

Àrea de PSICOMOTRICITAT**Aportacions de l'àrea a les Capacitats**

- Aprendre a descobrir i tenir iniciativa.
- Aprendre a conviure i habitar el món.

Capacitats pròpies de l'àrea

- Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
- Assolir progressivament seguretat afectiva i emocional i anar-se formant una imatge positiva d'ell mateix i dels altres.

Objectius

- Respondre corporalment a estímuls sonors.
- Control en els diferents tipus de salts
- Coordinar canvis posturals del propi cos amb els d'un company o companya.
- Saltar en altura i amplada amb els peus junts i separats.
- Controlar el salt per sobre d'obstacles i la caiguda.
- Experimentar les possibilitats de moviments dels segments corporals.
- Ser capaç de realitzar salts a peu pla: peus junts, oberts, un peu.
- Adquirir uns moviments i conductes adaptades a trepar en diferents situacions.
- Pujar i baixar petits plans inclinats a diferents altures.
- Millorar l'autonomia i confiança en si mateix.

Continguts**JOC I MOVIMENT**

Ritme corporal
 Resposta corporal a estímuls sonors.
 Control postural.
 Coordinació de canvis posturals.
 Atenció a les instruccions
 Coordinació dinàmica.
 Control en els salts d'alçària i de llargada.
 Salt en el terra : la xarranca.
 Salt d'alçada
 Salts en altura i amplada amb els peus junts i separats.
 Parts del cos.

Data:14- 04 FINS EL 30-04

Activitats d'ensenyament-aprenentatge

- Formes de desplaçament:
- Joc de terra/ mar:
- Relaxació: Massatges amb pilota
- Salt d'obstacles de diferents altures amb els peus junts o separats.
- Salts de diferents obstacles: caixes, cilindres, blocs d'escuma, i dels companys ajupits
- Joc: Qui la toca l'encomana.
- 2-Passar per sota el pont:
- Fem pessigolles: per parelles,
- Activitat salt:
- La xarranca
- La cadena:
- Diferents treballs amb les espatlles:
- El robot sense piles

Metodologia

La metodologia a utilitzar serà basada en les experiències, les activitats i el joc.

Agrupaments

Tot el grup, meitat , per parelles e individual

Material

Cordes. Bancs, piques, cons, pilotes.....

criteris d'avaluació

Experimentar els salts d'altura i longitud amb peus junts i alterns.
Participar activament en les activitats que impliquen moviment.
Coordinar canvis posturals en parella mantenint un punt de contacte.
Es mirarà el relleu com trepen.

Curs : P5

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P: salts	SESSIÓ Nº: 1
COMPETÈNCIA	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
OBJECTIUS	Respondre corporalment a estímuls sonors. Coordinar canvis posturals del propi cos amb els d'un company o companya.				
CONTINGUTS	Ritme corporal Resposta corporal a estímuls sonors. Control postural. Coordinació de canvis posturals. Atenció a les instruccions-				
MATERIAL	corda				
ESCALFAMENT	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.				TEMPS 10
	<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.				
PRINCIPAL	Formes de desplaçament: caminar, tocar el xiulet(canvi de direcció: endavant/endarrera). Saltar peu coix; saltar peus junts, tocar el xiulet i aturar-se; fer l'ocell; caminar amb el cul a terra, .. per parelles fer la carretilla. Per parelles: un al davant a peu coix i el del darrera li aguanta el peu,,,,, fer una cursa.				10
	Joc de terra/ mar: separar l'espai amb una corda. Un costat és la terra i l'altre el mar. Quan la mestra diu un dels dos llocs, els nens salten l'espai que toca. S'elimina el que s'equivoca.				10
					10
					10
FINAL	<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
CRITERIS D'AVAUACIÓ	Participar activament en les activitats que impliquen moviment. Coordinar canvis posturals en parella mantenint un punt de contacte.				

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P: salts	SESSIÓ Nº: 2
COMPETÈNCIA	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
OBJECTIUS	Saltar en altura i amplada amb els peus junts i separats. Controlar el salt per sobre d'obstacles i la caiguda.				
CONTINGUTS	Coordinació dinàmica. Salts en altura i amplada amb els peus junts i separats Necessitat de seguir unes normes.				
MATERIAL	Pilotes.				
ESCALFAMENT	<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> <p><u>Jocs de caminar:</u> Els nens i les nenes es desplacen fent imitacions: caminar com un soldat, un gegants, un nan. Saltar com : un cangur, una granota, un conill... Caminar com un ós, un lleó, un elefant... Arrossegat-se com: una serp, un cuc</p>				TEMPS
					10
PRINCIPAL	<p>Posarem una música que permet treballar el salt. Escoltem la música, i després deixem que lliurement la sentin amb el cos. Introduïm el salt. Saltem seguint la música. Un cop han saltat lliurement al so de la música, preparo l'aula amb aros. Seguirem la música tot saltant dins dels l'aula amb aros. Seguirem la música tot saltant dins dels l'aula amb aros. Poc a poc seguint millor el ritme a l'hora de saltar i donarem les pautes per saltar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salt d'obstacles de diferents altures amb els peus junts o separats. • Salts de diferents obstacles: caixes, cilindres, blocs d'escuma, i dels companys ajupits. 				10
					10
					10
					10
FINAL	<p><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.</p>				10
CRITERIS D' AVALUACIÓ	<p>Experimentar els salts d'altura i longitud amb peus junts i alterns.</p>				

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P: salts	SESSIÓ Nº: 3
COMPETÈNCIA	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
OBJECTIUS	<p>Experimentar les possibilitats de moviments dels segments corporals.</p> <p>Control en els diferents tipus de salts</p> <p>Ser capaç de realitzar salts a peu pla: peus junts, oberts, un peu</p>				
CONTINGUTS	<p>Parts del cos.</p> <p>Coordinació dinàmica.</p> <p>Salts en altura i amplada amb els peus junts i separats</p>				
MATERIAL	bancs				
ESCALFAMENT	<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>				TEMPS
					10
PRINCIPAL	<p><u>Activitat:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • posats dos bancs un davant de l'altre i separats per uns tres o quatre metres, agafar correguda i pujar a cada banc i saltar amb els peus junts. Ho fan de tres en tres , anar i tornar. • Posar la corda a una alçada de més de o menys 30 0 40 cm. Tots els alumnes a un costat de la corda i saltar amb els peus junts quan toca el xiulet. Anar saltant d'un costat a l'altre. Tots en fila, un darrera l'altre i saltar la corda agafant correguda i alternat els peus. <p><u>1-Joc:</u> Qui la toca l'encomana. (joc de persecució, on qui para toca la part del cos d'un company i ha de perseguir a la resta amb la mà en aquell lloc).</p> <p><u>2-Passar per sota el pont:</u> per parelles un fa de pont i l'altre passa per sota de totes les maneres possibles Variarà: els punts de recolzament del pont, quadrupèdia, mans i peus, quadrupèdia invertida. Aixecant o abaixant el tronc, la cintura, normal, ..</p>				10
					10
					10
					10
FINAL	Fem pessigolles: per parelles, un estirat a terra amb els ulls tancats rep les pessigolles del company a qualsevol part del cos. El que rep les pessigolles ha de dir quina part és aquesta.				10
CRITERIS D' AVALUACIÓ	Experimentar els salts d'altura i longitud amb peus junts i alterns.				

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P: salts	SESSIÓ Nº: 4
COMPETÈNCIA	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
OBJECTIUS	Saltar en altura i amplada amb els peus junts i separats. Controlar el salt per sobre d'obstacles i la caiguda.				
CONTINGUTS	Coordinació dinàmica. Salts en altura i amplada amb els peus junts i separats Necessitat de seguir unes normes.				
MATERIAL	cordes				
ESCALFAMENT	<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> <p><u>Jocs de caminar:</u> Els nens i les nenes es desplacen fent imitacions: caminar com un soldat, un gegants, un nan. Saltar com : un cangur, una granota, un conill... Caminar com un ós, un lleó, un elefant... Arrossegar-se com: una serp, un cuc</p>				TEMPS
					10
PRINCIPAL	<p>Activitat salt: posar cordes al terra separades formant rius. Hi ha rius més amples i més estrets, entre mig i un metre. Saltar els rius sense impuls i amb els peus junts, saltar amb correguda.</p> <ul style="list-style-type: none"> Aguantar una corda llarga pels dos extrems i fer la barqueta. Posats en fila, anar saltant la corda. Donar cordes petites a cada un i experimentar el salt individual. <p>Joc de terra/ mar: separar l'espai amb una corda. Un costat és la terra i l'altre el mar. Quan la mestra diu un dels dos llocs, els nens salten l'espai que toca. S'elimina el que s'equivoca</p> <p>La xarranca</p>				10
					10
					10
					10
FINAL	Fem pessigolles: per parelles, un estirat a terra amb els ulls tancats rep les pessigolles del company a qualsevol part del cos. El que rep les pessigolles ha de dir quina part és aquesta.				10
CRITERIS D' AVALUACIÓ	Experimentar els salts d'altura i longitud amb peus junts i alterns.				

CICLE: ED. INFANTIL		CURS: P5	TRIMESTRE: 3	U.P: salts	SESSIÓ Nº: 5
COMPETÈNCIA	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.				
OBJECTIUS	Adquirir uns moviments i conductes adaptades a trepar en diferents situacions. Pujar i baixar petits plans inclinats a diferents altures. Millorar l'autonomia i confiança en si mateix.				
CONTINGUTS	Coordinació dinàmica. Salts en altura i amplada amb els peus junts i separats Necessitat de seguir unes normes.				
MATERIAL					
ESCALFAMENT	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.				TEMPS 10
	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.				
PRINCIPAL	La cadena: comença parant un o dos alumnes i han d'atrapar a la resta. Els atrapats s'afegeixen donant-se la mà (formant cadena), quan són 4 alumnes es talla i segueixen dos i dos. S'acaba quan tothom està atrapat. Diferents treballs amb les espatlles:				10
	Hi pugen lliurement i s'hi desplacen.				10
	Col·loca els peus al terra i les mans tant amunt com pugui, només pot utilitzar les els peus per pujar. Diferent, ara només utilitza les mans. Pujar d'esquenes				10
	Es lliga alguna corda a dalt les espatlles i pugen utilitzant-la. Per parelles, pugen, però agafats sempre per una mà. Per parelles, es canvien de lloc passant per davant i darrera de la persona. Per equips es fan relleus a trepar fins dalt i tocar un objecte. Tornen tenir un temps per moure's lliurement.				10
FINAL	El robot sense piles. Ens desplaçem lliurement, però som un robot que se li acaben les piles lentament, fins a parar-se, ens relaxem estirats i fem una breu reflexió de la sessió				10
CRITERIS D'AVALUACIÓ	Es mirarà el relleu com trepen.				

