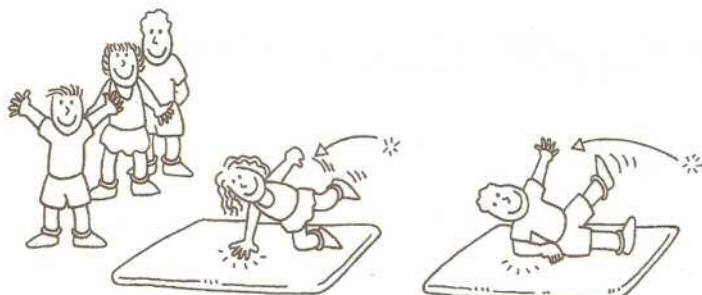
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- A medida que van surgiendo las posturas, y sobre todo en el momento que se mantienen, se trata de hacer observaciones y reflexiones para ir adquiriendo los aspectos claves para el equilibrio: puntos de apoyo, distancia entre los puntos de apoyo, control de la colocación de la pelvis, etc.

OTRAS PROPUESTAS

- El mismo ejercicio, pero accediendo a los objetos y materiales de la sala, Aprovechando los objetos existentes, para buscar superficies de soporte distintas que las del suelo.
- El juego de las estatuas.

QUIETOS COMO CLAVOS



CONTENIDOS

- Equilibrio dinámico en la postura de bipedestación.
- Uso y práctica de la colocación de los segmentos corporales que intervienen en las diferentes posturas de equilibrio antes y después del movimiento.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Jugar con el equilibrio y el desequilibrio del propio cuerpo.
- Superar el miedo a posibles caídas adquiriendo fuerza y seguridad en las piernas.
- Conocer las posibilidades de equilibrio de los diferentes segmentos corporales.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: 2 ó 3 colchonetas en el suelo.
- Espacio: interior.
- Duración: 10 minutos para las caídas, 5 para las posiciones estáticas.
- Distribución: medio grupo actúa en las colchonetas y el otro medio observa la actividad.
- Desarrollo de la actividad: libremente los niños y niñas van probando diferentes movimientos de caída sobre las colchonetas. Más tarde, por toda la sala, repetirán las acciones de caer, pero cuando están a "punto de caer" deben mantener, allí, el equilibrio y quedarse "quietos como clavos". Si una parte del cuerpo llega al suelo, permanece allí como un punto de apoyo más.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- En general, serán los mismos niños los que a través de la práctica y de la observación de los otros compañeros irán adquiriendo confianza, seguridad y habilidad en esta práctica motriz. Al final de la actividad, y después de que todos

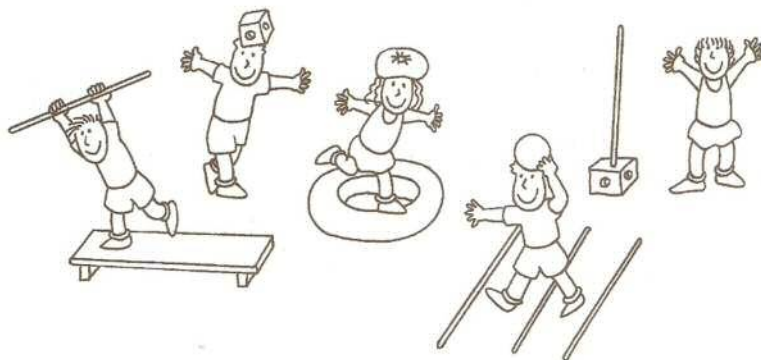
hayan practicado lo suficiente, se hará una valoración verbalizando conjuntamente la actividad.

- Es conveniente que esta misma actividad se pueda repetir en otra ocasión para que le vayan cogiendo gusto y sean capaces de practicar por su cuenta.

OTRAS PROPUESTAS

- Tomar carrera y frenar de golpe.
- Hacer movimientos acrobáticos y saltos elevando las piernas o bajando la cabeza mientras se hacen giros.

HACER ESCULTURAS



CONTENIDOS

- Transporte de objetos con equilibrio.
- Mantenimiento del equilibrio corporal y de los objetos.
- Organización del grupo.

OBJETOS DIDÁCTICOS

- Experimentar estabilidad en el movimiento cuando el centro de gravedad del cuerpo se eleva.
- Anticipar la acción y prever las consecuencias.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: tacos de madera, cojines; materiales de pesos y volúmenes diversos. En la sala se encontrarán también bancos, escaleras, ruedas, etc.
- Espacio: exterior.
- Duración: dependerá de la cantidad de objetos y de la extensión del terreno.
- Distribución se divide la clase en 5 ó 6 grupos. Se establecen los puntos de inicio y de llegada. Se coloca el material, común para todos, en la zona de origen para ser transportado posteriormente a la zona de llegada. El recorrido puede ser accidentado puesto que se encuentran pendientes o pequeños obstáculos para superar, colocando los bancos; ruedas, etc.
- Desarrollo de la actividad: se trata de desplazar los materiales al punto de llegada y allí construir una escultura establecida con todas las piezas.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- La propia actividad puede servir como actividad de autoevaluación si los niños y niñas saben que los objetos son transportados sobre la cabeza o cualquier superficie, de forma equilibrada, no se pueden caer. Para ello es necesario hacer hincapié en los procedimientos de encontrar el centro de gravedad del objeto, y la actitud corporal de relajación y atención en el momento de colocar el objeto de equilibrio.

OTRAS PROPUESTAS

- Esta propuesta se puede ir modificando en la medida que el grupo vaya adquiriendo seguridad.
- Se puede añadir más dificultad si se transporta el material con sacos sobre la cabeza o los hombros.

TRANSPORTE DE ESTATUAS



CONTENIDOS

- Adquisición de fuerza y coordinación en el arrastre.
- Estabilidad ante el movimiento pasivo.
- Sensibilización del tono muscular y de los recursos de estabilización.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Arrastrar a un compañero.
- Coordinar las fuerzas de arrastre para conseguir un movimiento homogéneo.
- Conseguir estabilidad ante los arranques y los cambios de velocidad.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: trapos resistentes y cuerdas.
- Espacio: interior con suelo liso y deslizante.
- Duración 15 minutos.
- Distribución: grupos de 3 ó 4. cada grupo dispondrá de un trapo de un metro cuadrado, aproximadamente. Se colocará en el centro del grupo.

- Desarrollo de la actividad: un niño o una niña se situará encima del trapo y el resto tirará de la cuerda desplazándose por toda la sala. El grupo que arrastra tiene que procurar tirar con un movimiento constante para que no provoque caídas.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

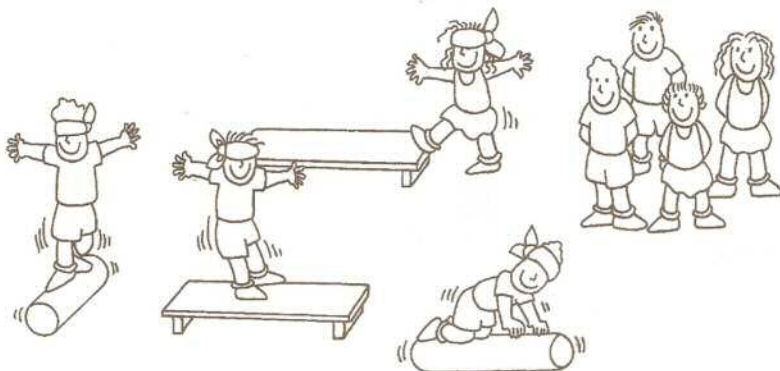
Mientras se ejecutan las actividades se observará:

- La coordinación y organización del grupo de niños que tiran de la cuerda.
- El control de los recursos de equilibración del niño o niña que está sobre el trapo.

OTRAS PROPUESTAS

- El mismo ejercicio, pero sentados encima del trapo de manera que aumente la superficie de equilibración.
- Si los retales son suficientemente grandes, un niño o niña puede tumbarse sobre la ropa y sentir relajadamente como es transportado.

EXPLORAR LA SALA



CONTENIDOS

- Desplazamientos sobre superficies de inclinación y consistencia variables.
- Equilibración a partir de sensaciones cenestésicas y táctiles.
- Predominancia lateral.
- Percepción de postura y tensión muscular.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Adquirir seguridad ante situaciones físicas y espaciales nuevas.
- Agudizar la atención y la percepción del espacio y del cuerpo.
- Adaptar la postura e inclinación del cuerpo a las diferentes superficies.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: bancos, escaleras, rulos de madera y varios pañuelos.
- Espacio: interior o exterior.
- Duración: 15 a 20 minutos.

- Distribución: se distribuyen las escaleras, tablas y rulos por toda la superficie procurando obtener superficies móviles y diferentes planos de inclinación. Un grupo de niños (6 ó 7) se mueve por la sala mientras que el resto observa en silencio el desplazamiento y vence su inseguridad.
- Desarrollo de la actividad: La actividad se desarrollará con los ojos cerrados. Al principio sin vendas para dar la posibilidad de abrir los ojos si fuera necesario. Más tarde, o en posteriores sesiones, se venderán los ojos con un pañuelo. En los cambios de grupo no es necesario que el primer turno haya acabado, si se respetan los distintos ritmos de exploración.

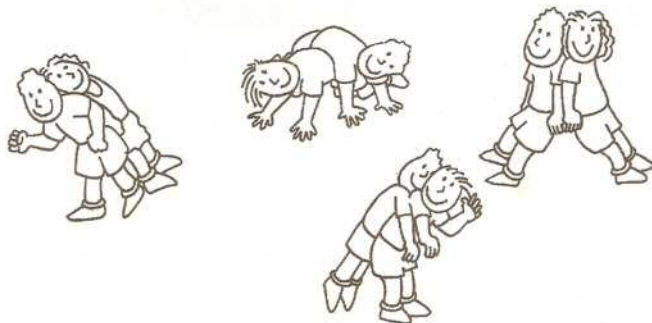
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Durante el desarrollo de la actividad es necesario que el adulto esté muy atento para hablar y tocar, si fuera necesario, a aquellos niños que muestren inseguridad.
- Evaluaremos la confianza y la atención.
- Se aprovechará para verbalizar las situaciones observadas y vivenciadas.
- Es interesante repetir la misma sesión para poder observar la evolución de cada niño y niña. Al mismo tiempo, es importante que cada uno de ellos sea consciente de su propia superación y que el grupo observador sea capaz de valorarlo.

OTRAS PROPUESTAS

- Si el grupo nunca se ha desplazado por un espacio con los ojos cerrados, es importante que se proponga previamente esta actividad.
- Se puede repetir la sesión con los ojos cerrados.
- Con la misma distribución del espacio se puede añadir la dificultad de andar mientras se transportan objetos en equilibrio: palos, pelotas, pañuelos... situados en diferentes partes del cuerpo.

LOS BORRACHOS



CONTENIDOS

- Experimentación sobre los puntos de apoyo de dos cuerpos para encontrar un equilibrio común.
- Actitud corporal de relajación y tensión muscular justa.
- Confianza en la estabilidad del compañero.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Vencer el miedo a caer.
- Buscar figuras corporales comunes a través del tacto.
- Experimentar posturas corporales distintas

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: ninguno.
- Espacio: interior
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: por parejas. Se distribuyen por toda la sala.
- Desarrollo de la actividad: dejando el tiempo suficiente para que cada pareja pueda encontrar una postura donde uno se apoye sobre el otro con confianza y tranquilidad y el otro deje que se apoyen sobre él usando la fuerza y una posición estable. Cuando se tenga la suficiente práctica se irá reduciendo el tiempo de preparación, acelerando el toque del pandero.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Es importante que se consigan las figuras a través del contacto corporal y no de la imagen escultórica previa.
- Cuando el adulto crea interesante, es conveniente pedir a una pareja que se mantenga en equilibrio y que los otros compañeros y compañeras puedan observar los resultados. De esta manera puede haber un aprendizaje entre iguales.

OTRAS PROPUESTAS

- El mismo ejercicio, pero en grupos de 3 ó 4.
- Se puede complicar añadiendo dobles parejas. Mientras una pareja ejecuta la acción la otra mira. Cuando han terminado se cambian los papeles y la que observaba reproduce la misma imagen que la pareja anterior.

EQUILIBRISTAS



CONTENIDOS

- Adaptación de las posturas y los desplazamientos a superficies diferentes.

- Elaboración de circuitos anticipando dificultades de control de posturas y desplazamientos.
- Equilibrio y orientación postural en el espacio.
- Manifestación del predominio lateral.

OBJETIVOS DIDÁCTICAS

- Buscar diferentes recorridos en un mismo circuito.
- Desplazarse a través de recorridos en el espacio: trepar, deslizarse, gatear...
- Experimentar el cambio de posturas, direcciones y sentidos, apoyos...

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: espalderas, plintos, rulos de madera o de cartón, quitamiedos, colchonetas, bancos...
- Espacio: interior. Se puede utilizar un espacio exterior con accidentes de terreno: árboles, piedras grandes, pendientes...
- Duración: 15 a 20 minutos
- Distribución: distribuidos espontáneamente por el espacio con la condición de no provocar aglomeraciones. Si sucediera, se iría accediendo a la zona de acción individualmente o por pequeños grupos.
- Desarrollo de la actividad: cada grupo dispondrá de un espacio más o menos delimitado. Irá ejercitando desplazamientos hasta conseguir una cierta soltura. Irán cambiando de zona. Se dejará deambular libremente por la sala, respetando, eso sí un orden y un máximo de niños y niñas en cada zona.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

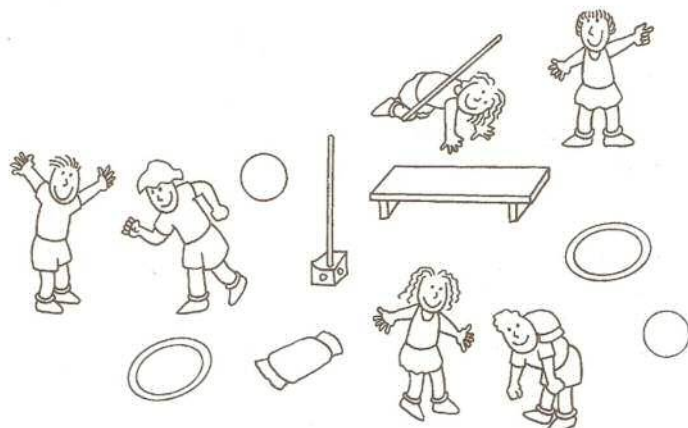
Se observará:

- Coordinación de movimientos.
- Preferencia lateral.
- Tenacidad y disciplina.
- Inventiva

OTRAS PROPUESTAS

- Hay una gran diversidad de actividades posibles cambiando o redistribuyendo el material y los espacios o zonas.

SACOS Y PAÑUELOS



CONTENIDOS

- Transportes con desplazamientos y posiciones diversas.
- Reconocimiento de la orientación de los objetos respecto a sí mismo.
- Adaptación del cuerpo. Postura y tono muscular.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Dosificar la velocidad en función del equilibrio y la postura.
- Anticipar recorridos y velocidades.
- Buscar estrategias para el desplazamiento confortable.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: pañuelos, picas, sacos de arena.
- Espacio: interior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: todo el grupo se distribuirá por parejas. Uno estará tumbado en el suelo. Cada pareja dispondrá de material: pañuelos, sacos, ringos, etc. por la sala habrá materiales semi-fijos para dificultar los desplazamientos.
- Desarrollo de la actividad: se trata de colocar a la pareja el pañuelo o el objeto sobre la parte del cuerpo que se quiera. Una vez colocado se levantará con el objeto a cuestas y deberá desplazarse por el espacio según le vaya indicando el compañero o compañera: cogiendo objetos del suelo, levantando un pie, etc. el compañero o compañera le acompañará todo el trayecto para ayudarle, colocarle de nuevo el objeto, etc. posteriormente se cambian los roles.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observaremos el desarrollo de la actividad. El adulto intervendrá o corregirá si lo cree oportuno.
- Con preguntas puntuales y de manera individual valoraremos la reflexión y la percepción de las dificultades, los recursos y los límites a modo de autoevaluación.

- Observaremos que las parejas al desplazarse con el objeto tienen la misma colocación y la van variando coordinadamente.

OTRAS PROPUESTAS

- El objeto se lleva entre los dos, sin agarrarse con la mano.
- Desplazarse con más de un objeto sobre el cuerpo.
- El maestro sugiere partes del cuerpo cambiando los desplazamientos (cuadrupedias, arrastres, etc.).

Juguemos con Ritmos

El niño desde muy pequeño utiliza el movimiento rítmico en sus juegos espontáneos. La finalidad educativa de esta Unidad Didáctica se centra en la adquisición de diferentes pulsaciones con la regularidad y precisión que la interpretación musical requiere; en la educación del ritmo sonoro y del ritmo corporal a través de la expresión de la postura, el equilibrio y le tono muscular adecuado; por último, en el movimiento global del cuerpo y de los diferentes segmentos corporales.

El ritmo sonoro está relacionado con el ritmo motor. El ritmo se exterioriza cuando el cuerpo es capaz de convertirlo en movimiento.

CONTENIDOS A TRATAR:

CONCEPTOS

- Diferenciación entre ritmo y pulsación, sonido y silencio, tiempo de pausa y tiempo de acción.
- Diferenciar la duración: un tiempo largo y uno corto.
- Algunas danzas populares, su origen y ejecución.
- Diferentes velocidades en la marcha (lenta, rápida, muy rápida).
- Identificación de frases rítmicas.

PROCEDIMIENTOS

- Vivenciación de diferentes ritmos.
- Vivenciación de tiempo de pausa y tiempo de acción.
- Interiorización de ritmos
- Reproducción de diferentes estructuras rítmicas.
- Vivencia de aceleración
- Mantenimiento de buena postura corporal.
- Movimiento de buena postura corporal.
- Movimientos de coordinación manos, brazos, pies...
- Ejercitación de cambios de sentido en pasos y saltos.
- Desplazamientos: caminar de puntillas, puntear los pasos, dar saltos de medio galope y de galope entero.
- Puntualidad en el inicio de los movimientos
- Improvisación a partir de músicas conocidas.
- Aprendizaje de pequeñas danzas.

ACTITUDES

- Sensibilidad hacia la expresión musical y rítmica.
- Atención y escucha.
- Espontaneidad y naturalidad en la expresión de sentimientos.
- Intercambio y comunicación corporal con los compañeros
- Desarrollo de la creatividad.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Educar el sentido del ritmo.
- Adquirir una buena coordinación y una buena postura corporal para poder expresar adecuadamente movimientos rítmicos.
- Practicar movimientos que permitan posteriormente ejecutar danzas sencillas.
- Fomentar el placer de moverse ante estímulos sonoros espontánea y libremente.
- Potenciar la expresión personal en cada niño, la expresión de sus sentimientos.
- Favorecer la interacción, la comunicación, la expresión libre y la representación de movimientos.

POSIBLES ACTIVIDADES

- Movimientos sin desplazamiento delante del espejo, mientras se escucha música
- Juegos danzados.
- Movimientos libres por la sala escuchando un determinado ritmo o música.
- A partir de una música conocida, mover progresivamente los segmentos corporales que se vayan nombrando.
- Movimientos o danzas por parejas o pequeños coros de 3 ó 4 niños.
- Realizar evoluciones musicales cogidos de la mano y formando espirales, líneas serpenteantes o círculos.
- Seguir individualmente la pulsación marchando con pasos seguros y dando palmadas con las manos.
- Repetición de frases rítmicas propuestas por el maestro o la maestra con palmadas en diferentes partes del cuerpo.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

En las actividades de evaluación se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- Conocer el ritmo y la pulsación natural de cada niño o niña.
- Detectar las dificultades individuales o de grupo al ejecutar los ejercicios.
- Valorar la capacidad de adecuación a los diferentes ritmos propuestos.
- Coordinación de diferentes segmentos corporales.
- Capacidad de expresión y comunicación a través de movimientos, a partir de una base musical.
- Placer progresivo de danzar y moverse espontáneamente con una base musical.

MARIONETAS



CONTENIDOS

- Tiempo de pausa y tiempo de acción.
- Discriminación entre sonido y silencio.
- Interiorización de ritmos.
- Mantenimiento de una buena postura corporal.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Diferenciar tiempo de pausa y tiempo de acción.
- Diferenciar sonido y silencio.
- Descubrir las posibilidades de movimientos de nuestro cuerpo.
- Observar diferentes posturas corporales.
- Potenciar espontaneidad y creatividad.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: reproductor de música, espejo grande.
- Espacio: sala
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: dependiendo de la amplitud y tamaño del espejo, se distribuirán los niños y las niñas delante del espejo. Si no es lo bastante grande, se formarán grupos distribuidos por toda la sala. Periódicamente, grupo por grupo, cada uno tendrá la oportunidad de trabajar delante del espejo. Cada niño se situará en un punto y se acurrucará en el suelo como si estuviera durmiendo, dentro de una caja.
- Desarrollo de la actividad: cuando suena la música las marionetas se despiertan y salen de la caja sin desplazamiento, se mueven al ritmo de la música, cuando ésta se para las marionetas vuelven al interior y descansan.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

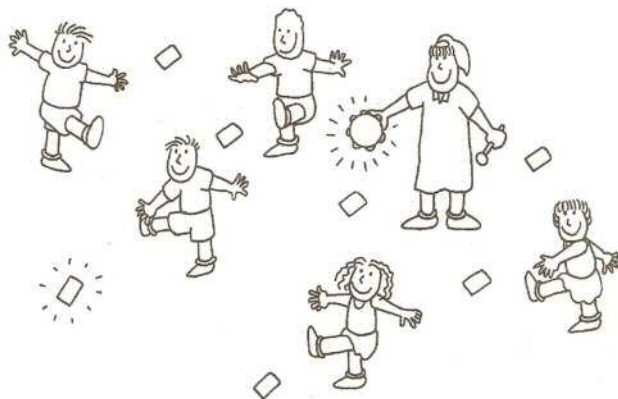
Observaremos los recursos de cada niño o niña valorando los gestos y posturas que queremos resaltar. Teniendo en cuenta:

- Continuidad en el movimiento.
- Creatividad e improvisación.
- Sentido del ritmo.
- Puntualidad en la relación sonido-acción.
- Silencio-quietud.

OTRAS PROPUESTAS.

- Parecida a la actividad anterior, pero con desplazamiento. Cada vez que pasen por delante del espejo se irán parando y le dedicarán un baile al espejo. Cuando la música deja de sonar, cada uno irá de nuevo a su caja a descansar.
- Juego de las estatuas. Todos los niños y niñas buscarán una posición libre y divertida y se quedarán inmóviles como estatuas.

CARTAS MUSICALES



CONTENIDOS

- Marchas Lentas, rápidas y muy rápidas.
- Vivenciación de diferentes ritmos.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Educar el sentido del ritmo.
- Diferenciar marchas rápidas de marchas lentas.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: Pandero y 4 tipos de tarjetas con distintivos, elaborados para la sesión: osos, soldados, ratones, caballos, etc.
- Espacio: Interior.
- Duración: 10 minutos.

- Distribución: Todas las cartas estarán distribuidas por el salón con la máxima distancia entre ellas. Habrá varias copias de cada una para evitar la aglomeración de los niños que estarán distribuidos en la sala.
- Desarrollo de la actividad: cuando suene la música tendrán que reconocer el ritmo que está sonando y se acercarán con los pasos adecuados a la carta correspondiente: Para hacer más fácil la identificación de los ritmos se establecerán diferentes formas de andar: los osos con zancadas lentas, los soldados marcarán el paso, los ratones andarán de puntillas y deprisa, los caballos a galope, etc.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN:

Esta Actividad sirve de evaluación el reconocimiento gráfico, auditivo y motriz de cuatro ritmos diferentes: lento, Normal, rápido y galope.

OTRAS PROPUESTAS

- Se dividirán la clase en 4 grupos, cada uno de ellos seguirá un ritmo diferente, representado por una carta del animal o personaje que hemos citado. Los grupos se cogerán de la mano formando una cadena. Cada vez que suene el ritmo que indica su carta, se pondrán en marcha. Se detendrán cuando el ritmo cese.

FUERTE Y FLOJO



CONTENIDOS

- Diferenciación entre sonido y silencio.
- Iniciación a la lectura y representación gráfica de las intensidades de los sonidos.

OBJETIVOS DIDACTICOS

- Reproducir con gestos las diferentes intensidades de sonido.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: Pandero y juegos de carta con la simbología de las diferentes intensidades de los sonidos; muy fuerte: un balón grande; flojo: una pelota pequeña; silencio: un globo.
- Espacio: Interior.

- Duración: 5 minutos.
- Distribución: Sentados formando un círculo: Cada niño o niña dispondrá de un juego de cartas de "intensidades de sonido".
- Desarrollo de la actividad: Con un pandero se tocarán las diferentes intensidades y todos levantarán la carta correspondiente.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Observaremos la seguridad y facilidad en identificar las diferentes intensidades y su correspondencia con los respectivos sonidos.

OTRAS PROPUESTAS

- Dictado de intensidades: La maestra levantará una carta de intensidades y los niños y las niñas harán un salto con la intensidad que indique la carta. Se puede hacer el mismo ejercicio enseñando dos cartas mientras se establece un tiempo de modo que responderán con dos saltos, las dos intensidades, en un tiempo establecido.

LA ARDILLA DESPISTADA



CONTENIDOS

- Marchas a ritmos diferentes.
- Orientación espacial a través del sonido.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: un pañuelo, un pandero.
- Espacio: Interior.
- Duración: 15 minutos.
- Distribución: Todos los alumnos menos uno se distribuyen por el espacio. Todos ellos serán conejos que estarán en el bosque, menos uno que será una ardilla despistada, con los ojos vendados y andará por todo el espacio.

- Desarrollo de la actividad: La ardilla andará a ritmo de la música. Los conejos del bosque, para ayudarla a no chocar con ellos, seguirán el mismo ritmo dando palmadas, pero sin desplazarse, manteniendo cada uno en su lugar.

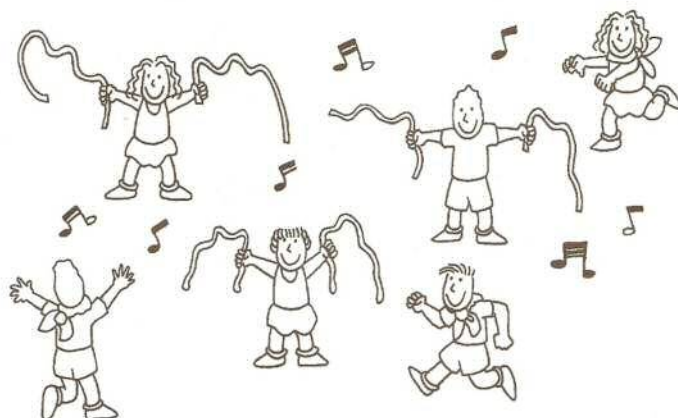
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

- Observaremos el ritmo que se marca con las manos y la capacidad de orientación del niño o la niña que anda con los ojos cerrados.

OTRAS PROPUESTAS

- El mismo juego, pero los conejos también desplazarse por el espacio, dando palmadas, para que la ardilla note su presencia y procurando no chocar con ella.
- "La gallinita ciega": se formará un círculo con todos los alumnos menos un niño o niña que quedará en medio con los ojos cerrados. Los niños ruedan mientras cantan una canción conocida por el grupo. Cuando se acaba la canción un miembro del coro (el maestro o la maestra indicará quién) dará tres palmadas. El de los ojos cerrados se guiará por el sonido hasta tocarlo con las manos. Tendrá que adivinar el nombre del compañero que ha dado las palmadas.

CADA PÁJARO VUELE A SU NIDO



CONTENIDOS

- discriminación de ritmos.
- Respuestas rápidas a estímulos sonoros.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Educar el sentido del ritmo.
- Potenciar la velocidad de reacción.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

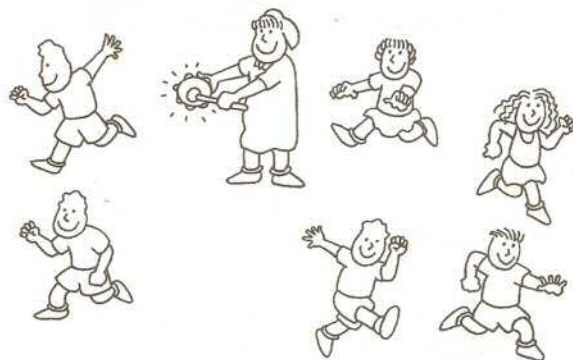
- Material: reproductor de música, pandero, pañuelos de colores o cintas de colores (también se pueden utilizar tiras de papel de colores).

- Espacio: interior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: la mitad de los alumnos hacen de pájaros. Llevarán un pañuelo de colores como distintivo. La otra mitad serán árboles y dispondrán de cintas de color verde y marrón. Cada pájaro tendrá su nido en un árbol. Los árboles se distribuirán por toda la sala moviendo la cinta con el ritmo de la música.
- Desarrollo de la actividad: cuando suene el ritmo que identificará a los pájaros, éstos saldrán del nido y se moverán por todo el espacio. Cuando suene el ritmo de los árboles, que ha sido acordado previamente, éstos moverán las cintas. Será el aviso para que los pájaros vuelvan al nido.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Observaremos la rapidez con que identificarán y discriminarán dos ritmos diferentes, así como el sentido del ritmo que demuestren en sus movimientos o desplazamientos.

STOP



CONTENIDOS

- Concepto de: prisa y despacio.
- Concepto y vivencia de arranque y frenada.
- Vivencia de aceleraciones y desaceleraciones.
- Velocidad de reacción.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Estar atento a diferentes ritmos.
- Discriminar cambios de velocidades.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: pandero.
- Espacio: interior o exterior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: todo el grupo se distribuye por el espacio, separándose lo máximo posible entre sí.
- Desarrollo de la actividad: el grupo irá marchando por la sala a la velocidad del ritmo que la maestra irá tocando con el pandero. Los ritmos se irán acelerando

progresivamente. A la señal de "stop" todos quedarán inmovilizados en su sitio esperando de nuevo que suene la música. También se tocarán los ritmos desacelerando poco a poco la velocidad hasta una nueva señal de "stop".

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Anotaremos los aciertos y errores cuando los niños estén verbalizando las características de los ritmos mientras los reproducen corporalmente: lento, rápido, cada vez un poco más rápido, cada vez un poco más rápido, etc.

OTRAS PROPUESTAS

- La clase se distribuye por la sala menos un grupo de 6 ó 7 que actuarán como "gatos". Los demás serán "ratas". Con un pandero la maestra tocará el ritmo rápido de las ratas y un alumno con otro pandero tocará un ritmo lento para los gatos. Los gatos tienen que conseguir alcanzar a las ratas manteniéndose en su ritmo. Al finalizar se cambiarán los papeles. Los gatos se vuelven ratas y éstas gatos que intentarán alcanzar a las nuevas ratas siguiendo el compás más lento.

COROS, CÍRCULOS Y SERPIENTES



CONTENIDOS

- Interiorización de ritmos.
- Cambios de sentido y de direcciones.
- Introducción al movimiento del galope.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Educar el sentido del ritmo.
- Practicar evoluciones típicas de danzas.
- Potenciar la interacción entre el grupo de la clase.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: reproductor de música.
- Espacio: interior.
- Duración: 10 a 15 minutos.
- Distribución: cogidos todos de la mano, se formará una fila que avanzará en forma de espiral dirigida por la maestra. Más tarde, sin soltarse de las manos, se formará un corro.

- Desarrollo de la actividad: cuando suene la música, se saltará al galope hacia un sentido de rotación (contra horario, por ejemplo). Cada vez que se indica: "¡cambio!" se cambiará el sentido de la marcha.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Se observará:

- si saben seguir el ritmo
- si ejecutan correctamente el movimiento del galope.
- Si mantienen la postura correcta.
- Si se "rompe" o no el círculo o la cadena.

OTRAS PROPUESTAS

- Cuando suene la música, danzaremos saltando al galope formando una espiral o un caracol. En un momento determinado, aprovechando la estructura de la música, se irá deshaciendo la espiral hasta acabar formando un círculo.
- parecida a la actividad anterior pero esta vez la fila se desplazará con el movimiento de una serpiente de manera que en algunos momentos los alumnos estarán cara a cara y en otros se darán la espalda.

"LA MUNTANYETA", DANZA CATALANA



CONTENIDOS

- Atención en la audición de la melodía.
- Coordinaciones propias de la danza: movimientos de "serpiente y de "caracol".
- Desplazamientos libres por la sala.
- Control y actitud postural.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Ejercitar la danza
- Ejecutar diversas evoluciones de danzas tradicionales.
- Ser capaz de coordinarse con el movimiento de los compañeros.
- Potenciar el trabajo de coordinación, equilibrio, ritmo y lateralidad.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material: reproductor de música.
- Espacio: interior.
- Duración: 30 minutos.
- Distribución: dos filas, cogidos de la mano. El jefe de cada fila o maquinista, será quien decida la evolución del recorrido de toda su fila.
- Desarrollo de la actividad: cuando suene la música, avanzando al galope, las dos filas van bailando desplazándose por todo el espacio. El maquinista puede pasar por debajo de "puentes" (entre los brazos de su propia fila o de la otra fila). Se puede formar un caracol desplazándose en espiral o serpenteando por el espacio. Al llegar a la última estrofa, al final de cada verso, la fila dará un salto juntando los pies y quedando cogidos de dos en dos, por parejas.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evaluaremos la coordinación y del trabajo previo del grupo, es conveniente que el maquinista sea un adulto o un niño o niña que tenga bien adquirido el salto de galope.

Máscaras, Trapos y Espejos

El desarrollo de las posibilidades expresivas y comunicativas del propio cuerpo nos conduce a la necesidad de salir fuera de él, a descentrar la mirada hacia uno mismo, hacia su propia imagen, para explorar y reconocer las características más significativas del mundo que nos rodea: animales, personajes o situaciones conocidas. Salir fuera de nosotros mismos y observar, o imitar, es una forma de conocer el mundo que nos rodea en su manifestación menos tangible, es decir, a través de la impresión y expresión de imágenes, sensaciones, emociones, experiencias subjetivas, etc.

El impacto de este mundo que nos rodea, la variedad y sutileza de las impresiones que de él recibimos, enriquecerán sin duda nuestra capacidad de percibirlo y representarlo, es decir, de expresarlo de una forma comunicativa y comprensible.

Para fomentar el desarrollo de la expresión y comunicación corporal debemos tener en cuenta sobre todo la sensibilización corporal de la propia imagen, pero no desde una perspectiva física o funcional sino descubriendo la variedad y multiplicidad de las imágenes corporales, emociones o situaciones que somos capaces de transmitir.

Debemos tener en cuenta que nuestro cuerpo, sus gestos y posturas modulados a través de la voz, de la música o del movimiento tiene enormes posibilidades expresivas. Por lo tanto, debemos afianzar el conocimiento de la imagen corporal con elementos o materiales que nos ayuden a percibirnos a través de las sensaciones corporales y de los sentidos: los espejos y las sombras corporales proyectadas en cualquier pared o pantalla, los materiales blandos como globos, telas, cintas o cuerdas, los materiales o

estructuras rígidas o duras como escaleras, cajas, bancos o mobiliario y, como no, todos aquellos materiales propios del arte de la expresión corporal como son la música, las máscaras, los disfraces, los cuentos y poemas, los muñecos, títeres o marionetas, etc.

CONTENIDOS A TRATAR:

CONCEPTOS

- Identificación de la imagen especular parcial o global del cuerpo.
- Identificación de las características de los personajes.
- Memorización de gestos, movimientos independientes o secuenciados.
- Conocimiento de algunas cualidades del movimientos y la postura.

PROCEDIMIENTOS

- Ejercitación de gestos y posturas corporales.
- Relajación y ajuste tónico postural.
- Imitación de secuencias de movimientos.
- Adecuación del ritmo propio a ritmos establecidos.
- Mantenimiento del ritmo y movimiento propios independientemente de los demás.
- Organización del espacio y de los materiales para llevar a cabo una escenificación.
- Reproducción de acciones.
- Orden y organización del material.

ACTITUDES

- Concentración en la reproducción de gestos y actitudes delante del espejo o de los compañeros.
- Sensibilidad y respeto hacia los compañeros.
- Placer en la exploración de materiales y movimientos.
- Desinhibición en el juego simbólico y dramático.
- Iniciativa.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Reconocer expresiones propias y saberlas reproducir.
- Representar posturas con un contenido simbólico
- Realizar acciones simbólicas inteligibles.
- Jugar a imitar personajes.
- Verbalizar situaciones jugadas con contenido imitativo, representativo o emotivo.
- Adquirir autonomía en la manipulación y colocación de materiales.
- Establecer espacios de relación con o sin contacto.

POSIBLES ACTIVIDADES

1. Sensibilización de la relación con los objetos a partir de los sentidos exteroceptivos. Fomentar el contacto con los objetos y materiales. Adecuación de la postura y adaptación del movimiento corporal a las características del material.
2. exploración y reconocimiento de reacciones ante materiales determinados
3. reproducción de secuencias de movimiento individuales o en grupo
4. creación de situaciones globales que creen clima y disponibilidad para el juego dramático.

5. imitación de personajes o situaciones.
6. elaboración de mascarás y disfraces
7. reproducción gráfica de las expresiones faciales.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Para evaluar tendremos en cuenta los siguientes aspectos:

- La observación de los procesos individuales de los niños y niñas a partir de las propuestas que se hayan hecho. Procesos de familiarización con el material, de imitación de acciones y recursos de otros compañeros, repetición de acciones simbólicas. Seguridad y placer en la propia actividad, etc.
- Reproducción gráfica de danzas juegos o actividades realizadas.

CARAS



CONTENIDOS

- ejercitación de gestos faciales
- memorización de gestos
- concertación en la transformación de emociones.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Reconocer expresiones de emociones y saberlas reproducir.
- Efectuar mímicas exageradas del rostro.
- Verbalizar impresiones y descripciones.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- Material espejo grande de pared para que todos puedan verse la cara confortablemente.
- Espacio: interior.
- Duración: 10 minutos.
- Distribución: inicialmente todos delante del espejo, posteriormente esparcidos por el espacio.
- Desarrollo de la actividad: delante de un espejo grande los niños espontáneamente practicarán gestos de la cara. Posteriormente, se centrará la actividad en dos caras: una de dar miedo y otra de susto (lo más exageradas posibles). memorizados los gestos se distribuirán por la sala y repetirán las expresiones. Una señal indicará estar asustado y otra poner cara de dar miedo y otra de susto (lo más exageradas posibles).

Memorizados los gestos se distribuirán por la sala y repetirán las expresiones. Una señal indicará estar asustado y otra poner cara de dar miedo. Entre una expresión y otra los niños y niñas se taparán la cara con las manos y las abrirán mientras hacen la expresión.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Se observará:

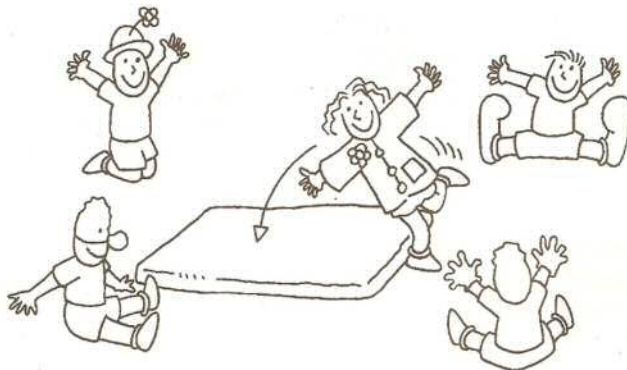
- la facilidad de transformación de las expresiones.
- La coordinación y utilización de las manos en el momento de taparse la cara.

Es importante resaltar que la cara tiene que descansar (relajarse) a oscuras, entre las manos.

OTRAS PROPUESTAS

- Se pueden hacer fotografías en blanco y negro para poder trabajar posteriormente las expresiones genuinas de cada niño y elaborar posteriormente dibujos de autorretratos o máscaras.

EL HILO INVISIBLE



CONTENIDOS

- Coordinación y destreza en los movimientos con la pareja
- Encadenamiento de movimientos.
- Ajuste tónico postural.
- Atención y concentración en el movimiento del otro.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Ejercitarse en el lenguaje simbólico del gesto.
- Saber tomar la iniciativa y dejarse llevar.
- Buscar siempre nuevos movimientos ocupando todo el espacio posible.

P.D.

Vivimos un momento difícil en la vida de nuestro país. La reducción drástica al gasto social aplicada en este año, afecta gravemente los recursos destinados a la educación en el país, que de por sí padece enormes carencias. Con esta medida, se cierran aún más las posibilidades de millones de mexicanos de acceder a la educación.

Sin embargo y a pesar de ello, los maestros de la Sección XVIII del SNTE, hemos hecho un gran esfuerzo por continuar impulsando iniciativas en la búsqueda y construcción de una nueva educación para nuestro pueblo, del cual este libro forma parte.

Estamos seguros que este esfuerzo será bien valorado y aprovechado por quien es nuestro máspreciado don: la niñez michoacana.

Vamos juntos construyendo
el camino hacia una...



EDUCACIÓN ALTERNATIVA