

SESIÓN: UN PASEO POR LA CIUDAD VISITANDO UN PARQUE.

CICLO: 1º

OBJETIVOS

- Sentir su propio equilibrio.
- Ampliar el conocimiento de sus posibilidades corporales.

MATERIALES

- Trapos.
- Cuerdas.

PARTE INICIAL

- Comenzamos a explicarles que **vamos a visitar la ciudad.**
- ✓ Vamos a coger el autobús (una de las porterías de balonmano) andando, más deprisa, se nos escapa, (correr).
- ✓ Cambiamos de autobús (la otra portería). ¡ojo! Vamos a cruzar una calle, miramos parado, cruzamos deprisa.
- ✓ Llegamos al autobús, nos subimos, nos sentamos en orden dentro del autobús.
- ✓ Hay un paisaje precioso, miramos a la derecha, la izquierda, delante, detrás.... (repetir).
- ✓ Tan bonito que es nos ponemos de pie para verlo y llega una zona de baches, uno, otro...
- ✓ Nos volvemos a sentar, el autobús frena (nos vamos hacia adelante), arranca, (nos vamos hacia atrás).
- ✓ Nos bajamos del autobús y caminamos por las calles (las líneas que marca el campo).
- **JUEGO: "ZORROS".** Todos llevan un trapo a forma de cola y sin salirse de los límites del campo, quitarse la cola que está sujeta con la goma del chándal. El que quita una se agacha y se la pone y el que la perdió intenta conseguir una.

PARTE PRINCIPAL

- Vamos de paseo, cada vez que el profesor lo dice tienen que pasar por debajo de una valla, (eligen la forma que quieren).
- Ven un policía en moto (lo imitan).
- Ven a otro policía a caballo (lo imitan, ¿cómo corre el caballo?).
- Nos vamos al parque. Ven una lagartija, ¿Cómo se desplazan?
- Por el cielo van volando cigüeñas, ¿cómo vuelan? ¿recordáis cómo se sujetan sobre una pata, con la cabeza entre las alas?
- Cogemos una cuerda dada dos; uno es una moto, uno delante y otro detrás; iremos despacio, deprisa, parando... cambio de conductor.
- Atamos 3 cuerdas y dibujamos con ella un coche (un cuadrado) y manteniéndola tensa no movemos (equipos de 6), cuatro en las esquinas y dos en el centro.
- Pinchamos la rueda derecha de atrás, la delantera...
- **JUEGO: ¿QUIEN NO TIENE MIEDO AL LOBO?** Uno la liga y es el lobo. Gritando la frase ¿Quién no tiene miedo al lobo?, los demás (las ovejas) tienen que cruzar el campo. Si les toca se convierten en lobos. Cada vez son más lobos y menos ovejas. Limitamos el terreno de juego al campo de balonmano.

VUELTA A LA CALMA

- Nos tumbamos alrededor del profesor y éste va relatando mientras los alumnos lo imaginan... (pueden hacer pequeños gestos): por la noche llego a casa, ceno mientras le cuento a mamá y a papá lo bien que lo he pasado, veo la tele, me acuesto, me doy la vuelta, me duermo y sueño... soy un águila pequeña, veo a mamá águila como volando despacio me trae la comida y estoy tranquilo... poco a poco me voy desperezando despacio y nos vamos muy lentamente al aula...