

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P:QUIN COSTAT FEM SERVIR	SESSIÓ Nº: 1
<b>COMPETÈNCIA</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
<b>OBJECTIUS</b>	Prendre consciència dels moviments senzills de cada segment. Diferenciar costats en el propi cos				
<b>CONTINGUTS</b>	Lateralitat: dreta/esquerra. Experimentació amb la noció espacial: dreta/esquerra.				
<b>MATERIAL</b>					
<b>ESCALFAMENT</b>	Quan s' arriba al gimnàs, seure en rotllana i passar llista. Explicar el que farem en aquell lloc i que cal portar un xandall i sabatilles d'esport per moure's còmodament.				<b>TEMPS</b>
	<u>Psicomotricitat:</u> mostrem com gesticular la paraula psicomotricitat amb el cos: " Si" diem que si amb el cap. "Cu" ens toquem el cul "mu" fem la vaca amb les banyes i diem muuuu "Tri" amb els dits índex i el polze fem un triangle. " Si" idem. "Tat" ens tapem els ulls amb les mans i diem "Tat" obrint les mans.				10
<b>PRINCIPAL</b>	<b>Xerrar de la dreta i l'esquerra</b> i identificar-les cada un en els seu propi cos (a ma alçada o assenyalant)				10
	<b>Joc dels paquets:</b> corrent lliurement per un espai delimitat. El mestre diu un nombre (grups de 4!) i l'alumnat s'ha d'ajuntar formant grups del nombre que ha dit el mestre (4 en aquest exemple). Un cop agrupats, es revisa que ho han fet bé i es tornen a moure per l'espai atents per fer una altra agrupació. La consigna per treballar l'objectiu serà que s'han d'ajuntar agafant-se tots amb la ma dominant.				10
	1- Per parelles córrer lliurement i separats per l'espai. A la veu del mestre s'han d'ajuntar i agafar-se: ma dreta/ ma dreta; ma dreta/ peu dret; peu esquerra/ma esquerra.... Canviam les parelles, que es poden ajudar entre sí. Podem utilitzar gomets de colors per aquells que tinguin més dificultats (o que s'equivoquin molt sovint.				10
	2- Onades de direcció: tots corren i a la veu de dreta o esquerra han de girar i córrer fins a tocar la paret que hi hagi en aquella direcció. Primer sempre dreta, després sempre esquerra, després anam mesclant.... Podem variar que en lloc de canviar de direcció quan el mestre diu dreta o esquerra anam a peu coix amb el peu que ens ha dit.				10
					10
<b>FINAL</b>	El joc del mirall: el mestre dirigeix movent-se en l'espai i movent els segments (tocar el nas, aixecar una cama,...) i l'alumnat, que estarà davant del mestre, ho ha d'imitar. Podem posar un alumne perquè faci de model.				5
<b>CRIT. AVALUACIÓ</b>	Distingir la dreta de l'esquerra corporal.				
<b>OBSERVACIONS</b>					

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P:QUIN COSTAT FEM SERVIR	SESSIÓ Nº2
<b>COMPETÈNCIA</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
<b>OBJECTIUS</b>	Distingir la dreta de l'esquerra corporal. Conèixer les diferents parts del cos i la seva simetria.				
<b>CONTINGUTS</b>	Lateralitat Acceptació del propi cos i dels altres				
<b>MATERIAL</b>	pilota, banc				
<b>ESCALFAMENT</b>	Quan s' arriba al gimnàs, seure en rotllana i passar llista. Explicar el que farem en aquell lloc i que cal portar un xandall i sabatilles d'esport per moure's còmodament. Psicomotricitat: mostrem com gesticular la paraula psicomotricitat amb el cos: " Si" diem que si amb el cap. "Cu" ens toquem el cul "mu" fem la vaca amb les banyes i diem muuuu "Tri" amb els dits índex i el polze fem un triangle. " Si" ídem. "Tat" ens tapem els ulls amb les mans i diem "Tat" obrint les mans.				<b>TEMPS</b>
					10
	<b>PRINCIPAL</b> Explicar que avui intentarem llançar objectes i fer punteria, si saben que és això. Comentarem com es fan els llançaments (només amb una ma, no amb dues, i s'utilitza tot el braç però practicarem sense moure molt el cos) i amb quina ma ens va millor fer-los. Avui sempre els farem amb la ma dominant.  <b>De tres en tres</b> , un al mig ha d'agafar la pilota que es passen els altres dos. Anam variant les pilotes 1- <b>Buidar el camp</b> : 2 equips, un a cada banda d'un camp. Tot de pilotes escampades pel gimnàs, llançar-les al camp contrari. Quan el mestre fa aturar el joc (1' aprox) sense avisar es conten les pilotes que hi ha a cada camp i el que en té menys guanya. Es comenten estratègies per tirar les pilotes a llocs que sigui més difícil que ens les tornin i tornam a jugar. 2- <b>Tomar del banc</b> : Un llança als altres companys que estan sobre bancs suecs. Si són ferits i no agafen la pilota han de baixar i passar la pilota al llançador.				10
					10
<b>FINAL</b>	<b>Peus quiets</b> : es tira la pilota a l'aire el més amunt que es pot i quan vola el que l'ha tirada diu el nom d'algun company. Quan aquest agafa la pilota ha de cridar "peus quiets", pot fe tres passes i intentar ferir algú amb un llançament. El ferit (o el que ha fallat) ha de llançar la pilota a l'aire i dir un altre nom (no repetir) per seguir amb el joc.				10
<b>CRITERIS D'AVALUACIÓ</b>	Distingir la dreta de l'esquerra corporal.				
<b>OBSERVACIONS</b>					

<b>CICLE: ED. INFANTIL</b>		<b>CURS: P5</b>	<b>TRIMESTRE: 3</b>	<b>U.P:QUIN COSTAT FEM SERVIR</b>	<b>SESSIÓ Nº3</b>
<b>COMPETÈNCIA</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
<b>OBJECTIUS</b>	Distingir la dreta de l'esquerra corporal. Conèixer les diferents parts del cos i la seva simetria.				
<b>CONTINGUTS</b>	Afirmació de la lateralitat Lateralitat Acceptació del propi cos i dels altres				
<b>MATERIAL</b>	pilota, banc				
<b>ESCALFAMENT</b>	<p>Quan s' arriba al gimnàs, seure en rotllana i passar llista. Explicar el que farem en aquell lloc i que cal portar un xandall i sabatilles d'esport per moure's còmodament.</p> <p><u>Psicomotricitat:</u> mostrem com gesticular la paraula psicomotricitat amb el cos: " Si" diem que si amb el cap. "Cu" ens toquem el cul "mu" fem la vaca amb les banyes i diem muuuu "Tri" amb els dits índex i el polze fem un triangle. " Si" ídem. "Tat" ens tapem els ulls amb les mans i diem "Tat" obrint les mans.</p>				<b>TEMPS</b>
					10
<b>PRINCIPAL</b>	<b>Lateralitat</b>				10
	Circuit preparat. Utilitzar l'extremitat dreta o esquerra segons el color dels obstacles i gomet:				10
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passar anelles (un peu cadascun).</li> <li>• Passar per damunt d'unes cordes a peu coix.</li> <li>• Llançament d'anelles a un con.</li> <li>• Botar pilotes.</li> </ul>				10
	<p><b>EL LLOP I LES CABRETES:</b> Tots els nens estan dins de cercles escampats per la pista menys dos que no tenen cercle. Els cercles són les cases de les cabretes. Hi ha una cabreta que no té casa i és empaitada pel llop. Quan la cabreta sense casa entra a casa d'una altra cabreta, la cabreta que l'ocupava surt corrent i ara és ella la que no té casa. Quan el llop toca la cabreta es canvien els papers. Si el llop es cansa molt també el canviarem. Hem de procurar que surtin a córrer totes les cabretes almenys una vegada</p>				10
<b>FINAL</b>	<u>Relaxació:</u> Massatges amb pilota. Amb una pilota aprofitarem per fer massatges sobre el cos del company aprofitant que va molt bé perquè és rodona. Recorrerem tot el cos.				10
<b>CRITERIS D'AVUACIÓ</b>	Distingir la dreta de l'esquerra corporal.				
<b>OBSERVACIONS</b>					

<b>CICLE: ED. INFANTIL</b>		<b>CURS: P5</b>	<b>TRIMESTRE: 3</b>	<b>U.P: QUIN COSTAT FEM SERVIR?</b>	<b>SESSIÓ Nº: 4</b>
<b>COMPETÈNCIA</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
<b>OBJECTIUS</b>	Escoltar, interpretar i acomplir ordres auditives. Diferenciar la mà d'un costat i la de l'altre.				
<b>CONTINGUTS</b>	Experimentació de la noció espacial: un costat i l'altre. Experimentació de les nocions dreta-esquerra fent referència al propi cos i un costat i l'altre Lateralitat: dreta/esquerra.				
<b>MATERIAL</b>	Pilotes, gomets				
<b>ESCALFAMENT</b>	Quan s' arriba al gimnàs, seure en rotllana i passar llista. Explicar el que farem en aquell lloc i que cal portar un xandall i sabatilles d'esport per moure's còmodament. <u>Psicomotricitat:</u> mostrem com gesticular la paraula psicomotricitat amb el cos: " Si" diem que si amb el cap. "Cu" ens toquem el cul "mu" fem la vaca amb les banyes i diem muuuu "Tri" amb els dits índex i el polze fem un triangle. " Si" ídem. "Tat" ens tapem els ulls amb les mans i diem "Tat" obrint les mans.				<b>TEMPS</b>
					10
	<b>PRINCIPAL</b>				10
	<u>Ordres:</u> L'adult dona una pilota a cada nen o nena, i marca un ritme . L'activitat consisteix a jugar amb la pilota a partir de tres ordres que s'aniran donant. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un cop fort ballar amb la pilota a les dues mans.</li> <li>• Un cop de mans ballar amb la pilota a la mà blava ( hi porten un gomet).</li> <li>• Un hop!: ballar amb la pilota a la mà verda.</li> </ul> <u>Moviment terra:</u> els nens estan estirats a terra amb les cames juntes i els braços al llarg del cos. La mestra els demana que belluguin el braç i la cama del mateix costat: primer, fregant el terra, com si busquessin alguna cosa. Després, aixecant-los amunt: poden veure la mà? I el peu? Tot seguit fan bellugar l'altre costat, i anomenarem el costat dret i el costat esquerre. Els demanem que belluguin a la vegada els dos braços i les dues cames. Què queda quiet? Cap, tronc, panxa i esquena.				10
<b>FINAL</b>	<u>EL MIRALL.</u> Per parelles, un en front l'altre. Un fa gestos i l'altre l'imita.				10
<b>CRITERIS D'AVUACIÓ</b>	Diferenciar un costat i la de l'altre.				
<b>OBSERVACIONS</b>					

<b>CICLE: ED. INFANTIL</b>		<b>CURS: P5</b>	<b>TRIMESTRE: 3</b>	<b>U.P:QUIN COSTAT FEM SERVIR</b>	<b>SESSIÓ Nº: 5</b>
<b>COMPETÈNCIA</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
<b>OBJECTIUS</b>	Prendre consciència dels moviments senzills de cada segment. Diferenciar costats en el propi cos				
<b>CONTINGUTS</b>	Experimentació de la noció espacial: un costat i l'altre. Experimentació de les nocions dreta-esquerra fent referència al propi cos i un costat i l'altre Lateralitat: dreta/esquerra.				
<b>MATERIAL</b>					
<b>ESCALFAMENT</b>	<p>Quan s' arriba al gimnàs, seure en rotllana i passar llista. Explicar el que farem en aquell lloc i que cal portar un xandall i sabatilles d'esport per moure's còmodament.</p> <p><u>Psicomotricitat:</u> mostrem com gesticular la paraula psicomotricitat amb el cos: " Si" diem que si amb el cap. "Cu" ens toquem el cul "mu" fem la vaca amb les banyes i diem muuuu "Tri" amb els dits índex i el polze fem un triangle. " Si" idem. "Tat" ens tapem els ulls amb les mans i diem "Tat" obrint les mans.</p>				<b>TEMPS</b>
<b>PRINCIPAL</b>	<b>Caçar amb pilota:</b> tres atrapen i han de tocar amb la pilota sense llançar-la a la part que digui el mestre. Aquest passa a parar.				10
	<b>El pesat:</b> per parelles, un camina lliurement per l'espai i el company intenta anar el més enganxat possible:				10
	· Dreta - esquerra				10
	· Davant - darrera.				
	· Parts del cos juntes: espatlla, esquena...				
<b>Robar cues:</b> tots porten una corda ficat dins del pantaló. Han d'intentar agafar els altres mocadors.				10	
<b>Trepitjar cues:</b> igual però trepitjant.				10	
<b>FINAL</b>	<b>Bomba:</b> asseguts en cercle, s'han d'anar passant una pilota mentre un company conta en silenci. Quan acaba de contar, la bomba explota, i el que té la pilota s'ha de separar i s'ha d'estirar amb els ulls tancats i reflexionar sobre la sessió d'avui				5
<b>CRIT. AVALUACIÓ</b>	Distingir la dreta de l'esquerra corporal.				
<b>OBSERVACIONS</b>					