

UNITAT DE PROGRAMACIÓ

EM MOC PER L'ESPAI

NIVELL: Cicle Inicial. 2º

Nº de sessions: 7

Temporització: Segon trimestre.

Lloc: Pati i gimnàs de l'escola Guillem de Montrodon i St. Miquel dels Sants. Els dos edificis. Explicació escola...

Justificació!

METODOLOGIA: Descobriment guiat i resolució de problemes perquè els/les alumnes puguin experimentar amb el propi cos.

EIXOS TRANSVERSALS:

1. Igualtat de sexes
2. Educació de la salut.

OBJECTIUS GENERALS:

Nº 1

Nº 4

Nº 2

CONTINGUTS:

PROCEDIMENTALS:

1. Realització d'activitats amb les formes bàsiques de desplaçaments: marxa, carrera, quadrupèdia, reptar, trepar, lliscar, escalar.
2. Realitzar les activitats anteriors sobre diferents plans i superfícies: espatlles, bancs inclinats, bancs, matalassos,...
3. Realitzar activitats entre obstacles diversos, canviant de direcció i ritme.
4. Realització d'activitats jugades que impliquin diferents desplaçaments.
5. Utilització de diferents materials per ajudar en els desplaçaments.
6. Imitació de moviments d'animals.

DE FETS CONCEPTES I SISTEMES CONCEPTUALS

1. Els desplaçaments: formes bàsiques i més complexes.

2. Concepte d'amplitud: curt – llarg.
3. Velocitats i direccions dels desplaçaments.

ACTITUDS, VALORS I NORMES:

1. Acceptació de la realitat motriu pròpia i dels demés.
2. Prendre consciència de les possibilitats i limitacions de cada alumne.
3. Interès per augmentar la competència en l'habilitat motora.

OBJECTIUS DIDÀCTICS:

1. Conèixer i utilitzar noves formes de desplaçament que no acostuma a utilitzar.
2. Coordinar diferents tipus de moviments.
3. Millorar les formes bàsiques de moviments.
4. Imitar les formes de moviments de diferents animals.

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT APRENENTATGE:

SESSIONS:

1. Bancs suecs i cercles
2. Terra.
3. Cordes.
4. Espatlleres.
5. Cercles, plínton.
6. Matalassos.

AVALUACIÓ:

Observació i control dels exercicis. Primer hi ha una avaluació inicial per veure si algun alumne té dificultats en algun aspecte a treballar. En l'avaluació sumativa es faran exercicis iguals o semblants (incrementant dificultat gradualment) per veure el progrés en la unitat de programació.

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT APRENENTATGE

SESSIÓ 1:

PART INICIAL:

- 1- St. Fermín: un és un toro que va a quatre grapes i ha de tocar els demés que corren drets, quan toca a algú es converteix en toro. Al final tots seran toros.

PART PRINCIPAL:

CIRCUIT AMB BANCS I CERCLES

- 1- Col·locar els bancs en fila i anar-los passant de diferents maneres: caminant, corrent, a peu coix, a “cuculilles”, arrossegant-se, d’esquena.
- 2- Repetir els exercicis de l’exercici anterior però amb els bancs al revés.
- 3- Caminar per sobre el banc i passar entre un cercle que sosté el mestre.
- 4- Passar per sobre dels bancs imitant animals que ells vulguin, es premia la originalitat.

TORNADA A LA CALMA:

- 1- Asseguts en rotllana n’hi ha un al mig. Els de la rotllana es passen una pilota per darrera i el del mig ha d’endevinar on és. Es van canviant els papers.

SESSIÓ 2:

PART INICIAL:

- 1- PEUS ENLAIRE: És un joc d’atrapar en el qual per salvar-se s’han de ficar els peus enlaire (sense tocar a terra) . Es poden ficar de la posició que vulguin mentre tinguin els peus enlaire per no ser atrapats.

PART PRINCIPAL:

- 1- IMITACIÓ D’ANIMALS. Activitat lliure i posada en comú.
- 2- Etiquetes a les bames. Agrupar-se però primer , compte! Que no et vegin què portes a les bames.

TORNADA A LA CALMA:

- 1- “El distret”: un nen amb els ulls tapats ha de passar enmig d’un passadís de nens col·locats a dos metres de distància que representen arbres d’un passeig. A l’altre extrem del passeig hi ha un objecte que ell ha d’agafar sense tocar els arbres del passeig.

SESSIÓ 3:

PART INICIAL:

- 1- EL LLOP I LES CABRETES: Hi ha cercles que són cases que estan ocupades, dos nens que no tenen casa són el llop i la cabreta, el llop persegueix la cabreta, la cabreta per salvar-se pot entrar a casa d'una altra cabreta i la cabreta que estava dins ara serà perseguida pel llop. Si el llop toca a la cabreta hi ha canvi de papers.

PART PRINCIPAL:

- 1- CIRCUIT D'ESPATLLERES: es col·loquen uns bancs inclinats per pujar les espatlles. Hi ha dos grups que esgraonadament aniran pujant a les espatlles amb l'objectiu d'anar a l'altre costat. Els grups es creuaran sobre les espatlles vigilant de no caure. Per augmentar la dificultat es poden fer pujar molts nens de cop. hi haurà bancs inclinats que hauran de passar per pujar i baixar a les espatlles. els bancs faran de reguladors de les cues que es formin abans de pujar a les espatlles.
- 2- Des de dalt de les espatlles i a poca alçada han de caure de peus a dins d'un cercle.
- 3- Amb una corda i el banc inclinat es faran trepes fàcils sobre el matalàs de sobre el banc.

TORNADA A LA CALMA:

1. En Pere diu: es tracta de seguir les instruccions del mestre, el que passa és que només és permès seguir les que abans tinguin la frase: en Pere diu. És un joc de velocitat de reacció.

SESSIÓ 4:

PART INICIAL:

1. Hi ha cerles distribuïts per l'espai que són "casa", el que para els intenta atrapar per salvar-se els perseguits poden entrar en una "casa".

PART PRINCIPAL:

1. Passar el Riu:

Per parelles amb un cercle per parella que els uneix a la cintura, els peus de la parella estan dins d'un altre cercle (pedra), es tracta d'ajupir-se sense separar-se de la parella i agafar el cercle que hi ha darrera i posar-lo al davant sense tocar amb els peus o amb les mans. s'ha de desplaçar al cercle de davant i anar avançant ficant "pedres" al terra.

2. Relleus en quadrupèdies diferents..

TORNADA A LA CALMA:

1. Hi ha dues files i es tracta de passar-se la pilota entre la barbeta i el pit evitant que caigui. S'ha de passar a un company sense que caigui.

SESSIÓ 5:

PART INICIAL:

1. Les serps i els conills. Les serps atrapen els conills en un espai reduït.

PART PRINCIPAL:

1. Tarzan: es tracta d'enfilar-se a les anelles i després a les espatlles, una vegada a dalt es tiren i recorren un petit recorregut per deixar-se caure sobre un cercle que hi ha sobre un matalàs. És permès fer el crit del Tarzan per motivar-los més. Es pot variar la distància a saltar i el cercle fer-lo més petit o més gran depenent de la capacitat que mostrin.
2. La cascada: es fan tombarelles, lliscaments, la croqueta, el caneló,..

TORNADA A LA CALMA:

1. 1,2,3 Pica paret: un nen para i està d'esquena al grup i tocant un paret. Els altres nens estan a una distància i han de moure's quan el que para està d'esquena a ells. Si el que para veu que es mouen els fa tornar al principi. L'objectiu és tocar el nen que para. Es canvien els papers.

SESSIÓ 6:

PART INICIAL:

1. Les capsetes: què som?

PART PRINCIPAL:

1. He anat al mercat.
2. Rellu. Cada relleu s'ha de fer corrent de diferent manera.
3. Circuit amb obstacles que s'han de passar de diferent manera: per sobre, per sota, lliscant, estirats, enfilats a les espatlles,...

TORNADA A LA CALMA

1. “La mosca cega”. Hi ha un cercle i un nen amb els ulls tapats a dins que és la mosca cega. Aquest nen cridarà a dos nens que estan al cercle i s’hauran d’intercanviar els llocs sense ser tocats per la mosca.