

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|--|--|--------|--------|
| CONTENIDO | La vida en sociedad | SESIÓN | 1ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Conseguir que el alumno se respete a sí mismo y a los demás compañeros en situaciones de juego. - Favorecer el intercambio psicomotor en las actividades propuestas. - Conocer el funcionamiento de la clase. - Actitud de respeto hacia el propio cuerpo y el de los demás. | | | |
| MATERIALES | Pista polideportiva, el propio cuerpo. | | T |
| <ul style="list-style-type: none"> - Explicación de los contenidos y actividades de la Unidad Didáctica. - Presentación y normas generales de funcionamiento de clase. | | | 5' |
| OBSERVACIONES | | | |

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|--|--|--------|--------|
| UNIDAD | La vida en sociedad | SESIÓN | 2 |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Conseguir que el alumno se respete a sí mismo y a los demás compañeros en situaciones de juego. - Valorar la diversión por encima de todo resultado. - Favorecer el intercambio psicomotor en las actividades propuestas. | | | |
| MATERIALES | Materiales diversos para su conocimiento, pista polideportiva. | | T |
| <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento básico y sencillo, en círculo movimientos articulatorios diversos. - Repaso de normas generales de clase de Educación Física. | | | 5' |
| OBSERVACIONES | Es muy importante recalcar la importancia del aseo diario. | | |

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| | |
|--|----------|
| <p>PARTE PRINCIPAL</p> <ul style="list-style-type: none">- Todos juntos, en fila y por orden, caminamos rápido hacia las instalaciones deportivas del Centro. <p>Yo soy... y me gusta...: (Todos los alumnos se presentan y dicen lo que les gusta, los demás imitan).</p> <p>Las agrupaciones locas: Libre desplazamiento, al silbato agrupamientos diversos según indicación.</p> <p>Veo, veo: Doy pistas de un objeto del material deportivo.</p> <p>Tú la llevas: Clásico pillla-pilla.</p> | T 35' |
| <p>PARTE FINAL</p> <ul style="list-style-type: none">- Repaso de las normas generales vistas anteriormente.- Relajación global con música. | 5' |

| | |
|--|----------|
| <p>PARTE PRINCIPAL</p> <ul style="list-style-type: none">- Hoy vamos a hablar del material de educación física: mostramos los diferentes materiales y hablamos sobre su utilidad. <p>Todos al...: (Los niños se desplazan de diversas maneras, a la señal, van hacia el objeto que el profesor/a señala).</p> <p>Que no escape: Se trata de abrazar a un compañero entre todos para que no pueda huir a su "casa".</p> <p>Las parejas: Nos desplazamos enganchados y a la señal cambio rápido de parejas y al centro de la pista.</p> <p>El ensuciado: El que es pillado lleva "la suciedad", y para limpiarse debe atrapar a un compañero/a.</p> <p>Agrupación única: Los alumnos se colocan rápidamente en orden que el profesor/a les indica, preparados para la parte final.</p> | T 35' |
| <p>PARTE FINAL</p> <p>El muerto: Nos vamos relajando y dejando caer los segmentos corporales hasta quedarnos tumbados como si durmiéramos.</p> <ul style="list-style-type: none">- Normas de aseo: las explicamos y los niños/as se dirigen a los lavabos con sus bolsas a asearse. | |

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|---|--|--------|--------|
| CONTENIDO | La vida en sociedad | SESIÓN | 3ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Conseguir que el alumno se respete a sí mismo y a los demás compañeros en situaciones de juego. - Valorar la diversión por encima de todo resultado. - Favorecer el intercambio psicomotor en las actividades propuestas. - Confianza en la realización de las acciones | | | |
| MATERIALES | Aros de colores, bancos suecos, balones, colchonetas. | | T |
| <ul style="list-style-type: none"> - Hoy nos vamos a desplazar siguiendo al profesor por las líneas del campo, sin salirnos, hacia delante, detrás... - Ahora un compañero tomará el control de la situación y le seguiremos. | | | 10' |
| OBSERVACIONES | Es interesante no eliminar a niños en los juegos de momento, para que disfruten más de la actividad. | | |

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|--|--|--------|--------|
| UNIDAD | La vida en sociedad | SESIÓN | 4ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar en el alumno/a el sentido lúdico del juego. - Conseguir la implicación del niño/a en las actividades para que disfrute de ellas. - Respetar a todos los compañeros y a sí mismo. - Seguir las normas indicadas para jugar. | | | |
| MATERIALES | Colchonetas, balones, cestas. | | T |
| <ul style="list-style-type: none"> - Siguiendo a un compañero en fila, a la señal, se rompe el orden y los alumnos/as se mueven a pata coja, de espaldas, a saltos... <p>Vamos a estirarnos: Sencillas y breves indicaciones sobre flexibilidad. Disposición en círculo</p> | | | 5' |
| OBSERVACIONES | Hacer hincapié en el cumplimiento de las reglas. | | |

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|--|--|--------|--------|
| CONTENIDO | La vida en sociedad | SESIÓN | 5ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar en el alumno/a el sentido lúdico del juego. - Conseguir la implicación del niño/a en las actividades para que disfrute de ellas. - Respetar a todos los compañeros y a sí mismo. - Seguir las normas indicadas para jugar. | | | |
| MATERIALES | Música, pañuelos, balones de plástico. | | T |
| El virus contagioso: Juego de atrape en el que el virus infecta a los niños/as que pilla, los cuales le ayudan. <ul style="list-style-type: none"> - “Seguimos estirando”, sencillos ejercicios de flexibilidad guiados por el profesor. | | | 5' |
| OBSERVACIONES | Hay juegos que debemos realizar con más cuidado y tranquilidad, debido a la edad de los niños. | | |

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|--|---|--------|--------|
| UNIDAD | La vida en sociedad | SESIÓN | 6ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Resaltar la importancia de las normas a respetar a la hora de jugar. - Conseguir que el alumno interiorice algunas pautas básicas y muy sencillas de juego. - Respetar a todos los compañeros y a sí mismo. - Disfrutar de las sesiones con todos los compañeros/as. | | | |
| MATERIALES | Colchonetas, aros, bancos, conos, música. | | T |
| <ul style="list-style-type: none"> - Vamos a imitar diferentes animales mientras nos desplazamos por las líneas del patio. El Profesor: Un alumno dirigirá al grupo diciéndole por donde ha de desplazarse. | | | 5' |
| OBSERVACIONES | Emplear música durante el circuito dará un resultado mejor. | | |

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| | |
|--|----------|
| <p>PARTE PRINCIPAL</p> <p>El amigo secreto: Dando pistas y hablando de él, en esta ocasión describimos a un compañero/a de clase.</p> <p>El pañuelo: Dos equipos, un pañuelo y usamos los números que conocen.</p> <p>El jefe: Todos seguirán al jefe, imitándole, hasta que cambiemos de líder.</p> <p>Pillar con balones: Los haremos rodar por el suelo, para que toquen a un compañero y podamos atraparlo.</p> <p>Carrera de canguros: Por equipos desplazamientos saltando como canguros de un lado a otro del ancho de la pista.</p> <p>El lazarillo: Por parejas, uno guía a su compañero, que simulará ser ciego. Cambiaremos de pareja.</p> | T 35' |
| <p>PARTE FINAL</p> <p>El mensaje loco: Juego de relajación en el que hacemos preguntas y respuestas que mezclamos sin orden y con mucho disparate.</p> <ul style="list-style-type: none">- Relajación: con música, tumbados con los ojos cerrados, imaginamos situaciones agradables: la playa, un viaje... | 5' |

| | |
|--|----------|
| <p>PARTE PRINCIPAL</p> <p>El gran Circuito: Se trata de construir en la pista polideportiva un circuito con el material deportivo del que se disponga. Tenemos que tener en cuenta varios aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Usaremos aros, conos, bancos y colchonetas.- Los movimientos serán sencillos: pequeños saltos, marcha, zig-zag, gateo...- Mostraremos a los alumnos/as el modo correcto de pasar por cada posta, acompañándoles durante el recorrido.- Variaremos en un par de ocasiones la disposición de los objetos para motivar a los niños/as. | T 35' |
| <p>PARTE FINAL</p> <p>Imitaciones: Nos dormimos, tenemos peso, nos levantamos, nos aseptamos...</p> <ul style="list-style-type: none">- Recogida de material y vuelta a clase | N |

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|---|--|--------|--------|
| CONTENIDO | La vida en sociedad | SESIÓN | 7ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Favorecer el intercambio de sensaciones y pareceres entre el alumno/a y sus iguales de clase. - Impulsar la socialización del grupo-clase a través del juego. - Desarrollar los valores básicos, como el respeto, la tolerancia y la igualdad. | | | |
| MATERIALES | Colchonetas, aros, bancos, conos, música. | | T |
| La sombra: Emparejados, la sombra sigue a su dueño. Desplazamiento libre. <ul style="list-style-type: none"> - Dispuestos en círculo, vamos a respirar todos muy hondo. | | | 5' |
| OBSERVACIONES | Debemos frenar todo intento por hacer el circuito rápidamente por parte de los alumnos/as. | | |

| BLOQUE | IDENTIDAD Y AUTONOMÍA PERSONAL | CURSO | 5 Años |
|---|--|--------|--------|
| CONTENIDO | La vida en sociedad | SESIÓN | 8ª |
| OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> - Favorecer el intercambio de sensaciones y pareceres entre el alumno/a y sus iguales de clase. - Impulsar la socialización del grupo-clase a través del juego. - Desarrollar los valores básicos, como el respeto, la tolerancia y la igualdad. | | | |
| MATERIALES | Pañuelo, pista polideportiva, bancos suecos, música. | | T |
| Comecocos: Pillamos a los compañeros sin salir de las líneas de la pista polideportiva. <ul style="list-style-type: none"> - Práctica sencilla de ciclos respiratorios. (Inspirar-espír) | | | 5' |
| OBSERVACIONES | | | |

Sesiones Unidad Primera: Todos Somos Amigos

| | |
|--|----------|
| <p>PARTE PRINCIPAL</p> <p>Concurso de Circuitos: Construiremos dos circuitos idénticos en la pista polideportiva para hacer un pequeño concurso por equipos. Tendremos en cuenta los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Serán circuitos sencillos con los materiales de la sesión anterior.- Los alumnos/as los completarán despacio, con paso seguro.- En cada equipo saldrán en orden, de uno en uno, para poder atenderles mejor.- Es muy importante insistir en que el objetivo no es ir rápido, sino no tirar los elementos y no pisar zonas prohibidas.- Podemos repetirlos de varias maneras, a gatas, reptando... siempre formas sencillas.- Emplearemos música para amenizar más la sesión | T 35' |
| <p>PARTE FINAL</p> <ul style="list-style-type: none">- Tumbados, imaginamos que somos globos, nos inflamos y desinflamos. | 5' |

| | |
|--|----------|
| <p>PARTE PRINCIPAL</p> <p>Se abre la caja: Los niños se sientan en forma de bola. Se abrirá la "caja", y saldrán corriendo, imitando animales, aviones, objetos, payasos...</p> <p>Encadenados: Juego de atrape en el que los niños pillados se encadenarán para seguir pillando.</p> <p>Los gemelos: Pillamos por parejas, y vamos cambiando cada vez que nos atrapan.</p> <p>El Pollito Inglés: Unos se la queda, intentando descubrir quién se mueve cuando se da la vuelta.</p> <p>La casa de la risa: Por equipos, vamos a ver quién hacer reír al otro equipo antes.</p> <p>La gallinita ciega: Reconocemos a un compañero/a con los ojos vendados, a través del tacto.</p> | T 35' |
| <p>PARTE FINAL</p> <p>¿Quién lleva la zapatilla?: Sentados en círculo, la zapatilla circulará por detrás, intentando un alumno en el centro averiguar dónde se encuentra.</p> <ul style="list-style-type: none">- Respiración abdominal (somos un pastel que se infla) | 5' |