



**ACTIVIDADES DE PSICOMOTRICIDAD,  
JUEGOS Y EXPRESIÓN CORPORAL**

▮ **ACTIVIDAD:** Cruzar el rio

▮ **OBJETIVO:** Ser capaz de coordinar la propia acción con la de los compañeros. Poniéndose de movimientos, direcciones

▮

▮ **DURACION:** 15 min

▮ **MATERIAL:**

▮ -papel de colores

▮ -tizas para dibujar cuadrados, círculos



## procedimiento:

- ▣ Los niños(as) han de cruzar un río por encima de unas piedras que serán representadas
- ▣ por folios o papel de periódico colocados en el suelo.
- ▣ Los niños se situarán en fila india encima de los folios quedando un papel libre que el
- ▣ último niño de la fila deberá ir pasando al de delante y este al de delante suyo hasta que
- ▣ llegue al primer niño de la fila que la colocará en el suelo avanzando sobre ella. Toda la fila
- ▣ avanzará un sitio, volviendo a quedar libre el último folio que tendrá que ser pasado de
- ▣ nuevo.
- ▣ Se pueden hacer dos filas de 12 niños y hacer una carrera para ver quien cruza antes el
- ▣ río.



## **ACTIVIDAD: Danza de ula ula**



**OBJETIVO:** Desarrollar la coordinación óculo-manual. y lateralidad



**DURACION: 8 min**



**MATERIAL:**



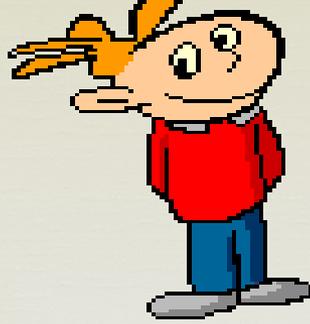
**música de diferentes sonidos**

# Danza de ula ula.

## procedimiento

- Los niños se colocan en círculo iran al compás de la canción aprendida previamente, van
- dando vueltas caminando cogidos por los hombros siguiendo el sentido de las agujas del reloj la primera parte de la canción y cambian el sentido en la segunda parte.
- Después se hará lo mismo pero cogidos por los codos, la cintura ..... y así bajando hasta
- los tobillos





## ACTIVIDAD: Circuito:

---

- OBJETIVO: Desarrollar el equilibrio en los niños y coordinación
- DURACION: 15 min
- MATERIAL:
  - sillas
  - Objetos pequeños y grandes
  - papel y aros

# Circuito:

## procedimiento

- ▮ : Vamos a realizar un circuito diciéndoles que somos exploradores y vamos por
- ▮ la selva.
- ▮ Para ello colocaremos uno banco sobre el que tendrán que pasar los niños, diciéndoles
- ▮ que es un puente colgante, guardando el equilibrio con saquitos de arena en la cabeza.
- ▮ Después tendrán que cruzar un río pasando por encima de unas piedras (que serán folios,
- ▮ papeles o aros esparcidos por el suelo sobre los que tendrá que saltar los niños/as).
- ▮ Habrán de pasar por debajo de un tunel formado por sillas. A continuación cruzarán un río
- ▮ donde hay cangrejos y tendrán que saltar a la pata coja. Por último entrarán en una cueva
- ▮ (formada por mesas donde hemos de caminar de cuclillas), cuando salgan se encontrarán
- ▮ con un obstáculo que habrán de saltar (cojín) y llegado así a su destino.
- ▮ El circuito lo realizarán de uno en uno y en el menor tiempo posible aunque prevalecerá
- ▮ siempre la realización correcta de los movimientos desplazamientos

## ▮ **ACTIVIDAD: Náufragos y tiburones.**

- ▮ **OBJETIVO:** Controlar las nociones de orientación arriba y abajo estática: delante, detrás, a un lado y a otro, la
- ▮ Direccionalidad adelante, hacia o la distancia. Lejos, cerca
- ▮ **DURACION: 15 min**
- ▮ **MATERIAL:**
- ▮ **Sillas y diferentes sonidos de música**

# Náufragos y tiburones.

- ▣ Se colocarán bancos para que puedan subir todos los niños. Se pondrá música y los niños
- ▣ y niñas irán dando vueltas alrededor de los bancos mientras esta dure. Cuando pare la
- ▣ música todos se subirán arriba de los bancos, ayudándose unos a otros para que no
- ▣ quede ninguno en tierra (el agua) pues puede pasar el tiburón (maestra/o) y comérselos.
- ▣ Poco a poco iremos quitando bancos de manera que el espacio cada vez será más
- ▣ reducido y tendrán que ayudarse o sujetarse unos a otros para poder subir todos y que el
- ▣ tiburón no se coma a nadie. (**Juego cooperativo**).

## ▮ ACTIVIDAD :Batalla de Globos

- ▮ **OBJETIVO:** Desarrollar la coordinación del cuerpo y equilibrio en los niños
- ▮ **DURACION:** 15 min
- ▮ **MATERIAL:**
- ▮ -globos pequeños
- ▮ -Lana para amarrar



# La batalla de los globos:

- ▣ cada niño tendrá un globo inflado amarrado a uno de sus tobillos de forma que quede colgando aproximadamente 10 cm.
- ▣ El juego consiste en tratar de pisar el globo del contrincante sin que le pisen el suyo. Al participante que le pisen el globo queda eliminado.
- ▣ (Se puede plantear como una guerra de tribus, para ello se formarán 2 ó 3 grupos/tribus y cada una llevará el globo de un color, hay que pisar los globos de las tribus contrarias)

## ACTIVIDAD: **Buscar la Cola**

- ▮ **OBJETIVO:** Desarrollar el equilibrio en los niños y coordinación (lateralidad)
- ▮ **DURACION:** 15 min
- ▮ **MATERIAL:**
- ▮ -mascaras de una cabeza de una serpiente
- ▮ Y cola de una serpiente para el final del niño

# Buscar la cola.

- ▣ Los niños y niñas se colocarán en fila tocando con la mano derecha el hombro del
- ▣ compañero de delante y con la izquierda habrán de sujetar el pie que le ofrecerá el mismo
- ▣ compañero, de manera que éste quede a la pata coja, y así sucesivamente con todos los
- ▣ niños de la fila formando como una serpiente. El primero de la fila tendrá que ir a la pata
- ▣ coja a buscar al último (la cola) llevando detrás al resto de participantes, pero procurando
- ▣ mantener la postura y no romper la fila.
- ▣ Por tanto el ejercicio se ha de hacer con cuidado y teniendo en cuenta también a los
- ▣ demás **Juego cooperativo.**
- ▣ (Si los 25 niños del aula son demasiados, se puede hacer dos filas o serpientes).