

SESIONES DE PSICOMOTRICIDAD PARA LA SEMANA DEL 13 AL 17 DE ABRIL

MARTES 14 DE ABRIL

SESIÓN 1 → ESQUEMA CORPORAL

	EXPLICACIÓN	DURACIÓN	
CALENTAMIENTO	→ Desplazarse por la casa a diferentes ritmos marcados por el adulto con percusión (tambor o algo similar).	2 min	10 minutos
	→ Desplazarse por la casa con diferentes obstáculos: por encima de una silla, debajo de una mesa, sobre una cuerda extendida en el suelo, ...	4 min	
	→ Desplazarse por la casa con diferentes posturas: de puntillas, a gatas, a pie cogito, ...	4 min	
DESARROLLO	→ “Partes del cuerpo” https://youtu.be/71hiB8Z-03k Ponerles el video y hacer que los niños imiten los movimientos. Es aconsejable repetirlo 2 veces.	8 min	16 minutos
	→ JUEGO de las estatuas: Es una variante, pero en posición tumbada. Se les pone música y al pararla deben tumbarse en el suelo con diferentes posturas. El adulto marcará su silueta con una tiza o lana. Al levantarse comentarán las diferentes partes del cuerpo. Pueden utilizar la siguiente música https://youtu.be/z6DoPp-LkTA	8 min	
RELAJACIÓN	→ “En mi cara redondita...” Todos sentados escuchamos la canción intentando tocarse la parte nombrada. https://youtu.be/MsHM0Fo3bxQ Se tumbarán en el suelo lo más encogidos posible, como si fuesen hojas de periódicos arrugadas. Lentamente deberán estirar su cuerpo hasta conseguir una postura cómoda, manteniéndola durante varios minutos. Puedes usar música de relajación de fondo. Puedes usar el siguiente enlace https://youtu.be/3YTwFRNyZgg	2 min 2 min	4 minutos

JUEVES 16 DE ABRIL

SESIÓN 2 → FORMAS GEOMÉTRICAS (círculo y cuadrado)

	EXPLICACIÓN	DURACIÓN	
CALENTAMIENTO	→ Desplazarse por la casa a diferentes ritmos marcados por el adulto con percusión (tambor o algo similar).	2 min	10 minutos
	→ Desplazarse por la casa con los ojos tapados, tocando los objetos que se encuentran por el camino.	2 min	
	→ Desplazarse por la casa andando siguiendo las indicaciones del adulto, quien en voz alta dirá: montarse encima de..., esconderse detrás de..., meterse debajo de..., etc. También podéis seguir los ejemplos del siguiente video https://youtu.be/E9BgJoY_mDE	6 min	
DESARROLLO	→ “Formas” Extender en el suelo objetos con diferentes formas, principalmente redondos y cuadrados (botones, gomas de borrar, tapones, etc.). Se les pone música y al pararla deben coger un objeto que tenga la forma indicada por el adulto.	5 min	15 minutos
	→ Circuito de formas geométricas: (https://youtu.be/kYcU6GeroLA , video ejemplo) Realizar secuencias con círculos y cuadrados que deben pisar según las indicaciones.	5 min	
	→ Hacer formas con lana o cinta adhesiva en el suelo que deben repasar con los pies una vez parada la música y nombrada por el adulto. Ejemplo: El adulto dice “círculo” y el niño debe identificarlo y andar por encima de su silueta. <u>Variante:</u> repasar las siluetas con diferentes objetos (coche, pelota, etc.)	5 min	
RELAJACIÓN	→ Descansar en el suelo tumbado con música relajante. → Hablar de lo realizado → Realizar un dibujo libre alusivo a la sesión (de lo que más le ha gustado)	5 min	