



## "Me muevo jugando"

Semana	27- 28 de mayo
Objetivos generales de la actividad	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mejorar la coordinación.</li><li>• Descubrir, conocer y controlar su propio cuerpo.</li></ul>

### Actividades previas:

#### *¿Dónde guardo la pelota de plastilina?*

Preparamos plastilina de dos o tres colores y dos o tres botes del color correspondiente a la plastilina que hemos elegido.

Enseñaremos al niño como hacer pelotas de distinto tamaño (realizando círculos usando las dos manos o bien una mano y la mesa) y a medida que las vamos haciendo las clasificamos por colores y guardamos en el bote de su color correspondiente.

Si lo deseas puedes elaborar tu propia plastilina casera. [Pincha aquí](#)





## Actividad:

*"¿Me pasas la pelota?"*



### *Objetivos de la actividad*

- *Desarrollar la percepción espacial.*
- *Fomentar las relaciones sociales.*
- *Tomar conciencia de su cuerpo.*
- *Coordinar ojo-mano-pie.*

### *Materiales necesarios*

- *Balones, pelotas...*
- *El propio cuerpo.*



## ¿Qué tengo que hacer?

*Para introducir la actividad:*

*Imaginamos que somos los futbolistas del equipo que más nos gusta y tenemos que entrenar mucho para jugar un partido de fútbol muy importante. El que da las órdenes (papá, mamá o un hermano mayor) es el entrenador y nosotros tendremos que hacer TODO lo que nos mande, a ver qué tal lo hacemos...*

*Desarrollo:*

- 1. Sentarse en grupos de dos con las piernas abiertas y uno enfrente del otro (con papás y/o hermanos) nos lanzamos el balón en ambos sentidos varias veces, procurando que no se nos escape.*
- 2. No situaremos en fila y de rodillas cada uno con su balón e intentaremos llevar el balón empujándolo solo con la cabeza hasta un lugar previamente fijado (varias veces).*
- 3. Esta vez no situaremos de pie uno enfrente del otro, y nos pasaremos la pelota empujándola con el pie. (varias veces).*
- 4. Nos pasaremos la pelota lanzando la con ambas manos por encima de la cabeza.*
- 5. Por último, prepararemos una portería e iremos lanzando la pelota alternativamente para procurar meter gol.*

*Relajación:*

*Tumbarse en el suelo. Tomar aire y expulsarlo por la boca muy despacito. Repetir con los ojos cerrados cada vez más suave y descansar.*

*Escuchando música relajante recordaremos las actividades realizadas: ¿os ha gustado el entrenamiento? Somos unos grandes jugadores..., aunque se nos ha escapado la pelota hemos metidos muchos goles, ¿a que si..?*



## Propuesta de masaje

Hoy quiero proponeros un masaje recíproco por turnos entre todos los que hayan participado en la actividad. Lo haremos con coches de juguete que pasaremos por la espalda, brazos o piernas de nuestro compañero. ¡¡ Veréis qué divertida y relajante resulta la experiencia!!



*Os dejamos 50 minutos de música relajante de piano de Disney*