



ESPAI I TEMPS

Cicle: Mitjà

Espai: Gimnàs

Sessió: 1

Materials: pilota, semàfor, un mocador.

STOP AMB PILOTA

EL SEMÀFOR

Amb parelles, un davant de l'altre. Es van desplaçant per l'espai mantenint una distància. Sis' aixeca:

Semàfor verd - L'últim passa al primer lloc

Semàfor groc - L'últim dona una volta pel de davant i es queda al mateix lloc.

Semàfor vermell - Tots es paren

PERSECUCIÓ PER PARELLES

Un persegueix l'altre, al senyal es fa al revés.

GRUPS DE QUATRE

Es numeren. Es desplacen lliurement per l'espai. Al senyal han de fer una fila al darrera del número anomenat.

EL MOCADOR

Fer el joc amb punts, sense eliminar.

Dir el número com a resultat d'una operació.



ESPAI I TEMPS

Cicle: Mitjà

Espai: Gimnàs

Sessió: 2

M aterials:

ZEBRES I LLEONS

Les zebres han de travessar la pista fins arribar al refugi del final de la pista.

Hi haurà un parell de lleons situats als laterals de la pista.

Als enyalels lleons han de sortir a menjar a la pradera i les zebres han de canviar de refugi.

Si alguna zebra és atrapada es converteix en lleó.

LA MUDANÇA

Dos formen la casa i un és l'inquilí. Ha d'haver-hi un o dos que quedin sense funció. Quan el mestre diu:

INQUILÍ - Els inquilins canvien de casa

CASA - Els inquilins es queden i les cases canvien de lloc

MUDANÇA - Tots es canvien de paper.

MOROS I CRISTIANS

REPRESENTAR UN ESPORT

Individualment o en grup.



CEIP JACINT VERDAGUER
SANT SADURNE D'ANOIA

ESPAI I TEMPS

Cicle: Mitjà

Espai: Gimnàs

Sessió: 3

Materials: Cèrcols i pilotes.

CARA O CREU

ELS PAQUETS

Per parelles, un darrera de l'altre en rotllana.

La para un que persegueix a un altre al voltant de la rotllana. Per no ser atrapat pot col·locar-se al davant d'un paquet.

El de darrera d'aquest paquet passa a ser perseguit. Si l'atrapa s'intercanvien els papers i la direcció.

ELS QUATRE CANTONS

PILOTA CAPITANA

Els grups col·locats en fila i al davant a distància el capità.

Al senyal el capità llança la pilota al primer que se la torna i s'asseu. El capità fa el mateix amb els altres. L'últim agafa la pilota i es posarà de capità, passant aquest al primer lloc de la fila.

TRES EN RATLLA

Utilitzarem els cercols i les fitxes seran els alumnes



ESPAI I TEMPS

Cicle: Mitjà

Espai: Gimnàs

Sessió: 4

Materials: diari, circuits impresos.

L'ESCOMBRA

Els nens es mouen al ritme de la música, quan para, tots han de col·locar-se a la gatzoneta.

Un nen porta una escombra o un diari enrotllat i a qui no s'ajupi li donarà un cop.

SIMÓN DIU

Tots en cercle, un comença un ritme (ej. dues picades de mans) i tots ho repeteixen fins que arriba al número dos del cercle, que repeteix l'anterior i afegeix un nou ritme (ej. dues picades de mans i un cop amb el peu).

CIRCUITS

Amb parelles agafar una cartolina amb un circuit imprès i fer-lo.

Un elfa sense mirar mentre l'altre vigila que ho faci bé.

30 SEGONS

Tots estirats, al senyal calcular 30 segons. Quan creguin que han passat s'han d'incorporar.

