

<b>TÍTULO</b>	<b>“SOMOS EXPLORADORES”</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	Bancos, saquitos de arena, folios, aros, sillas, mesas, cojines.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Vamos a realizar un circuito diciéndoles que somos exploradores y vamos por la selva. Para ello colocaremos un banco sobre el que tendrán que pasar los niños, diciéndoles que es un puente colgante, guardando el equilibrio con saquitos de arena en la cabeza. Después tendrán que cruzar un río pasando por encima de unas piedras (que serán folios, papeles o aros esparcidos por el suelo sobre los que tendrá que saltar los niños). Deberán pasar por debajo de un túnel formado por sillas. A continuación, cruzarán un río donde hay cangrejos y tendrán que saltar a la pata coja. Por último, entrarán en una cueva (formada por mesas donde hemos de caminar de cuclillas), cuando salgan se encontrarán con un obstáculo que habrán de saltar (cojín) y llegado así a su destino. El circuito lo realizarán de uno en uno y en el menor tiempo posible, aunque prevalecerá siempre la realización correcta de los movimientos, desplazamientos....</p> <p><b>Relajación:</b> cuando lleguen a su destino, los exploradores tendrán que descansar para su nueva aventura, comenzarán a gatear simulando que somos pequeños tigres de la selva y nos arrastraremos como las serpientes, hasta que poco a poco cada animal se va durmiendo.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	

<b>TÍTULO</b>	<b>“BIENVENIDOS AL CIRCO”</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	El propio cuerpo, aros, cuerdas, bancos suecos, pelotas.
<b>DESARROLLO</b>	<p>¿A vosotros os gusta el circo? ¿Habéis visto alguno? ¿Sabéis quiénes son equilibristas? Estamos en un circo y somos equilibristas, y vamos a prepararnos para el gran espectáculo. Comenzamos arrastrándonos como serpientes por el suelo, pasamos por las líneas azules de puntillas, nadie puede caerse. Luego de talón. Gateamos por las líneas... y ya estamos listos. Que comience el espectáculo:</p> <p>Andamos con un pie encima de la raya, el otro fuera de ella. Al revés. Andamos a la pata coja en la línea amarilla. Los equilibristas algunas veces andan sobre cuerdas. Lo hacemos. Saltamos a la cuerda con un pie, con el otro, con los dos. Lo hacemos de atrás a adelante, de adelante a atrás. Saltamos a la comba. Pasamos sobre bancos suecos. En grupos de cuatro caminaremos sobre el banco agarrados a una cuerda. Los equilibristas pasan una pelota de una mano a otra. - ahora - ahora se pasan la pelota por todas las partes del cuerpo. Por parejas de dos, tratamos de andar con la pelota entre los hombros, pechos, espaldas de los dos. Pasamos la pelota por debajo de la pierna. Botamos la pelota muy fuerte y la cogemos.</p> <p><b>Relajación:</b> Los equilibristas están cansados, llegan a su camerino, se quitan el maquillaje, se tumban en sus camas; extienden una pierna lentamente, luego la otra; lo mismo con un brazo, con el otro; cierran los ojos respiran muy, muy despacio.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	

<b>TÍTULO</b>	<b>“VIAJAMOS AL PAÍS DE GRANDILANDIA”</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	-Ejecutar desplazamientos de diferentes formas y direcciones. -Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera. -Desarrollo de la braqueación.
<b>RECURSOS</b>	El propio cuerpo y aros.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Vamos a viajar a un país donde todo el mundo es muy grande, se llama Grandilandia. Vamos a ponernos muy grandes, así que andamos de puntillas, los brazos muy estirados. Ahora estamos sentados en el país Grandilandia todo el mundo tiene las piernas muy grandes, las estiramos; la una, la otra, Podemos correr mucho con ellas así que vamos a dar 4 vueltas Los brazos son muy grandes, los estiramos; el uno, el otro. Su cuerpo es muy grande, por delante su pecho, por detrás su.... Nos tocamos el pecho y la espalda. Sus manos son grandes, las movemos. Andamos dando grandes pasos.</p> <p>En Grandilandia los niños tienen los ojos muy grandes (los abren mucho), se los tocan. Sus orejas (las estiran), su boca (la abren). Pero un día se encontraron con un niño muy pequeño (andamos en cuclillas) pero muy veloz (dan 4 vueltas) Venía de Pequeñilandia. ¿Cómo tenían sus pies? ¿su cuerpo? Etc,. Andan dando pasos muy pequeños. Un día andando en el bosque se encontraron con dos amigos. Uno era de Pequeñilandia y el otro de.... Se miraron muy sorprendidos, el grande le dijo al pequeño: “Mírate tu brazo” ¿Cómo es?.... se hace lo mismo con distintas partes del cuerpo. Vamos a decir todas las partes grandes del cuerpo: pecho, espalda, piernas... Ahora, vamos a decir las partes pequeñas: ojos, nariz....</p> <p>Hay algunos niños que no son ni grandes ni pequeños, son.... Los niños buscan aros de diferentes colores según sea su estatura. Se van todos lejos de la puerta, ahora se acerca a un árbol. Se van a por un aro y se meten dentro de él. ¿Dónde tienen el aro? ¿Cerca o lejos?. Se ponen fuera del aro pero cerca de él. Ahora hacen lo contrario.</p> <p><b>Relajación:</b> En el país de Grandilandia nos vamos a dormir. Estiramos los brazos, piernas, abrimos los ojos, cerramos la boca, y muy calladitos nos echamos a dormir.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Se puede aplicar en 3 y en 4 años

<b>TÍTULO</b>	<b>“EL VIAJE DE LOS REYES MAGOS”</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecutar desplazamientos de diferentes formas y direcciones.</li> <li>- Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera.</li> <li>- Desarrollo de la braqueación.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	Colchonetas, sacos, ladrillos, bancos, espalderas, barras, picas.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos vamos a convertir en reyes magos, atravesando 6 espacios realmente mágicos.</p> <p><b>-1º espacio:</b> Nos convertimos en reyes magos que caminan pensando que camino seguir y cuando ya lo han adivinado corren (4 vueltas), utilizamos como material colchonetas en las que los niños realizarán giros, volteretas...</p> <p><b>-2º espacio:</b> Atravesamos el desierto, la primera parte del desierto son arena movedizas por lo que deberemos pasarlas con sacos hasta llegar a los ladrillos que simulan un camino de piedras que tendrán que pasarla por encima.</p> <p><b>-3º espacio:</b> viajamos en camello, utilizamos colchonetas para desplazarnos encima.</p> <p><b>4º espacio:</b> nos colamos por la chimenea, pasamos por encima de un banco situado cerca de una espaldera por la que debemos trepar. Esto simulará subir al tejado de las casas. Luego se desplazarán lateralmente sobre las espalderas, hasta llegar a la simulación del hueco de la chimenea y deberán dejarse caer dentro del aro colocado encima de una colchoneta grande.</p> <p><b>-5º espacio:</b> colocación de regalos, desde la colchoneta grande irán corriendo hacia una montaña de material, donde cada uno deberá coger uno y colocarlo en la barra de ballet que simulará el árbol de navidad</p> <p><b>-Relajación: 6º espacio:</b> vuelta a casa, deberán pasar saltando por aros, ladrillos, picas como si fuera la lava de un volcán.</p> <p>*Una vez acabado el ciclo de la actividad éste volvería a repetirse intentando ir superando los espacios cada vez de una forma distinta.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	

<b>TÍTULO</b>	<b>“ANIMALES DE LA SELVA”</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saquitos de arena.</li> <li>- Banco sueco.</li> <li>- Música.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos vamos a convertir en animales ya que hemos llegado a la selva amazónica. Primero, <i>se desplazarán como el león y darán una vuelta alrededor del gimnasio</i> (son leones que están buscando a sus presas). Después <i>serán serpientes y se arrastrarán</i> para llegar a un estanque lejano. Por último, tienen que atravesar un puente colgante (banco sueco), guardando el <i>equilibrio con saquitos de arena</i> en la cabeza. Después tendrán que cruzar un río pasando por <i>encima de unas piedras</i> (que serán folios, papeles o aros esparcidos por el suelo sobre los que tendrá que saltar los niños/as).</p> <p><b>Relajación.</b> Somos piedras de río. Acompañados por música, con ambiente tranquilo, les diremos a los niños, que estarán tendidos supino y con los ojos cerrados, que son piedras y que por tanto pesan mucho y cada vez se van hundiéndose más en el río.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 4 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>"El otoño"</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera.</li> <li>- Desarrollo de la braqueación.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pandero</li> <li>- Banco sueco.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Vamos caminando por el campo un día de otoño nublado mirando el paisaje, pero de repente comienza una tormenta y llueve (<i>carrera</i>). Se van las nubes y podemos seguir <i>caminando</i> (viendo como cambia el color de las hojas amarillas, marrones, naranjas...) pero de nuevo vuelve la tormenta (así varias veces).</p> <p>Simular ser <b>ardillas</b> que caminan al ritmo de un pandero. Al oír la voz de "buscar alimentos" cada niño se subiera a la escalera de braqueación con ayuda de la maestra e intentara pasar el mayor número de barrotos.</p> <p><b>Relajación: Las hormigas:</b></p> <p>1 Comentamos con todos los niños/as las características de las hormigas: sus movimientos son lentos, en otoño cuando llueve suelen verse "alúas" que son hormigas con alas, son pequeñas, pesan poco...</p> <p>2 Nos colocamos por parejas, uno tumbado boca arriba y el otro a su lado de rodillas; éste último sigue las instrucciones de la maestra/o, el otro cierra los ojos:</p> <p>3 "Nuestros dedos corazón e índice son hormiguitas". 4 "Las hormiguitas pasean por el cuerpo del compañero/a empezando por los pies".</p> <p>5 "Después van subiendo por la pierna hasta los glúteos..."</p> <p>6 Recorremos todas las partes del cuerpo.</p> <p>7 Cambio de rol.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 4 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>CONOCIENDO EL GIMNASIO</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio: croqueta</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	Una cuerda larga
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Correr por todo el espacio.</li> <li>*caminar sólo por la mitad.</li> <li>• Rodar libremente de una pared a otra.</li> <li>• Mirar hacia arriba y decir qué cosas vemos.</li> <li>• Mirar hacia abajo y decir qué cosas hay en el suelo.</li> </ul> <p>Los niños/ as caminarán libremente por todo el espacio y a la señal de la profesora se colocarán “lejos” de la puerta, y después se colocarán “cerca”. La maestra podrá utilizar estas consignas, pero en relación a otros objetos de la clase (ejemplo: lejos de la espaldera, cerca de un banco, etc.).</p> <p>Con una cuerda estirada en el suelo los niños deberán pasar por encima de ella manteniendo el equilibrio colocando un pie delante del otro. Para después realizar la croqueta.</p> <p><b>Relajación.</b></p> <p>Nos tendemos en el suelo y apretamos el cuerpo (Lo ponemos tenso) y lo relajamos (blando).</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 4 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>“SOMOS ATLETAS”</b>
<b>EDAD</b>	5-6 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera.</li> <li>- Desarrollo de la braqueación.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	
<b>DESARROLLO</b>	<p>Seremos atletas que tienen una competición, comienzan su calentamiento por lo que tienen que caminar alrededor del gimnasio (2 vueltas). Después, darán 3 vueltas corriendo. Alternando andar con carrera 4 veces.</p> <p>Se sentarán en el suelo a descansar y de uno en uno subirán a la escalera de braqueación que con la ayuda de la maestra intentarán pasar el mayor número de barrotes.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 4 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>BAJO EL MAR</b>
<b>EDAD</b>	4-5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Música: bajo del mar (La Sirenita)</li> <li>- Pandero.</li> <li>- Bancos y aros.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos convertimos en buceadores: para ello nos vestiremos utilizando un traje de neopreno, las gafas para bucear y unas aletas para nadar más rápido.</p> <p>Para saltar desde nuestro barco debemos travesar el trampolín. Avanzaremos por el banco, con cuidado de no caernos, y saltaremos en el aro que nos llevará al fondo del mar. Bucearemos al ritmo del pandero (ritmos lentos y rápidos) libremente por el mar donde veremos diferentes animales. Una vez en el fondo del mar gatearemos como los pulpos, hacia delante y hacia atrás, con cuidado de no chocarnos con los demás.</p> <p>También veremos peces que nadan por el fondo del mar, a los que acompañaremos arrastrándonos hacia delante, hacia atrás, a un lado y a otro lado.</p> <p>Acompañaremos el gateo y el arrastre con la canción de La Sirenita: “bajo del mar”.</p> <p><b>Relajación.</b> Volveremos a la calma nadando en nuestro sitio, con los ojos cerrado y moviendo muy lentamente los pies y los brazos. Poco a poco, iremos quitando nuestro traje de buzo hasta quedarnos muy quietos.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>LOS BICHITOS DEL CAMPO</b>
<b>EDAD</b>	4-5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zancos</li> <li>- Banco sueco.</li> <li>- Música: el Vals de las Flores de Tchaikovsky.</li> <li>- Aros (uno por alumno).</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos convertimos en diferentes insectos que podemos encontrar en el campo y les preguntamos a los alumnos qué insecto quiere ser cada uno.</p> <p>Empezamos a caminar, siempre con los zancos por el campo, pero tenemos que ir con mucho cuidado, guardando el equilibrio para no caer en los surcos que han hecho los agricultores con sus tractores (andamos con zancos entre dos bancos).</p> <p>Cerca de donde estamos encontramos una plantación de trigo que nos encanta y llegaremos hasta ella desplazándonos con saltos con los pies juntos; disfrutaremos del trigo, pero veremos que cerca hay otra plantación de maíz, a la que llegaremos dando zancadas lo más grande posibles.</p> <p>Pero... qué ven nuestros ojos?!?! Se acerca el agricultor y viene a por nosotros!!! Así que, sin que nos vea, nos agacharemos y, muy en silencio y despacio para que no nos escuche, nos arrastraremos libremente por el espacio.</p> <p>Una vez a salvo, gatearemos hasta nuestro cobijo (cada alumno tendrá que buscar un aro colocado por la sala).</p> <p><b>Relajación.</b> En nuestro cobijo, tranquilos y relajados, nos haremos una bolita mientras de fondo suena el Vals de las flores de Tchaikovsky.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 (sin zancos) y 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>LOS BOMBEROS DEL PÁRAMO</b>
<b>EDAD</b>	4-5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera.</li> <li>- Desarrollo de la braqueación.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<p>-Música: The Eye of the Tiger</p> <p>-Silbato.</p>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Vamos a formar la flota de bomberos que estarán de guardia por si hay una emergencia. Para ello, tenemos que entrenar: nos enfundaremos el traje de bombero, las botas y el casco y, durante el tiempo que dura la canción de “The eye of the tiger”, andaremos cogidos de la mano de un compañero, al mismo ritmo y velocidad los dos. Nos desplazaremos andando hacia delante, hacia atrás, a un lado y a otro lado, siempre cogidos y sin soltarnos.</p> <p>A la señal de la maestra (silbato), nos soltaremos del compañero y correremos libremente por el espacio hasta que volvamos a escuchar la señal, cuando tendremos que volver a buscar al compañero y cogernos de la mano para volver a andar.</p> <p>Pero, cuando suene la sirena del camión, deberemos hacer, rápidamente, una fila en la escalera de braqueación para recorrerla lo más rápido posible.</p> <p>Una vez pasada la prueba, pasaremos a formar parte del equipo de Bomberos del Páramo.</p> <p><b>Relajación.</b> Para volver a la calma, buscaremos un espacio en la sala y allí respiraremos muy lentamente, nos tumbaremos y estiraremos los brazos y las piernas.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>¡¡EXTRA EXTRA!!</b>
<b>EDAD</b>	4-5 años
<b>OBJETIVOS</b>	-Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera. -Desarrollo de la braqueación.
<b>RECURSOS</b>	-Pandero. -Música “La máquina de escribir” de L. Anderson.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos convertimos en periodistas al acecho de la mejor noticia. Nos desplazamos por la sala andando al ritmo del pandero: de lado, hacia delante, hacia atrás, un pie detrás del otro... y cuando vemos a un compañero le hacemos una pregunta. Llegamos a la redacción del periódico para escribir nuestra noticia (ponemos de fondo la obra de música clásica de “La máquina de escribir” de L. Anderson e imitamos el tecleo de la máquina, como si estuviéramos escribiendo, pero... de repente, nos piden que vayamos más rápido, así que corremos por la sala hacia delante y hacia atrás.</p> <p>Una vez tengamos escrita nuestra noticia, nos pondremos todos en fila para pasar la escalera de braqueación y así, poderla entregar y finalizar nuestra jornada laboral.</p> <p><b>Relajación.</b> Volvemos a la calma buscando un compañero y, siguiendo las instrucciones de la maestra, realizaremos masajes unos a otros.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 3 y 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>UN DIA DE TORMENTA</b>
<b>EDAD</b>	3 años.
<b>OBJETIVOS</b>	Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera. -Desarrollo de la braqueación.
<b>RECURSOS</b>	Pandero, triángulo y su propio cuerpo.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Los niños y niñas caminarán libremente por todo el espacio al son del pandero. De pronto, empezará a llover (sonido en forma de toques de triangulo rápidos) y los niños y niñas correrán con las manos en la cabeza. Cuando oigan golpes fuertes de pandero quiere decir que suena un trueno y ellos se tumbarán acurrucados en el suelo. Cuando el pandero suene de nuevo suave, quiere decir que la tormenta ha pasado y los niños y niñas caminarán libremente por el espacio.</p> <p>Para llegar a sus casas deberán pasar por la escalera de braqueación.</p> <p><b>Relajación:</b> Somos marionetas y estamos con los brazos arriba, vamos cortando hilos y van cayendo las distintas partes del cuerpo hasta acabar tumbados en el suelo.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 4 y 5 con modificaciones.

<b>TÍTULO</b>	<b>CON CUERDAS</b>
<b>EDAD</b>	3 años.
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuerdas.</li> <li>• Su propio cuerpo.</li> <li>•</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Cada niño o niña tendrá un trozo de cuerda:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La dejarán en el suelo y caminarán alrededor de ella sin pisarla a la orden de la profesora una vez para delante y otra para atrás.</li> <li>• Ahora pasarán por encima de ella como si fuera un puente.</li> <li>• Gateando irán pasando por encima de la cuerda dejándola entre las manos y las rodillas.</li> <li>• Por parejas, con una cuerda, uno de los miembros estará tumbado y agarrará uno de los extremos y el otro compañero lo arrastrará tirando por el otro extremo.</li> <li>• Ahora dejarán las cuerdas y serán ellos serpientes arrastrándose libremente por el espacio.</li> </ul> <p><b>Relajación:</b> Al finalizar la actividad, seguirán en el suelo siendo serpientes y con los ojos cerrados empezarán a sentir cómo su cuerpo pesa tanto que se hunde en la arena y ahí se quedarán un ratito descansando.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 4 y 5 años con modificaciones.

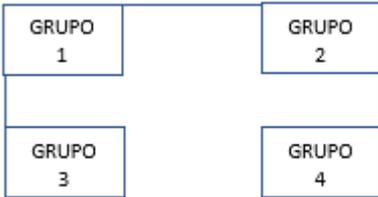
<b>TÍTULO</b>	<b>LA GRANJA</b>
<b>EDAD</b>	3 años.
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Su propio cuerpo.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Dividiremos el gimnasio en distintas zonas que representarán los diferentes espacios de una granja (conejas, gallineros, perreras y el establo). Haremos cuatro grupos de niños y niñas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• un grupo serán conejos</li> <li>• otro gallinas, pollos...</li> <li>• otro perros</li> <li>• y el último serán caballos.</li> </ul> <p>Cada grupo permanecerá en su “casa” y estará atento a la voz del granjero que irá dando distintas órdenes, como, por ejemplo: “Conejos en marcha, caballos a trotar, pollos y gallinas a picotear el trigo y perros a correr por el campo”.</p> <p>Después a la orden del granjero, regresarán a sus casas y las órdenes se pueden ir complicando para que interactúen entre ellos. Como, por ejemplo: “Perros a correr detrás de las gallinas, caballos caminar sin pisar a los conejos”.</p> <p><b>Relajación:</b> Llega la noche en la granja, todos se convertirán en gatitos que a la voz de la profesora irán realizando los movimientos que se le indiquen como: acurrucaditos, estiramos las patas de adelante, estiramos las patas de atrás, movemos el rabo, ronroneamos un poquito y nos quedamos dormidos.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 4 y 5 años con modificaciones.

<b>TÍTULO</b>	<b>De gusano a mariposa.</b>
<b>EDAD</b>	4-5 AÑOS
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre</li> <li>• Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<p>-Música. -Cinta aislante de colores.</p>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Vamos a imaginar que somos personas que no tenemos, ni piernas ni brazos.</p> <p><i>¿Cómo nos desplazaríamos? ...</i></p> <p>Interacciono con ellos, hasta que algún niño comente que lo harían <b>arrastrándose</b> como los gusanos de seda...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugarán a perseguirse unos a otros. Haremos parejas y cada uno tendrá que coger al otro. Luego a la inversa.</li> </ul> <p>Nos estamos transformando y al gusano le han salido patas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se moverán por el espacio libremente <b>gateando</b> sin chocarse unos con otros.</li> </ul> <p>Finalizan la sesión, siendo mariposas que se mueven al ritmo de la música” Las estaciones de Vivaldi “.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se van incorporando, y con los brazos abiertos, simulando las alas de la mariposa, se desplazarán manteniendo el <b>equilibrio</b>, para no salirse del circuito trazado.</li> </ul> <p>Se <b>relejarán</b>, tumbados en suelo escuchando la música.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Se puede aplicar en 3 y 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>Jugamos y nos movemos</b>
<b>EDAD</b>	4 y 5 años.
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar el desplazamiento: gateo y arrastre.</li> <li>• Fomentar el equilibrio.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	-Música
<b>DESARROLLO</b>	<p>Estamos en el bosque, y de pronto se encuentra una serpiente que ha perdido su cola... De fondo, escuchan la canción del <b>Duo tiempo del sol...</b> <i>"Soy una serpiente ,que anda por el bosque, buscando una parte de su cola, ¿quieres ser tú, parte de mi cola?..."</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formarán una cadena, agarrados al cuerpo del primero, pero lo hacen pasando por debajo de las piernas de ellos a modo de puente... <b>arrastrándose</b>, luego <b>gateando</b>...</li> <li>• Finalmente. la serpiente caminará por una zona delimitada como línea de <b>equilibrio</b>, para superar la prueba en grupo.</li> </ul> <p>Se <b>relajará</b>, tumbados en el suelo... sintiendo la brisa del bosque acariciado las partes de su cuerpo que yo iré citando.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Se puede aplicar en 3 y 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>Las ovejas y el lobo</b>
<b>EDAD</b>	4 y 5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera.</li> <li>- Desarrollo de la braquiación.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escalera de braquiación.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos convertimos en lobo y ovejas, y jugaremos del siguiente modo:</p> <p>El lobo en el centro del espacio debidamente acotado, perseguirá a las ovejas divididas en dos grupos, colocadas a ambos lados de éste.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El lobo lanza la pregunta: ¿Quién teme al lobo?</li> <li>-Las ovejas contestan – Yo no...</li> </ul> <p>Intentarán pasar de un extremo, al contrario.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primero se desplazarán <b>andando</b>.</li> <li>• Una segunda vez lo harán <b>corriendo</b>.</li> </ul> <p>Si en el intento son tocadas por el lobo, éste se queda en el centro formando una muralla para impedir el paso de las ovejas.</p> <p>Al lobo le va entrando un hambre que no puede más...se vuelve feroz y las ovejitas huyen por la <b>escalera de braquiación</b> hacia un sitio más seguro, para no ser devoradas allí mismo.</p> <p>Una vez a salvo, tumbados se <b>relajarán</b>.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Se puede aplicar en 3 y en 5 años.

<b>TÍTULO</b>	“Pato, <b>pato</b> , <b>oca</b> ”
<b>EDAD</b>	4-5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar el desplazamiento: andar y carrera.</li> <li>• Desarrollo de la braquiación.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escalera de braquiación .</li> <li>• Balones.</li> </ul>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Para desarrollar los dos primeros desplazamientos, jugaremos al juego "<b>Pato, pato, oca</b>".</p> <p>Los niños formarán un círculo en el gimnasio, pero de pie, en el exterior del círculo, se encuentra un alumno <b>caminando</b> alrededor de ellos, quién tocándoles la cabeza irá diciéndoles; pato, pato, pato, ... en el momento que les diga, oca, éste saldrá <b>corriendo</b> en un sentido contrario al otro, intentando llegar el primero al lugar desocupado.</p> <p>El alumno que quede fuera seguirá caminando alrededor.</p> <p>El desarrollo de la braquiación lo trabajaremos utilizando la escalera y balones.</p> <p>Queremos trabajar con balones, pero no están al alcance de su mano, deben <b>colgarse de la escalera</b> de braquiación, recorrerla y al final de la misma los irán encontrando y jugarán con ellos.</p> <p>Se <b>relajarán</b> tumbados en el suelo, con los ojos cerrados, contarán los números aprendidos hasta que oigan la señal.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Se puede aplicar en 3 y en 5 años.

<b>TÍTULO</b>	<b>“¿CUÁNTOS TENEMOS?”</b>
<b>EDAD</b>	5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar la coordinación dinámica general: <ul style="list-style-type: none"> <li>• óculo-manual</li> <li>• y, óculo-pédica.</li> </ul> </li> <li>- Fomentar el equilibrio.</li> <li>- Afianzar los aspectos de carrera y andar.</li> <li>- Desarrollar la cooperación y el trabajo en equipo.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	Imágenes de diferentes figuras geométricas de colores y tamaños diversos.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Comenzamos realizando 4 grupos de cuatro o de cinco niños en función de los alumnos que tengamos en clase. Cada grupo estará en un espacio delimitada con líneas.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Y en el resto del espacio pondremos imágenes de figuras geométricas de diferentes colores, que enseñaremos antes de comenzar la actividad para que sepan cuáles son. (Las figuras geométricas que se utilicen dependerán de lo que hayan trabajado en el aula en función de la edad). Si se quiere aumentar la dificultad, las figuras geométricas pueden también ser de diferentes tamaños). Daremos órdenes de: qué tipo de figura tienen que buscar, su color, y en su caso, su tamaño. Diremos ya y todos los grupos irán a buscar lo que les hemos pedido y lo colocarán dentro de su espacio. Por ejemplo: vamos a buscar ANDANDO RÁPIDO, ANDANDO LENTO O CORRIENDO (damos una de estas tres opciones cada vez) los cuadrados de color azul. Cada grupo revisará si lo que han cogido está bien. Haremos diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿cuántos círculos tenemos?</li> <li>• ¿Cuántas figuras amarillas tenemos?</li> <li>• ¿Qué tipo de figuras son?</li> <li>• ¿Cuántas figuras pequeñas tenemos? ...</li> </ul> <p>También podemos realizar órdenes contrarias, es decir; “vamos a dejar cinco círculos amarillos y tres triángulos verdes fuera de nuestro espacio”.</p>

	<p><b>Relajación:</b> “Mi espejo”. Con música de fondo, los niños tienen que imitar diferentes gestos que realiza el maestro, sienten estos ejercicios de relajación/control de la respiración como “nos convertimos en globos”. (técnica del globo, se podría mostrar primero a los niños utilizando un globo). Después lo realizarán ellos mismos con su cuerpo</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	<p>Actividad que se puede adaptar a cualquier edad. Simplemente hay que cambiar la dificultad de las órdenes de búsqueda que damos.</p>

<b>TÍTULO</b>	<b>“LA ALFOMBRA MÁGICA”</b>
<b>EDAD</b>	5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar la coordinación dinámica general: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ óculo-manual</li> <li>○ y, óculo-pédica.</li> </ul> </li> <li>• Fomentar el equilibrio.</li> </ul> <p>ASPECTOS TRANSVERSALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender la importancia de trabajar en equipo para conseguir nuestras metas.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	Esterilla/colchoneta
<b>DESARROLLO</b>	<p>Nos colocamos cada uno en una esterilla y comenzamos a contar un cuento, en el que iremos viajando por diferentes países. Les contaremos que estamos en una alfombra mágica, de la que no nos podremos bajar hasta llegar a nuestro destino. Para llegar al destino, tendremos que hacer diferentes posturas, los niños las irán realizando con nosotros. (El cuento tratará sobre lo trabajado en el aula)</p> <p><b>Relajación:</b> La técnica del globo. Vamos a imaginar que somos un globo. Aspiramos muy profundo hasta llenar completamente los pulmones y que no entre una gota de aire más. A continuación, exhalamos el aire muy despacio. Lo repetimos varias veces.</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Actividad que se puede adaptar a cualquier edad.

<b>TÍTULO</b>	“¿CÓMO ME SIENTO?”
<b>EDAD</b>	5 años
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar la coordinación dinámica general: <ul style="list-style-type: none"> <li>• óculo-manual</li> <li>• y, óculo-pédica.</li> </ul> </li> <li>- Afianzar el gateo y el arrastre.</li> <li>- Fomentar el equilibrio y control de la fuerza corporal.</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	Flash cards con diferentes emociones.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Juego de “un, dos, tres, escondite inglés” pero con emociones que se ensañaran a los niños a través de flash cards. Uno de los niños se queda cara la pared. El resto de los niños se colocan a una cierta distancia de él.</p> <p>Cuando el que está mirando a la pared dice: “un, dos, tres, al escondite inglés, sin mover las manos ni los pies y una emoción, (alegría)”, se gira. En ese momento todos tienen que estar inmóviles y en este caso con una sonrisa. Si el niño que se gira ve a alguien moverse tendrá que retroceder hasta su posición inicial.</p> <p><b>Relajación:</b> “la pequeña hormiga”  Por parejas los niños se colocarán por todo el gimnasio y uno de ellos se tumbará boca abajo. El otro se pondrá a su lado de rodillas, y con una pelota irá masajeando la espalda del compañero según va indicando el maestro. Por ejemplo: “la hormiguita sube muy despacito por la espalda hasta el hombro...”</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Se utilizan diferentes emociones en función de la edad de los niños.

<b>TÍTULO</b>	<b>Charca a la orilla</b>
<b>EDAD</b>	5 años
<b>OBJETIVOS</b>	Atención, orientación espacial, picardía.
<b>RECURSOS</b>	cuerdas para formar el cuadrado
<b>DESARROLLO</b>	Se ponen cuatro cuerdas en el suelo formando un cuadrado. El grupo se pone fuera del cuadrado menos uno que se pone dentro, justo en el medio del mismo. Empezará a decir “charca”, y todos tendrán que saltar dentro del cuadrado, “orilla” y saltarán fuera del cuadrado. El que se equivoca se pone en medio.
<b>OBSERVACIONES</b>	<p>Normas: El que se equivoca se pone en medio.  Sólo habla el que está en medio.  Retahíla: “Charca, orilla”.</p> <p>Variantes: en vez de hablando se podría poner más difícil utilizando dos pañuelos. Uno para charca y otro para orilla. Esto además sería una adaptación para un niño sordo.</p> <p>Observaciones: Es un juego divertido, entretenido y activo porque no se para desde que se empieza.</p> <p>Adaptaciones para NEE: en el caso de un niño sordo, utilizar pañuelos que representen la charca y la orilla en vez de por palabras.</p>

<b>TÍTULO</b>	<b>La Red</b>
<b>EDAD</b>	4 años
<b>OBJETIVOS</b>	Atención, orientación espacial, cooperación, compañerismo
<b>RECURSOS</b>	Ninguno
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se forma un círculo con aproximadamente 5 personas. Estas 5 personas se cogerán de las manos y se juntarán para decidir un número del 1 al 10. Cuando lo hayan decidido y sin que el resto de la gente se haya enterado se abrirán, sin soltar las manos de tal manera que dejen pasar a la gente por debajo de sus brazos mientras cuentan. La gente tendrá que cruzar el círculo formado. En el momento que lleguen al número que habían pensado bajarán los brazos atrapando los peces en la red. Todos aquellos que queden atrapados en la red pasarán a formar parte de la misma</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	<p>Normas: Los que se queden atrapados en la red pasarán a formar parte de ella.</p> <p>Hay un ganador, pero puede haber un empate. Los peces tienen que cruzar la red de lado a lado, no pueden entrar y salir por el lado más cercano.</p> <p>Retahíla: el conteo del uno al diez.</p> <p>Variantes: Según la edad de los niños, aumentar la variedad de números. Observaciones: Es un juego matemático, que se trabaja en infantil para introducir a los niños en el número.</p> <p>Adaptaciones para NEE: para un niño ciego no se jugaría a coger a otros compañeros sino que se podría jugar tipo corro de la patata. En el caso de un niño sordo es más complicado, tendría que ser a través de la grafía del número, y eso es más adelante.</p>

<b>TÍTULO</b>	<b>Colocarnos es Conocernos</b>
<b>EDAD</b>	4 años
<b>OBJETIVOS</b>	Fomentar la colaboración, cooperación, relación entre compañeros
<b>RECURSOS</b>	Bancos suecos, y colchonetas
<b>DESARROLLO</b>	<p>se colocan varios bancos a modo de isla y todos se deben subir en ellos.</p> <p>Los que están encima se agarraran muy fuerte y juntos intentando ocupar el menor número de bancos posibles.</p> <p>El profesor irá quitando bancos de tal manera que al final sólo quede un banco.</p> <p>Si se ha caído alguien intentaremos que se coloque en el último banco</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	<p>Normas: Hay que estar bien juntos.</p> <p>No se puede bajar de los bancos, a no ser que te caigas.</p> <p>Retahíla: no tiene.</p> <p>Variantes: parecido a colocarnos es conocernos.</p> <p>Observaciones: se fomenta la colaboración, para que no se caiga la gente.</p> <p>Se nota quien son más amigos y quien no.</p>

<b>TÍTULO</b>	<b>UN DÍA EN EL ESPACIO</b>
<b>EDAD</b>	3 AÑOS
<b>OBJETIVOS</b>	Desarrollar las destrezas de arrastre y equilibrio
<b>RECURSOS</b>	Dibujos de planetas y una nave espacial que pegaremos en las paredes de la sala Música relajante
<b>DESARROLLO</b>	<p>Ambientamos la sesión convirtiéndonos en astronautas. Nos dirigimos al planeta más lejano para hacer una exploración. Miramos los planetas y nos embarcamos en la nave espacial. Allí realizaremos movimientos de gateo y arrastre ya que en ella no hay gravedad. Iremos desplazándonos para comprobar diferentes indicadores de la nave y saber que todo va bien. Entre gateos y arrastres nos detendremos para mirar por las ventanas y ver el espacio.</p> <p>Cuando llegamos a nuestro planeta nos bajamos con cuidado de la nave e iniciamos nuestra expedición con mucho cuidado. Debemos caminar paso a paso haciendo equilibrios con las piernas: primero una y luego la otra, sin posar los dos pies en el suelo.</p> <p>La música relajante sonará desde que nos montamos en la nave hasta el final</p> <p><b>Relajación:</b> Volvemos a la nave despacio y nos quedamos dormidos después del largo paseo por el planeta</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 4 y 5 años

<b>TÍTULO</b>	<b>UNA CLASE DE BALLET</b>
<b>EDAD</b>	3 AÑOS
<b>OBJETIVOS</b>	Desarrollar el equilibrio
<b>RECURSOS</b>	Música para hacer ballet Cinta americana de color rojo
<b>DESARROLLO</b>	<p>Colocamos en el suelo la cinta americana en forma de cruz para indicar a los niños su sitio (una cruz por niño), repartiéndola en el espacio de la sala en filas según el número de niños:</p> <p style="text-align: center;">X      X      X      X X      X      X      X</p> <p>Ambientamos la sesión diciendo a los niños que vamos a participar en una clase de ballet y que hay que hacer lo que hace la profesora. Ponemos la música y realizamos unos movimientos de brazos arriba y abajo. Primero el derecho, luego el izquierdo y después los dos a la vez, varias veces. Cuando ya lo controlan les pedimos que suban los dos brazos y empiecen a girar hacia un lado hasta dar la vuelta completa sin bajar los brazos. Luego les pediremos que giren al otro lado. Repetimos este movimiento varias veces. Después les pedimos que pongan los brazos en cruz y que vayan subiendo primero una pierna adelante tres veces, luego la otra tres veces. Después a un lado tres veces, luego a otro tres veces manteniendo los brazos en cruz. Por último les pedimos que eleven primero una pierna hacia atrás y luego la otra tres veces cada una también. Al acabar esto descansamos.</p> <p><b>Relajación:</b> Los bailarines han terminado su clase y les decimos que tienen que respirar profundamente elevando los dos brazos a la vez, manteniendo la respiración con los brazos arriba y luego expulsando el aire al bajarlos. Repetirlo un total de tres veces y la clase habrá terminado</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 4 y 5 años

<b>TÍTULO</b>	<b>ATLETAS POR UN DÍA</b>
<b>EDAD</b>	5 AÑOS
<b>OBJETIVOS</b>	Desarrollar y fomentar la agilidad
<b>RECURSOS</b>	4 picas pequeñas
<b>DESARROLLO</b>	<p>Ambientamos la sesión diciendo a los niños que van a ser atletas por un día y que van a participar en una importante carrera en la que hay que pasarse un testigo que es la pica. Se colocan en cuatro filas y van saliendo por turnos a la voz de: PREPARADOS, LISTOS, YA... El primero que sale lleva la pica en la mano y va hasta el lugar designado para dar la vuelta. Al volver entrega la pica al compañero de su fila que sale de nuevo haciendo el mismo recorrido. Nadie gana, todos participan y corren a su ritmo.</p> <p><b>Relajación:</b> Al terminar se recogen las picas. Se les dice que lo han hecho muy bien y que van a dar un par de vueltas al estadio caminando para que les vea todo el público y saludar. Se dan dos vueltas a la sala en un gran círculo saludando con la mano.</p> <p><b>Observaciones:</b> Se les puede dar una insignia a cada uno por su gran esfuerzo que diga: Lo conseguiste o Eres un gran atleta</p>

<b>TÍTULO</b>	<b>CROQUETILANDIA: La fábrica de croquetas</b>
<b>EDAD</b>	3 AÑOS
<b>OBJETIVOS</b>	Desarrollar la coordinación. Practicar el gateo
<b>RECURSOS</b>	Cuatro mesas rectangulares o túneles Cuatro colchonetas
<b>DESARROLLO</b>	<p>Ambientamos la sesión indicando a los niños que vamos a visitar CROQUETILANDIA, una gran fábrica de croquetas y que vamos a convertirnos en una de ellas. Para ello pasaremos por la cadena de la fábrica que tiene tres partes:</p> <p>1- Tenemos que caminar por una cinta que mezcla los ingredientes</p> <p>2- Tenemos que pasar por debajo del túnel o mesa gateando donde nos empapamos de huevo</p> <p>3- Tenemos que rodar por la colchoneta para empaparnos de pan rallado y estar listas y acabadas</p> <p>Finalmente todas las croquetas se colocan en el suelo tumbadas a reposar para que su sabor sea espectacular. Colocamos a los niños en cuatro filas de cuatro o cinco niños cada una. Van saliendo de uno en uno por filas y van pasando por el circuito que hemos preparado con las mesas o túneles y las colchonetas. La primera parte del recorrido la hacen andando, luego gatean por debajo de la mesa y por último ruedan por la colchoneta.</p> <p><b>Relajación:</b> Al acabar pasan a la zona de acabado y reposo que el profesor habrá designado y se relajan.</p> <p>_____MESA COLCHONETA</p> <p>_____MESA COLCHONETA</p> <p>_____MESA COLCHONETA</p> <p>_____MESA COLCHONETA</p>
<b>OBSERVACIONES</b>	Aplicable a 4 y 5 años