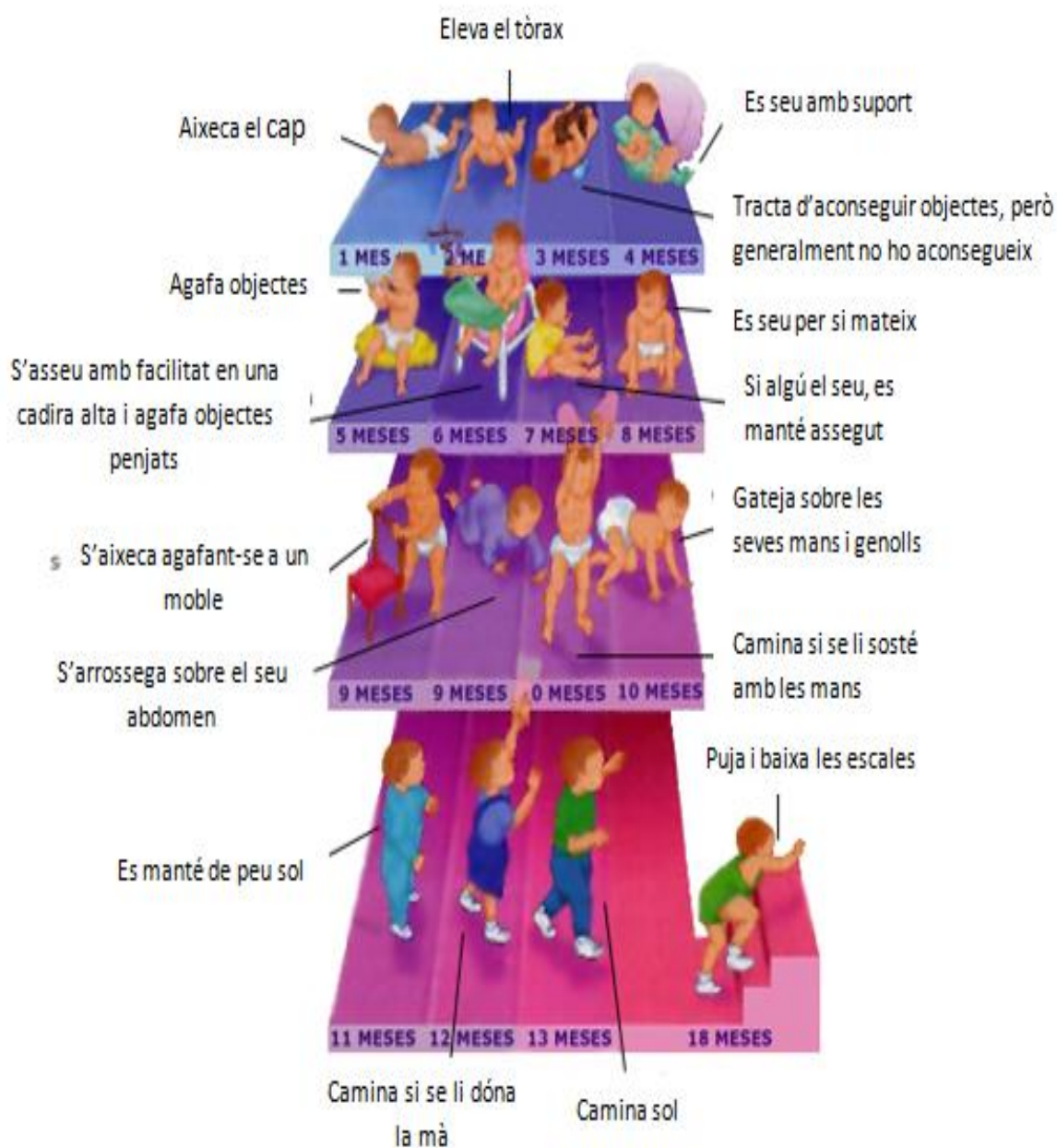


# **A**nnex 1: Desenvolupament motriu de l'infant de 0 a 18 mesos



I

# **A**nnex 2: Centres educatius de Ripollet.

## **Llar d'infants**

Llar d'infants	Ubicació	Telèfon
Escola Bressol Municipal La Rodeta del Molí.	Magallanes, 33	93 594 67 38
Escola Bressol Municipal La Verema	Barberà, 10	93 594 46 19
Escola Bressol Privada Baloo	Girona, 14	93 691 47 01
Escola Bressol Privada Dany	Figarola, 7	93 692 39 01
Escola Bressol Privada Din-Don	Pizarro, 6	93 692 60 44
Escola Bressol Privada Xiquilàndia	Fontanella, 31-33	93 580 50 92

## **Escoles d'Educació Primària**

Llar d'infants	Ubicació	Telèfon
Escola Pública Anselm Clavé	Escoles, 1	93 692 08 64
Escola Pública El Martinet	Sant Jaume, 30	93 594 75 22
Escola Pública Els Pinetons	Avinguda Catalunya, 16	93 594 67 22
Escola Pública Enric Tatché i Pol	Pau Casals, 101	93 580 85 23
Escola Pública Francesc Escursell	Ctra. de l'Estació, 9	93 691 77 01
Escola Pública Gassó i Vidal	Rocabruna, 1	93 692 07 25
Escola Pública Josep M. Ginesta	Puigmal, 59	93 692 27 91
Escola Pública Tiana de la Riba	Verge de Montserrat, 25	93 692 40 94
Escola Concertada Mare de Déu del Roser	Isabel la Catòlica, 20	93 580 95 66
Escola Concertada Sant Gabriel	Afores, 45	93 580 98 98
Escola Concertada Sant Joan de la Creu	Sant Josep, 27	93 580 99 58

# **A**nnex 3: Enquesta Llar d'infants / Escoles.

	SI	NO
<b>Realitzeu psicomotricitat a la vostre llar o escola?</b>		
<b>Disposeu un espai destinat a fer psicomotricitat?</b>		
<b>L' Educadora que fa la sessió de psicomotricitat té una formació especialitzada en aquest àmbit?</b>		
<b>Realitzeu mínim dues hores a la setmana?</b>		
<b>Estaríeu interessats en oferir un servei als pares, especialitzat en l'àmbit psicomotriu?</b>		
<b>Contractaríeu personal especialitzat per oferir aquest servei?</b>		

## **A**nnex 4: Enquesta a pares i mares.

	SI	NO
<b>Saps que és la psicomotricitat?</b>		
<b>Saps els beneficis que aporta?</b>		
<b>Fa psicomotricitat el teu fill a l'escola/llar d'infants?</b>		
<b>T'agradaria que el teu fill fes psicomotricitat?</b>		
<b>S'hi hi hagués un espai adaptat per fer psicomotricitat, portaria el seu fill?</b>		
<b>L'agradaria que es fes a la seva escola o llar d'infants una extraescolars de psicomotricitat?</b>		

# A

## nnex 5: Pressupost.

<b>DESPESES material fungible</b>	
Benzina	100,00 €
Globus	10,00 €
Colors	40,00 €
Folis	12,00 €
Plàstelina	40,00 €
Guix	5,00 €
Gomets	10,00 €
<b>TOTAL</b>	<b>217,00 €</b>

<b>DESPESES material no fungible</b>	
Kit ioga	600,00 €
Pilotes plàstic	32,00 €
Pilotes goma-espuma	50,00 €
Pilotes ping pong	90,00 €
Cordes grans	15,00 €



Mocadors	60,00 €
Teles	10,00 €
Cordes mitjanes	24,00 €
<b>TOTAL</b>	<b>881,00 €</b>

<b>INGRESOS</b>	
Capital inicial	1.000,00 €
Sou per persona i hora	40,00 €
Imprevistos	65,00 €
Manteniment material	200,00 €
<b>TOTAL</b>	<b>1.305,00 €</b>

**TOTAL DESPESES**



**1.098,00 €**

**TOTAL INGRESOS**



**1.305,00 €**

# A

## nnex 6: Activitats.

### COORDINACIÓ

#### COORDINACIÓ 1

<b>Nom de l'activitat</b>	1. Els quatre cantons
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la coordinació dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Guix i pedres.
<b>Descripció</b>	Dibuixar un quadrat amb guix, pedres, etc. Es posa un nen a cada cantó del quadrat i un cinquè es posa al mig. Quan el nen del mig dóna l'ordre «Canvi», els jugadors han de canviar de cantó i el del mig aprofita per ocupar-ne un. Si ho aconsegueix, passa al centre del quadrat el jugador que s'ha quedat sense cantó.

#### COORDINACIÓ 2

<b>Nom de l'activitat</b>	2. Curses
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la coordinació dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Progressar amb el domini del seu cos i moviment.
<b>Material</b>	Un xiulet (opcional).
<b>Descripció</b>	Els nens han de fer una cursa fins a un punt determinat.
<b>Variant 1</b>	Cada nen corre per atrapar el seu company.
<b>Variant 2</b>	Aquestes mateixes curses es poden fer donant abans una consigna: «molt ràpid», «córrer tocant el cul amb els peus», «córrer aparellats», «córrer enrere»...

### COORDINACIÓ 3

<b>Nom de l'activitat</b>	3. Buscant casa
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la coordinació dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cercles i un xiulet.
<b>Descripció</b>	Els cercles es posen de manera irregular per terra (tants cercles com nens menys un). Els nens corren lliurement entre els cercles sense aixafar-los i, quan el mestre toca el xiulet, cada nen es posa dins d'un cercle. Queda eliminat aquell que no troba cap cercle on posar-se.

### COORDINACIÓ 4

<b>Nom de l'activitat</b>	4. Circuit
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilota, matalàs, cercles.
<b>Descripció</b>	Els nens surten d'un punt determinat, a peu coix, amb una pilota a la mà; la fan botar, fan una tombarella al matalàs, fan passar la pilota per dins dels cercles, l'arrosseguen per terra acompanyant-la amb la mà, donen la volta a la classe fins arribar al final del recorregut.

### COORDINACIÓ 5

<b>Nom de l'activitat</b>	5. Vigileu, ovelles
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord a unes pautes de convivència i col·laboració amb el grup. Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	Es fan dos equips: el dels llops i el de les ovelles. A un senyal, els



	llops, que es troben dos metres més enrere que les ovelles, surten corrent i les empaiten i aquestes corren fins al corral, que és una ratlla marcada a terra amb guix. L'ovella que és agafada pel llop, queda eliminada.
--	--

## COORDINACIÓ 6

<b>Nom de l'activitat</b>	6. Jocs amb pneumàtics
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pneumàtics.
<b>Descripció</b>	<p>Cursa lliure al pati evitant trepitjar o saltar els pneumàtics.</p> <p>El mateix, pera per parelles agafats de la mà.</p> <p>Curses d'esquena, procurant no ensopegar amb els pneumàtics.</p> <p>Cursa trepitjant el pneumàtic cada vegada que en trobem un. «Autos-xoc»: córrer amb el pneumàtic a l'alçada de la cintura, xocar amb els altres.</p> <p>Observació: en tots aquests exercicis també es treballa l'orientació espacial.</p>

## COORDINACIÓ 7

<b>Nom de l'activitat</b>	7. Peps i Maries
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.</p> <p>Avançar en la relació amb els altres.</p>
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	Es marca un camp de joc amb una línia que el divideixi per la meitat. En un cantó, es col·loca un equip, que són els Peps i en l'altre els que fan de Maries. El mestre diu el nom d'un equip i els seus membres van a empaitar els de l'altre equip, que intenten salvar-se anant al fons del camp. Si un nen és agafat, es queda allà on és amb el seu captador. El mestre canvia ràpidament l'equip

que ha d'empaitar.

## COORDINACIÓ 8

<b>Nom de l'activitat</b>	8. Cow-boys i cavalls
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació. Progressar en situacions de comunicació habituals per mitjà dels diversos llenguatges.
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	Es marquen uns límits d'espai de joc, on els nens es col·loquen per parelles, l'un darrere l'altre, formant cercles concèntrics. Els de dins són els cavalls i els de fora els cow-boys. A un xiulet llarg, cada cercle (el de dins i el de fora) dona tómb en sentit contrari. En aturar-se, tothom es fixa en qui és la seva parella. A un nou xiulet, tothom torna a córrer en cercle com abans. En acabar, cada cow-boy ha d'anar a cercar el seu cavall i dur-lo a la quadra, establerta prèviament. Els cavalls, naturalment, s'han d'escampar pel camp establert, però no es poden defensar. Si no s'aconsegueix que un cavall entri, poden anar dos cow-boys a buscar-lo. El joc s'acaba quan tots els cavalls són a la quadra.

## COORDINACIÓ 9

<b>Nom de l'activitat</b>	9. La sabata
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: córrer.
<b>Capacitat</b>	Observar i observa l'entorn immediat.
<b>Material</b>	Una sabata.
<b>Descripció</b>	Es fa una rotllana amb els nens asseguts a terra. Un nen duu una sabata a la mà i va donant voltes per fora del cercle. S'estableix una cantarella entre el nen i el grup. Comença el grup i continua el nen:  —mare, tinc set (grup)  —beu aigua (nen)

	<p>—hi ha una mosca</p> <p>—beu bé</p> <p>—hi ha un mosquit</p> <p>—beu vi bo</p> <p>—ai que és bo! Mare quan vénen els Reis? —a les... (i diu un número del! 1 al 10)</p> <p>En aquest moment, tots els nens del grup es tapen els ulls i comencen a comptar en veu alta fins al número que s'ha dit. Entretant, el nen que duu la sabata, la deixa darrere d'algú. En acabar de comprar, tots els nens miren si tenen la sabata al darrere. Qui la té, s'aixeca i empaita a qui l'ha deixada, que s'ha d'asseure al lloc buit per no ser agafat.</p>
--	--

### COORDINACIÓ 10

<b>Nom de l'activitat</b>	10. Els gegants
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació, tot i adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	Uns gegants surten a passeig. Volen veure el mar, que no l'han vist mai. Però no saben on és. Només saben que els rius van al mar i segueixen els rius del seu bosc. N'hi ha d'amples, d'estrets, i ells els han de saltar, sense mullar-se els peus. Dibuixem, a terra, rius de diferents amplades i els nens els salten.

### COORDINACIÓ 11

<b>Nom de l'activitat</b>	11. Qui salta més?
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació, tot i adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Alguna cosa per fer una ratlla.
<b>Descripció</b>	Donada una ratlla, els nens hi han de saltar per sobre

	indistintament.
<b>Variant 1</b>	saltar d'un cantó a l'altre de la ratlla (joc de terra i mar).
<b>Variant 2</b>	seguir la ratlla fent salts petits i seguits.

## COORDINACIÓ 12

<b>Nom de l'activitat</b>	12. Cursa de sacs
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Sacs.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es fiquen dins un sac que els arriba a la cintura. L'aguanten amb les mans i avancen saltant amb els peus junts. Es pot fixar una meta on s'ha d'arribar.</p> <p>Variant es pot intentar que baixin 2 o 3 escales saltant dins del sac.</p>

## COORDINACIÓ 13

<b>Nom de l'activitat</b>	13. Les granotes
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Un instrument i guix.
<b>Descripció</b>	<p>Es fa una rotllana de nens ajupits, que són granotes. Quan toca un instrument determinat, les granotes salten. Un nen fa de lluna, l'altre de sol. Quan surt la lluna, les granotes dormen, ja que és la nit. Quan surt el sol, les granotes comencen a fer el rauc i salten. Es dibuixa una ratlla, és un riu. El mestre diu: «aigua» i les granotes salten. «Terra» i les granotes salten.</p>

## COORDINACIÓ 14

<b>Nom de l'activitat</b>	14. Joc de la barqueta es tomba
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació per mitjà dels diversos llenguatges.

<b>Material</b>	Cordes.
<b>Descripció</b>	Posar la corda a terra. Entre dos nens, moure-la d'un costat a l'altre. Els nens han de saltar la corda. Tots canten «si la barqueta es tomba». Poden saltar amb els peus junts, primer, amb ajuda; després, sols.

### COORDINACIÓ 15

<b>Nom de l'activitat</b>	15. Tenim els peus lligats
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica. general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Alguna cosa per lligar els peus.
<b>Descripció</b>	El nen salta lliurement amb tots dos peus junts, lligats: seguint una direcció donada.
<b>Variant 1</b>	es pot lligar el peu d'un nen amb el peu d'un altre i que intentin coordinar els salts per tal de no caure.

### COORDINACIÓ 16

<b>Nom de l'activitat</b>	16. Salt d'alçades
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Una corda de 4 o 3 metres.
<b>Descripció</b>	La corda està lligada d'un cap. De l'altre l'aguanta un nen. Els altres nens salten l'un darrere l'altre. El primer salt es fa tenint la corda a terra. Es puja de 5 cm en 5 cm. Pot ser un joc eliminatori.

### COORDINACIÓ 17

<b>Nom de l'activitat</b>	17. Les oques
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació per mitjà dels diversos llenguatges. Progressar en el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Reproductor de música i cançó «Les oques van descalces»

	(opcional).
<b>Descripció</b>	Es col·loquen els nens en rotllana i es numeren amb 1 i 2. Els 1 són les oques i els 2 els ànecs. Les primeres s'agafen la bata i els ànecs es posen els dits grossos a les aixelles. Seguint el text de la cançó, primer surten les oques saltant i cantant amb veu fineta cap al centre, i tornen al lloc. Quan toca als ànecs, aquests fan el mateix, però saltant més alt i més de pressa, perquè el text de la cançó que hi fa referència és més curt i han de tenir temps d'anar i tornar. Es va repetint la cançó tot augmentant la velocitat.

### COORDINACIÓ 18

<b>Nom de l'activitat</b>	18. Saltar a corda
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: saltar.
<b>Capacitat</b>	Iniciar-se en les habilitats matemàtiques bàsiques.
<b>Material</b>	Una corda gruixuda i llarga.
<b>Descripció</b>	Saltar a corda seguint el ritme d'una cançó.
<b>Variant 1</b>	per parelles, en grup.
<b>Variant 2</b>	<p>en lloc de cantar, comptar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Amb ordre i cada persona salta un cop.</li> <li>— Començant per un, cada vegada se n'hi afegeix un més.</li> <li>— Cada nen salta dos cops, sense perdre torn, després n'entra un altre.</li> </ul>

### COORDINACIÓ 19

<b>Nom de l'activitat</b>	19. Fem pallassades
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: penjar-se.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació, tot i adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Espatlleres.
<b>Descripció</b>	Els pallassos es penjen a les espatlleres del gimnàs i obren i ajunten les cames quatre vegades seguides perquè saluden els

	nens que s'ho miren. De cara i d'esquena.
<b>Variante 1</b>	es poden penjar amb una mà sola i amb l'altra saludar.

## COORDINACIÓ 20

<b>Nom de l'activitat</b>	20. Avui som mones...
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: penjar-se.
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat, natural i físic.
<b>Material</b>	Els arbres del pati de l'escola.
<b>Descripció</b>	Els nens corren pel pati i s'enfilen als arbres com si fossin mones. A la primera branca, s'hi agafen i es queden penjats mentre els altres nens compten fins a 5; llavors la mona salta.

## COORDINACIÓ 21

<b>Nom de l'activitat</b>	21. Curses
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: penjar-se.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació, tot i adonant-se de les seves possibilitats. Observar i explorar l'entorn immediat, natural i físic.
<b>Material</b>	La mitja lluna del pati de l'escola.
<b>Descripció</b>	Els nens, de dos en dos, fan curses penjats en la mitja lluna del pati caminant amb les mans. Primer ho poden fer agafant-se amb les dues mans en un mateix barrot i després deixant caure una sola mà a cada barrot.

## COORDINACIÓ 22

<b>Nom de l'activitat</b>	22. Anem a salvar el gatet
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica general: penjar-se.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Una escala ben penjada en horitzontal, si és possible.
<b>Descripció</b>	En una punta de l'escala hi posem un gat de joguina. Figura que el pobre està espantat perquè no sap baixar. Cada nen l'ha d'intentar salvar passant per les vores de l'escala, ja que els barrots del mig tenen punxes i es punxarien.
<b>Variant 1</b>	Es pot fer el mateix amb una barra penjada. Es poden aprofitar les barres que s'utilitzen al ballet i llavors els nens avancen penjant-se amb les mans i les cames.

## COORDINACIÓ 23

<b>Nom de l'activitat</b>	22. Punteria
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica.
<b>Capacitat</b>	Iniciar-se en les habilitats matemàtiques bàsiques. Progressar en la coordinació.
<b>Material</b>	Pneumàtics i pilotes.
<b>Descripció</b>	Es posen tres o quatre pneumàtics, l'un al damunt de l'altre, i els nens amb una pilota encistellen.

## COORDINACIÓ 23

<b>Nom de l'activitat</b>	23. Joc de bitlles
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: llançaments.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Bitlles i pilotes.
<b>Descripció</b>	Es posen les bitlles a una distància i els nens amb les pilotes les han de fer caure.



Guanya aquell que les fa caure totes.

## COORDINACIÓ 24

<b>Nom de l'activitat</b>	24. Gats i gossos
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: llançaments.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència. Progressar la coordinació.
<b>Material</b>	Meitat de pilotes que nens que hi juguen i guix.
<b>Descripció</b>	Es formen dos equips. Els uns són els gats i els altres els gossos. Es marca un camp amb una ratlla al mig i s'hi col·loca una pilota per a cada parella (un jugador de cada equip). El mestre diu el nom d'un grup (gats o gossos) i els seus membres han d'agafar la pilota i intentar tocar, amb la pilota, les seves parelles que fugen corrent. En un moment donat, la pilota es col·loca altre cop a la ratlla i torna a començar el joc.

## COORDINACIÓ 25

<b>Nom de l'activitat</b>	25. Juguem a bàsquet
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: llançaments.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment, el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Una cistella o una paperera.
<b>Descripció</b>	El nen ha d'encistellar una pilota gran en una cistella o una paperera, a certa distància, agafant la pilota amb totes dues mans, com si fos un jugador de bàsquet que ha de tirar un tir lliure. Es poden fer competicions.

## COORDINACIÓ 26

<b>Nom de l'activitat</b>	26. Joc amb pilotes
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: llançaments-recepcions.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment, el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilotes.
<b>Descripció</b>	El nen, situat davant d'un altre nen a una certa distància, tira i rep una pilota sense que li caigui a terra.

## COORDINACIÓ 26

<b>Nom de l'activitat</b>	26. Agafar la pilota
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: llançaments-recepcions.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment, el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Tantes pilotes com nens hi ha.
<b>Descripció</b>	Es forma una fila de nens (màxim 15). Cada nen dona una pilota al mestre, que la tira lluny. El nen la va a buscar de la manera com li diu el mestre: d'esquena, a quatre grapes, saltant, fent la granota... Quan ja la té, torna a la fila.

## COORDINACIÓ 27

<b>Nom de l'activitat</b>	27. La pilota passa pel túnel
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: llançaments-recepcions.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment, el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilotes.
<b>Descripció</b>	El nen, doblegant el tronc cap endavant, tira entre les seves cames obertes una pilota, que arriba a un altre company que l'està esperant en la mateixa posició. Els nens poden estar formant dues fileres i cada nen, quan acaba de tirar la pilota, corre cap a l'últim de la fila. Guanya la fila que dona més talls en un temps determinat.

**COORDINACIÓ 28**

<b>Nom de l'activitat</b>	28. Un, dos, tres, pica parets
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: aturades.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment. Iniciar-se en les habilitats matemàtiques.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	El nen que para es col·loca mirant una paret. La resta ho fa darrere d'una ratlla, marcada a una certa distància de qui para. Aquest, picant amb les mans a la paret diu: «un, dos, tres, pica paret» i es gira. Mentre està de cara a la paret, la resta poden moure's cap a ell. En girar-se, si veu algú movent-se, li diu el nom i aquest ha de tornar al lloc inicial. Els nens van avançant fins que algú toca l'esquena del que para. En aquest moment, el nen tocat empaita el que l'havia tocat, que ha d'intentar arribar al lloc de sortida.

**COORDINACIÓ 29**

<b>Nom de l'activitat</b>	29. Aturar-se de cop
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: aturades.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència i col·laboració amb el grup.
<b>Material</b>	El propi cos
<b>Descripció</b>	El mestre és perseguit pels nens. De sobte, es gira i tots els nens han de quedar completament immòbils. El joc acaba quan el mestre és tocat i queden eliminats els nens que es mouen quan el mestre es gira.

**COORDINACIÓ 30**

<b>Nom de l'activitat</b>	30. Joc de les estàtues
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: aturades.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos.

<b>Material</b>	El propi cos
<b>Descripció</b>	Els nens corren. Un d'ells, que és qui para, els empaita i intenta agafar-los per on pot. El nen que ha estat agafat queda plantat com una estàtua sense moure's i s'ha de posar la mà al lloc on l'altre l'ha tocat (cap, cama, genoll...)

### COORDINACIÓ 31

<b>Nom de l'activitat</b>	31. Plantats
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: aturades.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos .
<b>Material</b>	El propi cos
<b>Descripció</b>	Un nen para. Quan toca els altres, aquests queden quiets amb una mà estesa esperant que algú la toqui per salvar-se.  Variant: per salvar el que està plantat, algú li ha de passar per sota de les cames.

### COORDINACIÓ 32

<b>Nom de l'activitat</b>	32. Joc dels carretons
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: conduccions.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos. Relacionar-se amb el altres.
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	nens són carretons. Amb les mans a terra fan de roda. Els altres nens els agafen els peus i els condueixen fins a una ratlla determinada. Es poden fer curses.

### COORDINACIÓ 33

<b>Nom de l'activitat</b>	33. Acompanya-la fins a dins
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica:

	conduccions.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment, el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilotes i capsa.
<b>Descripció</b>	El nen recorre un espai assenyalat pel mestre empenyent una pilota amb els peus, sense perdre-la i intentant introduir-la dins una capsa oberta a terra.

### COORDINACIÓ 34

<b>Nom de l'activitat</b>	34. Les cadires caminen
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica específica: conduccions.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment, el domini del seu cos i la coordinació.
<b>Material</b>	Cadires.
<b>Descripció</b>	Caminar fent córrer una cadira amb els peus.

### COORDINACIÓ 35

<b>Nom de l'activitat</b>	35. Joc de bastons
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica: equilibri-estàtic.
<b>Capacitat</b>	Assolir progressivament el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Bastons.
<b>Descripció</b>	Agenollats, amb un bastó agafat amb les mans, aixecar els braços fins a l'horitzontal, darrere, dalt, baix i seguir-lo amb la vista.
<b>Variant 1</b>	Agenollats, amb els braços horitzontals, girar el tronc a un costat i a l'altre i tornar a la posició inicial.
<b>Variant 2</b>	Els nens estan asseguts i agafen un bastó amb totes dues mans. Passar-hi una cama pel damunt. Passar-les-hi totes dues.

### COORDINACIÓ 36

<b>Nom de l'activitat</b>	36. Vigila que no caigui
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica: equilibri-estàtic.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i en el moviment.
<b>Material</b>	Saquets de serradures o sorra.
<b>Descripció</b>	Els nens porten un saquet al cap sense que els caigui a terra. Surten diversos nens a la vegada i guanya aquell que arriba al lloc assenyalat sense que li caigui el sac.
<b>Variant</b>	Es pot fer el mateix amb un llibre al cap.

### COORDINACIÓ 37

<b>Nom de l'activitat</b>	37. Compte a mullar-se els peus
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica: equilibri-dinàmic.
<b>Capacitat</b>	Progressar el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació amb els peus.
<b>Material</b>	Tacs de fusta o plàstic.
<b>Descripció</b>	Hem de travessar un riu per damunt d'una filera de pedres (tacs). Si posem un peu a terra ens mullem.
<b>Variant 1</b>	El mateix exercici, saltant.
<b>Variant 2</b>	Caminar per un camí de diferents materials: roba, flassada, paper.

### COORDINACIÓ 38

<b>Nom de l'activitat</b>	38. Els gegants
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica: equilibri-dinàmic.
<b>Capacitat</b>	Progressar el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació amb els peus.
<b>Material</b>	Pots de llauna amb cordills o xanques fabricades.
<b>Descripció</b>	Col·locades les xanques als peus, agafar els cordills i provar de

	caminar. Es pot cantar el «gegant del Pi».
--	--

### COORDINACIÓ 39

<b>Nom de l'activitat</b>	39. Els malabaristes
<b>Objectiu</b>	Adquirir seguretat en la COORDINACIÓ dinàmica: equilibri-dinàmic.
<b>Capacitat</b>	Progressar el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació amb els peus.
<b>Material</b>	Bancs. Taules i cadires (opcional).
<b>Descripció</b>	Un banc es converteix en la maroma d'un circ, per la qual es passeja un grup de nens fent equilibris.
<b>Variant 1</b>	Afegir dos o tres banca i fer equilibris passant de 1'un a l'altre.
<b>Variant 2</b>	Saltar de dalt del banc a terra.
<b>Variant 3</b>	Es poden fer els mateixos exercicis amb taules i cadires.

## **BLOC D'ESQUEMA CORPORAL**

### **ESQUEMA CORPORAL 1**

<b>Nom de l'activitat</b>	40. Ala banda de...
<b>Objectiu</b>	Distingir en el propi cos les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del seu cos, part dreta i esquerra.
<b>Material</b>	Cintes i gomets.
<b>Descripció</b>	<p>Busquem objectes situats en direccions oposades: han de ser fixos i serveixen de punt de referència per als nens. Situem els nens de manera que la seva dreta/esquerra s'orienti cap a aquests objectes. Demanem:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Fer un salt cap al cantó de la porta.</li> <li>— Aixecar el braç del cantó de la finestra.</li> <li>— Assenyalar l'ull, el peu, la mà... del cantó de la finestra.</li> <li>— Què tenim al cantó de la porta?</li> </ul> <p>Podem fer els exercicis posant un distintiu de colors diferents a cada braç (o mà).</p>

### **ESQUEMA CORPORAL 2**

<b>Nom de l'activitat</b>	41. Picar de mans.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del seu cos, ( mà dreta i esquerra).
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es col·loquen de dos en dos, l'un davant de l'altre. Piquen de mans en les següents posicions:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mà dreta de l'un amb mà dreta de l'altre (encreuant-se).</li> <li>2. Mà esquerra de l'un amb mà esquerra de l'altre (encreuant-se).</li> <li>3. Mà dreta de l'un amb mà esquerra de l'altre (sense encreuar-se).</li> <li>4. Picar les dues mans pròpies.</li> </ol>



Aquestes posicions es combinen: 1-4-2-4-3-1

### ESQUEMA CORPORAL 3

<b>Nom de l'activitat</b>	42. Endevina com estic?
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del cos, part dreta i esquerra. Progressar en la comunicació i l'expressió per mitjà de diversos llenguatges.
<b>Material</b>	Mocadors.
<b>Descripció</b>	Els nens es distribueixen per parelles. Un d'ells fa amb el cos una postura determinada a manera d'estàtua. L'altre ha de col·locar-se igual que el company. Després es canvien i el company que ha imitat ara fa d'iniciador.
<b>Variant 1</b>	Amb l'ajuda, tant verbal com postural del mestre, es pot fer:  Per grups (2 o 3) fan una estàtua conjunta i els altres 2 o 3 limitaran.
<b>Variant 2</b>	Fer el mateix però amb els ulls tapats deis que imiten, de manera que apreciaran les posicions del cos palpant-lo.

### ESQUEMA CORPORAL 4

<b>Nom de l'activitat</b>	43. Completa la silueta.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del cos, part dreta i esquerra.
<b>Material</b>	Siluetes de figura humana en cartolina o fusta, guix, paper d'embalar, ceres de colors.
<b>Descripció</b>	El nen complementa amb el seu cos la banda dreta d'una silueta incompleta de la figura humana a terra.
<b>Variant 1</b>	dibuixar una silueta incompleta i que el nen busqui la part que hi

	falta: el cap, un peu...
<b>Variant 2</b>	Sobre siluetes incompletes, col·locar una nina.

### ESQUEMA CORPORAL 5

<b>Nom de l'activitat</b>	44. Descobrim el nostre eix de simetria.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del seu cos. Assolir progressivament seguretat afectiva, formant una imatge positiva d'ell mateix.
<b>Material</b>	Farina i mirall.
<b>Descripció</b>	Els nens es despullen i es queden amb calces/calçotets. Amb farina, els marquem l'eix de simetria. Fem que s'adonin d'aquest eix segmentar i manipulant-se entre ells i mirant-se al mirall. Fem descobrir que hi ha parts del cos que tenen la seva simetria: ulls, braços, mans...

### ESQUEMA CORPORAL 6

<b>Nom de l'activitat</b>	45. «Ara fem de mirall».
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat. Progressar en el moviment.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	El mestre, col·locat davant els nens, els convida a imitar els seus moviments. Després, proposa els mateixos moviments, però sense model, només amb demanda verbal. Els nens poden estar drets o asseguts o bé col·locats en dues fileres, que es mirin l'un a l'altre. Un cop estan organitzats, passem a la realització de l'activitat concreta seguint els passos següents:  a)  1. Ens toquem amb la mà l'orella del mateix costat.  2. Amb l'altra mà, l'altra orella.

	<p>3. Amb totes dues mans, les dues orelles alhora.</p> <p>b) El mateix, però canviant mà i orella de diferent costat.</p> <p>1. Ens toquem amb la mà l'orella de l'altre costat.</p> <p>2. Ens toquem amb l'altre mà l'altra orella.</p> <p>3. Amb les dues mans, ens toquem les orelles que no siguin del mateix costat de la mà.</p> <p>c) Els nens estan drets amb els peus junts.</p> <p>1. Separem una cama cap a un costat i la tornem al lloc.</p> <p>2. Fem el mateix, però amb l'altra cama.</p> <p>3. Separem les dues cames alhora (fent un salt).</p> <p>d) Els nens estan asseguts a terra.</p> <p>1. S'agafen un peu amb la mà del mateix costat i el deixen anar.</p> <p>2. Fem el mateix, però amb l'altre costat.</p> <p>3. Agafem tots dos peus a la vegada.</p>
--	---

## ESQUEMA CORPORAL 7

<b>Nom de l'activitat</b>	46. Ara fem de mirall (continuació).
<b>Objectiu</b>	Distingir en el propi cos. Les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Observar l'entorn immediat físic. Progressar en el coneixement del cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>El mestre, col·locat davant els nens, els convida a imitar els seus moviments. Després, proposa els mateixos moviments però sense model, només amb demanda verbal.</p> <p>Els nens estan asseguts a terra i s'agafen els peus creuant l'eix mitjà amb les dues mans.</p> <p>Pot afegir-se més endavant la dificultat de tapar-se els ulls.</p>

## ESQUEMA CORPORAL 8

<b>Nom de l'activitat</b>	47. El pintor.
<b>Objectiu</b>	Distingir en el propi cos. Les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del cos.
<b>Material</b>	Paper d'embalatge, guixos de colors, pintura.
<b>Descripció</b>	<p>El nen és a terra o sobre un tamboret davant una gran superfície (paret, pissarra...) d'una amplada abastable amb els dos braços estirats. Ha d'imaginar-se que és a dalt d'una escala pintant una paret i que no pot moure els peus.</p> <p>El pot de pintura, el té al costar de les cames i pot alternar la seva situació: una estona a la dreta i una altra a l'esquerra. El nen pinta tot el tros de paret que pot pintar amb el braç estirat.</p>
<b>Variant</b>	Pintar realment una paret o uns papers grans penjats a la paret. Omplir la pissarra amb radies de diferents colors.

## ESQUEMA CORPORAL 9

<b>Nom de l'activitat</b>	48. Sessió amb globus.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del cos i moviment.
<b>Material</b>	Globus i infladors.
<b>Descripció</b>	<p>Cada nen té un globus. Observem i sentim en el cos les qualitats del globus desinflat: color, matèria (elàstica i emmotllable) i tacte.</p> <p>Hi posem una mica d'aire i el deixem anar. Què passa? Escoltar el soroll que fa quan l'inflem una mica i deixem escapar l'aire lliurement o posant els dits al lloc on s'infla. Comprovem si és el mateix so, què el produeix? Quin és el més llarg? Tot això es va verbalitzant.</p> <p>Anem inflant els globus, fem observar si les qualitats han variat i quines són.</p> <p>Insistim en el so que sentim quan hi passem la mà plana pel damunt, què passa quan hi posem un dit al damunt amb una certa força. Anem verbalitzant el que experimentem. Deixem jugar lliurement els nens una estona i passem a donar consignes:</p>

	<p>— Només es pot tocar el globus amb un dit, amb una mà (l'altra amagada a la butxaca o darrere l'esquena), amb el cap...</p> <p>— Transportem el globus per l'espai: damunt de la mà oberta, damunt del puny, damunt de totes dues mans posades fent una cassola, col·locant el globus damunt del braç i doblegant-lo pel colze...</p> <p>— Asseguts a terra col·loquem el globus entre les cames i les aixequem i baixem sense que s'escapi el globus...</p>
--	---

### ESQUEMA CORPORAL 10

<b>Nom de l'activitat</b>	49. Sessió amb globus (continuació)
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació del propi cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Fem córrer el globus per terra bufant; podem fer curses.</p> <p>Per parelles i agafats per les espatlles, ens desplacem per l'espai al ritme d'una melodia suau, sense que caigui el globus que estarà col·locat al mig deis dos caps de la parella o bé entre les panxes. Posteriorment, es pot intentar amb la parella posada d'esquena a esquena, amb el globus al mig. Aquest joc pot ser eliminatori.</p> <p>Dividim la classe en grups de 5 o 6 nens. Cada grup té només un globus i donem la consigna que el globus no pot tocar a terra. Cada vegada juga un sol equip i la resta observa. Podem controlar el temps que dura cada equip i fem adonar als nens que han de controlar el cop que donen als globus.</p>

### ESQUEMA CORPORAL 11

<b>Nom de l'activitat</b>	50. Barrets.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del cos, moviment i coordinació.

<b>Material</b>	Barrets de paper o qualsevol altre material, cadires.
<b>Descripció</b>	<p>La meitat dels nens estan asseguts en cadires, l'altra meitat es queden drets. Es col·loquen alternats, un de dret i un d'assegut, posats en cercle, si és possible. Els nens que estan asseguts porten el barret posat.</p> <p>Amb la mà dreta, el nen «D» (dret) tren el barret del nen «A» (assegut) de la seva dreta i el posa damunt el cap del nen «A» de l'esquerra, i després en el nen «A» de la dreta.</p> <p>Després, es canvien els nens, els «A» es posen en el lloc dels «D», aquests s'asseuen i els que estan drets comencen el joc.</p>

### ESQUEMA CORPORAL 12

<b>Nom de l'activitat</b>	51. Goma elàstica.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del propi cos i el moviment.
<b>Material</b>	Una tira de goma elàstica, duna llargada lleugerament inferior a la distància dels dos braves en extensió.
<b>Descripció</b>	<p>Extensió lateral d'un braç, amb la mà aguanta la goma elàstica, per un extrem: la mà contrària va a buscar l'altre extrem de la goma (que queda penjant).</p> <p>Lentament i sense flexionar el braç que estava estès, s'estira la goma fins a tenir tots dos braves estesos.</p> <p>S'han de fer els mateixos moviments primer amb una mà i després amb l'altra.</p> <p>Poden fer-ho a la vegada un petit grup de nens.</p>

### ESQUEMA CORPORAL 13

<b>Nom de l'activitat</b>	52. Donar-se les mans.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació i expressió, en diversos llenguatges.

<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es donen les mans plegant els braços per davant del cos. Aconseguida aquesta posició, tenim el punt de partida per a diferents jocs:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Cantar una cançó balancejant-se o bé seguint un ritme amb els peus.</li> <li>— Jocs en els quals hagin de «deixar anar les mans» durant uns moments per fer alguna altra activitat i després se les tornen a agafar.</li> </ul>

#### ESQUEMA CORPORAL 14

<b>Nom de l'activitat</b>	53. La cinta adhesiva.
<b>Objectiu</b>	Distingir en El propi cos. les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement de propi cos.
<b>Material</b>	Mirall, cinta adhesiva de colors
<b>Descripció</b>	<p>El nen assenyala quatre parts simètriques del seu cos. Col·locar una tira al mirall i una altra al cos del nen de manera que aquesta línia divisòria li faci d'eix.</p> <p>Davant el mirall, col·locar parts simètriques del cos: mans, genolls, braves...</p>

#### ESQUEMA CORPORAL 15

<b>Nom de l'activitat</b>	54. Juguem al mirall.
<b>Objectiu</b>	Distingir en el propi cos les parts de la dreta i les de l'esquerra.
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement del propi cos.</p> <p>Assolir progressivament una imatge positiva d'ell mateix.</p>
<b>Material</b>	Mirall
<b>Descripció</b>	El nen davant el mirall de cos sencer, col·loca tres parts del cos de manera asimètrica: braços, espatlles, cames, ulls... Col·loquem la tira adhesiva al mirall i una altra al cos del nen de manera que aquesta línia divisòria li faci d'eix.

<b>Variant 1</b>	Per parts, jugar a imitar-se, fent l'un de mirall, l'altre de nen que es mou.
------------------	---

### ESQUEMA CORPORAL 16

<b>Nom de l'activitat</b>	55. El constructor de ninots.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Adquirir progressivament hàbits d'autonomia en accions quotidianes. Progressar en el coneixement del propi cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>El constructor fa els ninots d'un en un.</p> <p>1. Temes de relaxació controlat: el ninot no està emmotllat, per tant és una massa de goma.</p> <p>El constructor comprova la massa (relax).</p> <p>2. Temps. El constructor posa filferro a la goma (passa per la mà, pels peus, per les cames... fins al cap). Amb el filferro el ninot queda tens (desapareix la postura relaxada). Es comprova la tensió dels músculs.</p> <p>3. Temps. El constructor posa el ninot en la posició que li plau.</p> <p>4. Temps. Es prova si el ninot es mou (tocant el «botó» del cap).</p> <p>5. Temps. Satura el ninot (tocant el cap), que ha de tornar a la posició inicial (memòria de la posició gestual).</p> <p>El joc es pot acabar amb un ball de ninots.</p>

### ESQUEMA CORPORAL 17

<b>Nom de l'activitat</b>	56. Tic-tac
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència. Progressar en el coneixement del propi cos.
<b>Material</b>	El propi cos.



<b>Descripció</b>	<p>Tots són figures mecàniques, però dirigides a distància. Quan el venedor diu «Tic», totes comencen a moure's per l'espai. Quan diu «Tac», totes es queden immòbils instantàniament.</p> <p>Se'ls pot fer verbalitzar la posició (ex. dret, cap mirant enlaire, mà dreta a la cintura, mà esquerra al cap, etc.).</p>
-------------------	---

### ESQUEMA CORPORAL 18

<b>Nom de l'activitat</b>	57. Joan petit quan balla.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement del propi cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	La cançó.
<b>Descripció</b>	El mestre o un nen es posa al mig d'una rotllana i va marcant la consigna de cada part del cos que hem de moure.

### ESQUEMA CORPORAL 19

<b>Nom de l'activitat</b>	58. Oficis
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Observar amb una actitud de curiositat, respecte i participatiu.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Un nen pot fer de presentador i cada nen representarà amb mímica un ofici. Es faran les onomatopeies adients. La resta de nens ho endevinaran.

### ESQUEMA CORPORAL 20

<b>Nom de l'activitat</b>	59. La gallineta cega
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i coordinació.
<b>Material</b>	Un mocador per tapar els ulls.

<b>Descripció</b>	Els nens es posen en rotllana. Un nen es posa al mig amb els ulls tapats i ha de fer el possible per agafar algú i descobrir com pugui qui és. La gent de la rotllana comença a donar voltes i a fer tot el possible per esquivar el nen dels ulls tapats. Quan aquest atrapa algú i endevina qui és, passa al cercle i l'altre al mig de la rotllana amb els ulls tapats i continua el joc.
-------------------	--

### ESQUEMA CORPORAL 21

<b>Nom de l'activitat</b>	60. Metges.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Observar amb una actitud de curiositat, respecte i participatiu. Progressar en el coneixement del propi cos.
<b>Material</b>	Farmaciola (opcional).
<b>Descripció</b>	Un nen fa de metge i va a curar els malalts. Ha d'anar preguntant quina part del cos li fa mal i curar-lo. (Li posa una injecció, li fa una frega...)

### ESQUEMA CORPORAL 22

<b>Nom de l'activitat</b>	61. Vostè sap plantar cols?
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació del propi cos.
<b>Material</b>	Cançó
<b>Descripció</b>	Els nens es posen en rotllana i van rodant mentre canten la cançó. Un nen diu: Com planten les cols a Reus a... (ho fa amb el cos i els altres ho imiten).

### ESQUEMA CORPORAL 23

<b>Nom de l'activitat</b>	62. Som els cavallers
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del propi cos, moviment,

	coordinació.
<b>Material</b>	Cançó
<b>Descripció</b>	Els nens estan situats en rotllana. Mentre es canta la cançó, els nens van rodant i s'aturen quan senten «Atenció cavallers. ...». Miren cap a dins la rotllana i mostren la part esmentada: la mà dreta entra en acció. (El braç esquerre, la mà esquerra...). Continuen altre cop seguint el ritme de la cançó.

#### ESQUEMA CORPORAL 24

<b>Nom de l'activitat</b>	63. Peu polidor.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Observar amb una actitud de curiositat, respecte i participar en les activitats culturals.
<b>Material</b>	Cançó
<b>Descripció</b>	<p>Els nens en rotllana canten la cançó i fan tota la mímica que la cançó indica.</p> <p>Peu polidor de la Margarideta. Peu polidor de la Margarida. Toca-li el peu a la Margarideta. Toca-li el peu a la Margarideta. Peu polidor de la Margarideta. Peu polidor de la Margarideta. Toca-li el cul a la Margarideta. Toca-li el cul a la Margarideta. Peu polidor de la Margarideta. Peu polidor de la Margarideta. Toca-li el nas a la Margarideta. Toca-li el nas a la Margarideta.</p> <p>Tota la cançó es fa en tres posicions: asseguts a terra, agenollats i drets.</p>

#### ESQUEMA CORPORAL 25

<b>Nom de l'activitat</b>	64. La sardana de l'avellana.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Observar amb una actitud de curiositat, respecte i participar en les activitats culturals.
<b>Material</b>	Cançó.
<b>Descripció</b>	Els nens en rotllana canten i fan la mímica de la cantó:

	La sardana de l'avellana pica dempeus i balla de gana.
	La sardana de Ripoll mata la puça i deixa el poll.

### ESQUEMA CORPORAL 26

<b>Nom de l'activitat</b>	65. Picar culs.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment del propi cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens fan una rotllana i el que para volta per fora i ha de picar amb la mà el cul d'algun i sortir corrent. El nen que ha estat picat ha de perseguir-lo, però si el perseguit arriba al lloc que ha quedat buit es salva i para l'altre.
<b>Variant</b>	El nen que ha estat picat no persegueix l'altre, sinó que corre en sentit contrari, per veure qui arriba abans al lloc buit.

### ESQUEMA CORPORAL 27

<b>Nom de l'activitat</b>	66. Passar malalties.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del propi cos i del moviment.
<b>Material</b>	El propi cos..
<b>Descripció</b>	Un nen empaita els altres. Quan toca algú, aquest ha d'empaitar la resta posant-se la mà al lloc on l'han tocat.

### ESQUEMA CORPORAL 28

<b>Nom de l'activitat</b>	67. El joc del rei.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i del moviment.
<b>Material</b>	El propi cos..



<b>Descripció</b>	Els nens es posen en filera. Tots repeteixen els moviments que fa el nen que va al davant de la fila.
<b>Variant 1</b>	El mateix, però quiets: el rei fa una acció, els altres la repeteixen.

### ESQUEMA CORPORAL 29

<b>Nom de l'activitat</b>	68. L' imant.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos i del moviment.
<b>Material</b>	El propi cos..
<b>Descripció</b>	<p>Els nens s'agrupen per parelles. L'un posa el palmell de la mà a un pam de la cara de l'altre, que fa d'imat i, així, faran moure tot el cos del company.</p> <p>Procurar buscar la màxima quantitat de moviments.</p>

### ESQUEMA CORPORAL 30

<b>Nom de l'activitat</b>	69. Toquem la part del cos que jo dic
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del propi cos.
<b>Material</b>	El propi cos..
<b>Descripció</b>	<p>Tocar amb les mans la part del cos que el mestre va dient: la cara, l'orella, el peu...</p> <p>El mateix, però d'un company.</p> <p>El mateix, però dient el nom de la part que toquem. Cal fer servir diferents tons de veu.</p>

### ESQUEMA CORPORAL 31

<b>Nom de l'activitat</b>	70. Joc corporal.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.

<b>Capacitat</b>	Progressar el domini del propi cos i el moviment.
<b>Material</b>	El propi cos..
<b>Descripció</b>	Els nens se situen per parelles. Un nen estirat i l'altre al costat del company i dret. Cada picada de mans és un salt per damunt d'una part del cos del company.
<b>Variant</b>	Donar ordres de la posició que s'ha de prendre en relació a un de la parella (en posició quieta). Ex. a la dreta, a l'esquerra, damunt...

### ESQUEMA CORPORAL 32

<b>Nom de l'activitat</b>	71. El globus.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Globus.
<b>Descripció</b>	Inflar-lo i lligar-lo.  Deixar-lo anar i intentar que no caigui a terra.  Evitar que caigui tocant el globus amb una sola part del cos (anar canviant). Ex. amb el dit, el colze, combinant...

### ESQUEMA CORPORAL 33

<b>Nom de l'activitat</b>	72. Moure el globus.
<b>Objectiu</b>	Diferenciar les parts de l'esquema corporal, global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació i expressió.
<b>Material</b>	Globus
<b>Descripció</b>	Els nens se situen per parelles, un fa de globus i l'altre l'ha d'inflar i fer-lo moure amb grans bufades.

## BLOC DESCOBERTA DE L'ESPAI

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 1

<b>Nom de l'activitat</b>	73. La mòmia.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial al voltant.
<b>Capacitat</b>	Inici del moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats. Coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	Rotlles de paper de cuina o roba llarga.
<b>Descripció</b>	<p>Repartim els nens de la classe en grups de tres. Un dels tres nens fa de mòmia i els altres dos l'emboliquen amb el paper de cuina donant força tords al voltant del nen que emboliquen. Es tracta de que la mòmia quedi ben tapada.</p> <p>Per donar-hi més emoció, es pot fer competitiu: quina mòmia quedarà més aviat embolicada?</p> <p>observacions</p>
<b>Observacions</b>	Convenient comentar aquesta activitat embolicant una determinada part del cos: un braç, el cap, una cama... D'aquesta manera es treballa també l'esquema corporal.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 2

<b>Nom de l'activitat</b>	74. Endevina què hem fet!
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial al voltant.
<b>Capacitat</b>	Inici del moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Objectes diversos.
<b>Descripció</b>	<p>Donem ordres als nens utilitzant el concepte «al voltant». Per exemple: tots agafats de la mà, donem un tomb al voltant de la classe, com si fóssim una serp o una filera d'indis... Podem anar-ho complicant afegint més d'una ordre: per exemple, tots agafats de la mà, donem un tomb al voltant de la classe i, quan passem per davant de la porta, ens ajupim.</p> <p>Fem el mateix tipus d'activitat, però ara donem una ordre «secreta» al nen que va al davant de la filera i aquest la fa complir als companys sense que sàpiguen quina ha estat l'ordre. Finalitzat el recorregut, demanem als nens que expliquin quina ha estat «l'ordre secreta».</p>

<b>Observació</b>	Podem aprofitar per treballar aquest objectiu totes aquelles danses de rotllana que demanen que hi hagi un nen al mig.
-------------------	--

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 3

<b>Nom de l'activitat</b>	75. Botem la pilota
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial al voltant.
<b>Capacitat</b>	Domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Pilotes i cercols.
<b>Descripció</b>	<p>Cada nen, individualment, fa botar una pilota tot caminant al voltant d'un cercol posat a terra. Mentre va fent botar la pilota, li podem fer cantar una cançó. Per exemple: «Quatre pedres hi ha al carrer...» o bé que vagi comptant els bots que fa la pilota.</p> <p>Per variar aquesta activitat, podem utilitzar qualsevol altre objecte.</p>
<b>Observació</b>	És convenient que els nens ja hagin treballat anteriorment el desplaçament fent botar una pilota.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 4

<b>Nom de l'activitat</b>	76. Gradació de nens.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	<p>Observar el medi físic (els companys) amb una actitud de curiositat i respecte.</p> <p>Formar una imatge positiva d'ell mateix i dels altres.</p>
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Fem una fila de quatre o cinc nens. Diem a un nen que els ordeni del més alt al més baix o a l'inrevés, i fem observar i explicar als altres quin és el més alt i el més baix.</p> <p>Un cop ben ordenats els nens, se'n pot canviar un de lloc i demanar a un nen que el col·loqui al lloc que li correspon.</p>
<b>Observació</b>	Es pot començar a treballar aquest concepte per parelles ben



diferenciades.

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 5**

<b>Nom de l'activitat</b>	77. «Alts/Baixos»
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	Progressar en situacions de comunicació per mitjà de diversos llenguatges (instruments).
<b>Material</b>	Dos instruments.
<b>Descripció</b>	L'objectiu d'aquesta activitat serà la de fer-nos el màxim d'alts o de baixos. Podem motivar els nens de la següent manera: ens bevem una beguda màgica: «Alts», que ens fa créixer quan sona un determinat instrument. Per contrarestar l'efecte dels l'«Alts», ens hem de beure una altra beguda màgica: «Baixos», que ens fa encongir quan sona l'altre instrument..

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 6**

<b>Nom de l'activitat</b>	78. Com ho fas?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat, natural i físic, amb una actitud de curiositat i respecte i participar.
<b>Material</b>	El propi cos
<b>Descripció</b>	<p>Representem amb un mínim d'accions que facin referència al concepte alt/baix:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Agafar o col·locar un objecte molt alt o molt baix.</li> <li>-Asseure's en una cadira molt alta o molt baixa.</li> <li>-Passar sota una barrera molt baixa.</li> <li>- Franquejar una barrera molt alta.</li> <li>-Mirar un objecte molt baix (formiga...).</li> <li>-Mirar un objecte molt alt (avió...).</li> </ul>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 7

<b>Nom de l'activitat</b>	79. Punxem globus.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Globus i punxó o una cosa semblant.
<b>Descripció</b>	<p>Un nen puja dalt d'una taula aguantant el globus tan alt com pot. Els nens, amb el punxó a la mà, han de saltar ben alt per punxar el globus.</p> <p>Aquest mateix tipus d'activitat es pot fer amb un mocador... Qui salta tan alt que em pot prendre el mocador?</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 8

<b>Nom de l'activitat</b>	80. Com salto!
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos, en el moviment i la coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Goma de saltar.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens fan salts alts/baixos per damunt de la goma. Els salts, els podem fer de diferents tipus: amb impuls, sense impuls, amb els peus junts, mirant endavant, de costat. Es pot iniciar un joc de saltar per parches. Es posa la goma elàstica seguint aquest ordre de dificultat: turmell, panxells, genoll, cuixa, malucs, cintura, aixelles...</p> <p>Observació: es treballa el concepte alt/baix en la posició de la goma, i també amb els salts.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 9

<b>Nom de l'activitat</b>	81. Llenço la pilota molt alta.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	Progressar i dominar en el cos, en el moviment i la

	coordinació, tot adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Pilotes.
<b>Descripció</b>	<p>Un nen llença la pilota ben alta i, quan aquesta ha arribat al punt més alt, tots els nens donen un cop amb totes dues mans. Han d'estar molt atents perquè la trajectòria de la pilota és molt ràpida.</p> <p>Cada nen amb una pilota. La tira ben alta i, amb totes dues mans, donem un cop abans de tornar a recollir la pilota.</p> <p>Les accions es poden anar canviant cada vegada mentre tirem la pilota a l'aire: girar-se sobre si mateix, picar de mans davant i darrere, ajupir-se, mans a la cintura i picar de mans... Fer-los veure que, com més alta llencin la pilota, més temps tindran per realitzar accions entremig.</p>

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 10

<b>Nom de l'activitat</b>	82. Jo tinc una pilota.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial alt/baix.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Cada nen amb una pilota. L'iniciem amb el joc de botar: botar suaument (baix) i botar fort (alt).</p> <p>Posteriorment, es pot presentar la cançó i botar la pilota simultàniament:</p> <p>"jo tinc una pilota que bóta bóta bóta però jo sóc petiteta, però jo sóc petiteta. Jo tinc una pilota que bóta bóta bóta pera jo sóc petiteta i no puc fer-hi res".</p>

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 11

<b>Nom de l'activitat</b>	83. Experimento amb la respiració.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el domini del seu cos
<b>Material</b>	El propi cos.

<b>Descripció</b>	<p>Els nens se situen per parelles. Descubrim el diferent gruix del cos quan inspirem i quan expirem. Els nens es posen una mà a l'esquena i l'altra damunt del pit i comproven diverses vegades com s'infla.</p> <p>També podem fer aguantar un moment els pulmons plens d'aire (gruixut) i buits (prim).</p> <p>Observació: amb aquesta activitat, també treballem la respiració.</p>
-------------------	---

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 12

<b>Nom de l'activitat</b>	84. Què tinc jo, que sigui prim o gruixut?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del propi cos. Pensar, crear i elaborar comparacions.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens, asseguts en rotllana i col·lectivament, busquen membres gruixuts i prim del propi cos. Els comparen entre ells: dits de la mà, del peu, cames, cuixes, braços...</p> <p>1. A l'hora de verbalitzar els conceptes, s'han d'utilitzar termes de comparació: més que, menys que, igual que... tant com...</p> <p>2. Fer una classificació de les parts del cos de diferents nens.</p> <p>a. comparant les mateixes parts del cos de diferents nens.</p> <p>b. comparant, globalment, les pròpies parts del cos.</p> <p>c. contraposant les diferents parts del cos.</p> <p>Aquest exercici es pot fer passar al paper.</p>
<b>Observació</b>	També treballem l'esquema corporal.

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 13

<b>Nom de l'activitat</b>	85. Els cocodrils
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació.

	Pensar, crear i elaborar explicacions.
<b>Material</b>	Mocadors.
<b>Descripció</b>	Dibuixem a terra un riu amb trams més amples i amb d'altres més estrets. Dins el riu, hi ha cocodrils que tenen molta gana (cinc o sis nens). La resta de nens són mones que tenen una cua molt llarga (mocador) i que salten d'una banda a l'altra del riu. Els cocodrils intenten estirar la cua de les mones quan salten i les mones ja no poden saltar quan es queden sense cua. Quan acaba el joc, preguntem als nens per on ha estat més difícil o més fàcil defensar-se dels cocodrils (referència: l'ample o l'estret).

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 14

<b>Nom de l'activitat</b>	86. Com posaré el guix?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	Actuar actitud de curiositat, respecte i participació.
<b>Material</b>	Guix i pissarra.
<b>Descripció</b>	Donar un guix als nens i fer-los observar les possibilitats que tenim de fer ratllades a la pissarra: gruixudes (posant-ho horitzontal) i primes (posant el guix vertical). Fer veure que, com més llarg és el guix, més gruixuda quedarà la ratlla.

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 15

<b>Nom de l'activitat</b>	87. Com és això, gruixut o prim?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat i físic amb una actitud de curiositat.
<b>Material</b>	Ulleres de tancar els ulls, objectes de la classe o, preferentment, material Montessori.
<b>Descripció</b>	<p>Tapem els ulls a un nen i li fem agafar un objecte. Ell, després de palpar-lo, haurà de dir si és gruixut o prim.</p> <p>És interessant realitzar aquesta activitat utilitzant cada cop dos objectes de manera que s'estableixi una comparació entre ells del tipus «Quin és el gruixut?, Quin és el prim?» Quan el nen ha</p>

	respost amb els ulls tapats, farem que ho comprovi destapant-li els ulls. Els nens estan asseguts a terra i fan el joc individualment.
--	--

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 16

<b>Nom de l'activitat</b>	88. Què es pot aprimar?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	<p>Observar i explorar l'entorn immediat, natural i físic, amb una actitud de curiositat, respecte i participació.</p> <p>Adquirir progressivament hàbits bàsics d'autonomia en accions quotidianes amb objectes coneguts.</p>
<b>Material</b>	Mirar la llista de la descripció, segons convingui.
<b>Descripció</b>	<p>Es tracta de fer descobrir als nens que hi ha coses que conserven la quantitat, però poden variar de forma (aprimar-se). Cal aquí que descobreixin que no tots els materials que es poden aprimar poden després recuperar la posició primitiva (per exemple, xiclet).</p> <p>Material que no varia mai: goma d'esborrar, llapis...</p> <p>Varia: plastilina, xiclet, fang, «blondy blue», goma elàstica...</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 17

<b>Nom de l'activitat</b>	89. El circuit ample o estret.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial ample/estret.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació i expressió ajustada per mitjà dels diversos llenguatges (consigna).
<b>Material</b>	Tacs i bancs o bé país (material LADO).
<b>Descripció</b>	<p>Preparem un circuit amb trams més amples i d'altres estrets.</p> <p>El grup classe passa pel circuit de diferents maneres segons la consigna del mestre. Quan sentin el senyal, els nens han de situar-se a la part ampla del circuit o a l'estreta. Els que no hi caben queden eliminats.</p> <p>Quan s'hi ha jugat diverses vegades, es poden substituir les ordres d'ample/estret per símbols fets amb cartolina.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 18

<b>Nom de l'activitat</b>	90. Les carreteres del nostre cos
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del propi cos.
<b>Material</b>	Cotxets.
<b>Descripció</b>	<p>Donem a cada nen un cotxet petit i els diem que el nostre cos s'ha convertit en una carretera i que ens podem fer passar el cotxe per tot el cos. Així, aprofitarem les corbes, pujades, baixades, rectes..., del nostre cos i el farem circular per davant de la cama, darrere del cap...; quan hagin experimentat una estona, els podem fer verbalitzar.</p> <p>Després farem el recorregut en el cos d'un company.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 19

<b>Nom de l'activitat</b>	91. Ombres xineses.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment adonant-se de les seves possibilitats.
<b>Material</b>	Un llençol o paret blanca, un focus i música.
<b>Descripció</b>	<p>Intentarem que l'habitació quedi el màxim de fosca possible i posarem un focus que il·lumini la paret.</p> <p>Direm als nens que es moguin al ritme de la música per tot l'espai. Quan acabem la sessió, podem comentar les coses que poden haver observat. Per exemple: que per poder fer ombres s'han de col·locar entre la llum i la paret, que si es posen darrere de la llum no es fan ombres.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 20

<b>Nom de l'activitat</b>	92. Joc del tren.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.
<b>Material</b>	Cintes dels colors de la taula.



<b>Descripció</b>	Establim un recorregut per la classe amb túnels, muntanyes...Cada grup de nens serà un vagó i anirà dins de la cinta del color que els pertoca. Quan el nen arribi a una estació, canviaran els vagons de lloc, segons les ordres. Per exemple: «El vagó verd anirà davant del groc. El vermell entre el taronja i el blau...».
-------------------	---

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 21

<b>Nom de l'activitat</b>	93. Vols ballar?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació i expressió i situacions de comunicació habituals per mitjà dels diversos llenguatges.  Pensar, crear i elaborar explicacions.
<b>Material</b>	Música.
<b>Descripció</b>	<p>Per motivar aquesta activitat, posem una música tipus polka, far west, i diem als nens que es posin per parelles i els donem un distintiu, ex.: cintes de colors, gomets... com a punt de referència per saber qui s'ha de moure.</p> <p>El mestre els explica com es ballava aquest tipus de dansa i ensenya o suggereix el pas.</p> <p>Mentre van dansant al ritme de la música, el mestre va donant les consignes: davant de, darrera de... i es van canviant de posició sense parar de ballar. En acabar l'activitat, els podem demanar que l'expliquin.</p>
<b>Variant 1</b>	Podem fer el mateix, però en comptes de desplaçar-nos per l'espai podem dir que ho facin sense moure's del lloc, però sí que poden moure el cos asseguts, estirats, al ritme de la música...
<b>Variant 2</b>	Podem jugar a estàtues: després de cada postura els fem explicar la posició respecte del company



## DESCOBERTA DE L'ESPAI 22

<b>Nom de l'activitat</b>	94. Puc seure?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació per mitjà dels diversos llenguatges.
<b>Material</b>	Objectes orientats (cadira).
<b>Descripció</b>	<p>Posarem una filera de cadires, totes orientades cap al mateix lloc. Els nens es col·locaran al voltant de les cadires, el mestre anirà tocant el timbal, i quan doni un cop fort, els nens que estiguin davant de la cadira podran seure, els que estiguin darrere no ho podran fer.</p> <p>Si veiem que això ja ho comprenen, els podem posar les cadires alternades.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 23

<b>Nom de l'activitat</b>	95. Les cases.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Adquirir progressivament hàbits bàsics d'autonomia en accions quotidianes, per actuar amb seguretat i eficàcia.
<b>Material</b>	Objectes no orientats (mocador, full de paper de diari).
<b>Descripció</b>	<p>Posarem els mocadors a terra i direm als nens que cada mocador és una casa. Perquè tots tinguem un punt de referència, ens posarem tots mirant cap a un punt concret. Llavors els direm que la porta és a la part del punt que hem donat com a referència i que l'altre costat és al darrere.</p> <p>El mestre va donant consignes. Es posen davant de la casa, darrere de la casa.</p> <p>També els podem dir que anem a passejar, els nens es desplacen lliurement per l'espai, i quan el mestre dóna la consigna davant de/darrere de, els nens es posen davant o darrere de la casa que tinguin més a prop.</p>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 24**

<b>Nom de l'activitat</b>	96. Davant/darrera de...
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial davant de/darrere de/entre.
<b>Capacitat</b>	Adquirir progressivament hàbits bàsics d' autonomia en accions quotidianes, per actuar amb seguretat i eficàcia.
<b>Material</b>	Ceres o gomets i foli.
<b>Descripció</b>	<p>Aquesta activitat, la podem fer de diverses maneres. Donem un foli a cada nen. Aquest full pot ser blanc o també hi podem dibuixar una figura humana, paisatge... igual per les dues cares. A la cara del davant hi podem posar el nom per tenir un punt de referència.</p> <p>El mestre va dient:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Poseu un gomet blau al sol del davant.</li> <li>○ Poseu un gomet vermell al sol del darrere.</li> <li>○ Poseu un gomet verd a l'arbre del davant.</li> </ul>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 25**

<b>Nom de l'activitat</b>	95. Ens amaguem amb un llençol
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment.
<b>Material</b>	Un llençol gran.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es posen en petit grup o gran grup, segons la mida del llençol.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Els nens s'amaguen sota del llençol i diuen on s'han posat.</li> <li>2. Es desplacen per l'espai sota del llençol.</li> <li>3. Arrossegueu un company per l'espai sobre el llençol. Es poden fer totes aquestes activitats amb altres materials: coixins, tacs, mocadors... Variem el nombre de participants: individualment, per parelles, petit grup...</li> </ol>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 26

<b>Nom de l'activitat</b>	96. La croqueta.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Comunicació per mitjà dels diversos llenguatges. Conviure en la diversitat avançant en la relació amb els altres. Progressar en la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens per parelles fan la «croqueta» —estirats a terra s'abracen i van rodolant per terra. En sentir un senyal, pararan de rodar i han de dir si es troben sobre o sota del company.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 27

<b>Nom de l'activitat</b>	97. Joc de la nina.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la coordinació. Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens es posen per parelles. L'un fa de nen i l'altre fa de nina. Han de buscar diferents maneres de passar per sobre i per sota de la nina. El que fa de nen està immòbil i es deixa manipular per l'altre. Després, s'intercanvien els papers de la parella.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 28

<b>Nom de l'activitat</b>	98. Ara posem sota o sobre...
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Treballem l'objectiu sobre/sota en relació a un mateix. El mestre dóna les ordres. Mans al cap, dit sota la cuixa, mans al cul... És millor que els nens estiguin asseguts.  Nota: el mateix exercici, el podem complicar fent-lo per parelles. Quan ja hi haguem jugat unes quantes vegades, podem demanar

	a un nen que vagi donant les ordres als companys.
<b>Observació</b>	En aquesta activitat, es treballa molt l'esquema corporal.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 29

<b>Nom de l'activitat</b>	99. La pilota passa pel túnel.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilota.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens/es posen en fila amb les cames obertes i han de fer passar la pilota per sota les cames i després per sobre el cap, sense que caigui a terra.</p> <p>Podem fer l'exercici tipus competició fent dues fileres de nens i, quan el primer ha passat la pilota, passa a ser l'últim de la fila. Guanyarà la filera que primer quedi igual que al començament del joc.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 30

<b>Nom de l'activitat</b>	100. El pont.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la coordinació.
<b>Material</b>	Tamboret, banc i taula.
<b>Descripció</b>	Els nens han de passar per sobre o sota d'un tamboret, banc, taula... Se'ls pot dir com a motivació que quan passen per sobre, passen per dalt d'un pont i que quan passen per sota, passen per dins de l'aigua.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 31

<b>Nom de l'activitat</b>	101. La torre de colors
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord amb unes pautes.

	Pensar i crear explicacions.
<b>Material</b>	Cubs de colors de construcció Asco i tacs de colors.
<b>Descripció</b>	Fer una torre i anar tenint en compte les ordres: «Col·locar els taronja sobre els grocs, posar els verds sota els blaus...» Posteriorment, es pot demanar als nens que ho expliquin.
<b>Variant</b>	podem repartir els cubs per colors i fer corres- pondre cada color a un equip de nens que estaran distribuïts als quatre cantons. Quan el mestre doni l'ordre, els component de cada equip hauran d'estar ben alerta per tal de posar al mig el color demanat per muntar la torre.

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 32

<b>Nom de l'activitat</b>	102. Piquem damunt o sota.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial sobre/damunt/sota.
<b>Capacitat</b>	Comunicació per mitjà dels diversos llenguatges.  Domini del seu cos.
<b>Material</b>	Taula, cadires i instruments musicals.
<b>Descripció</b>	Es donen consignes: mans sobre/sota de la taula.  1. Es pot complicar substituint les consignes verbals per diferents estímuls sonors. Per exemple, quan toqui el pandero, mans a..., quan toqui la caixa xinesa, mans a...  2. Complicar-ho afegint més d'un element on podem reflectir la noció que treballem. Per exemple: fer-ho a la taula i a la cadira..  3. Fer una lectura simbòlica a la pissarra:  Aquesta lectura simbòlica, la podem realitzar individualment o col·lectivament.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 33

<b>Nom de l'activitat</b>	103. Parts del cos que tinc lluny o a prop de...
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial: lluny/prop.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens se situen lliurement per l'espai asseguts a terra. Repassarem globalment les parts del cos: mà, peu, cama, dit gros...</p> <p>1. Buscarem parts del cos que estan lluny l'una de l'altra. Ex. el nas del peu, les orelles dels genolls...</p> <p>2. Buscarem parts del cos que estan a prop l'una de l'altra. Ex. el nas dels ulls, un ull de l'altre...</p> <p>3. Després de fer-ho tots junts, un nen serà qui donarà les consignes que només haurà d'executar un sol company.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 34

<b>Nom de l'activitat</b>	104. El rei mana.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial lluny/prop.
<b>Capacitat</b>	Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència que el portin cap a una autonomia personal, cap a la col·laboració amb el grup i cap a la integració social.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Un nen fa de rei i es posa al mig de la classe. Els companys fan una rotllana. El rei dóna consignes que s'han de complir: «El rei mana que tothom es posi dret lluny del tron».</p> <p>El rei mana:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— que tots fem ganyotes prop del tron;</li> <li>— que tots ballem a peu coix lluny del tron;</li> <li>— que piquem tots de mans prop del tron;</li> <li>— que cantin tots una cançó prop del tron...</li> </ul> <p>El rei dóna el seu tron a un altre company, que serà el rei.</p>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 35**

<b>Nom de l'activitat</b>	105. Qui tira la pilota més lluny?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial lluny/prop.
<b>Capacitat</b>	Adonar-se de les seves capacitats alhora de tirar una pilota més lluny o més aprop.
<b>Material</b>	Papers de diari i guix.
<b>Descripció</b>	Cada nen, amb un full de diari, fa una pilota. Es col·loquen tots en línia recta i juguem a veure qui tira la pilota més lluny. Podem fer una marca a terra, amb guix, per orientar-nos una mica.

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 36**

<b>Nom de l'activitat</b>	106. Segueix la fletxa
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial lluny/prop.
<b>Capacitat</b>	Domini del seu cos i del moviment. Comunicació per mitjà dels diversos llenguatges (consigna).
<b>Material</b>	Fletxes grans fetes sobre cartolina.
<b>Descripció</b>	Situem les fletxes per l'espai de manera que assenyalin clarament un recorregut.  Els nens realitzen el recorregut i el mestre dona la consigna: «tots al senyal que tenim més a prop» o «tots ben lluny d'un senyal». Ho anirà alternant.  Els nens poden fer el circuit: caminant, corrent, gatejant, saltant, reptant...

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 37**

<b>Nom de l'activitat</b>	107. Fred, calent.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial lluny/prop.
<b>Capacitat</b>	Pensar i elaborar explicacions.
<b>Material</b>	Qualsevol objecte petit. Ex: pilota de tennis...
<b>Descripció</b>	S'ha de procurar que el lloc on realitzem l'activitat sigui un espai ben delimitat i on no hi hagi llocs o objectes per poder amagar la

	<p>pilota de tennis.</p> <p>El joc consisteix en trobar amb l'ajut dels seus companys l'objecte que hem amagat.</p> <p>Mentre un nen amaga l'objecte, el qui l'ha de buscar surt a fora a «menjar mosques».</p> <p>Un cop amagar l'objecte, el nen que ha sortit a «menjar mosques» comença a desplaçar-se per l'espai i tots els nens van indicant fred o calent, segons que l'objecte amagar estigui a prop o lluny.</p>
--	--

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 38

<b>Nom de l'activitat</b>	108. Junts o separats?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial junt/separat.
<b>Capacitat</b>	Domini del seu cos i del moviment. Comunicació per mitjà dels diversos llenguatges (instruments).
<b>Material</b>	Instruments musicals.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens se situen lliurement per l'espai.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>El mestre dóna les consignes: <ul style="list-style-type: none"> <li>Poseu els peus junts/separats.</li> <li>Poseu les mans juntes/separades.</li> <li>Poseu les cames juntes/separades.</li> </ul> </li> <li>Quan el mestre toca la caixa xinesa, ajuntem qualsevol part del cos. Quan toca el triangle, les separem. Ho fa alternativament.</li> <li>Cada nen està molt arrupit en ell mateix. Un nen, que fa de fada, el toca i comença a aixecar-se separant ben bé totes les parts del cos.</li> <li>Per parelles, els nens han de trobar maneres de fer moviments. Preguntar si estan molt junts o separats.</li> </ol>



<b>DESCOBERTA DE L'ESPAI 39</b>	
<b>Nom de l'activitat</b>	109. Les oques van descalces.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial junt/separat.
<b>Capacitat</b>	Domini del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es col·loquen en rotllana, el mestre va indicant a cada nen alternadament: ànec o bé oca.</p> <p>Se'ls ensenya la cançó:</p> <p>Les oques van descalces, descalces, descalces (bis).</p> <p>I els ànecs també (bis).</p> <p>Quan diem la primera frase de la cançó, els que fan d'oques s'agafen la bata per baix i avancen cap al mig de la rotllana i després tornen al seu lloc. Quan diem la segona frase, els que fan d'ànecs es posen les mans al darrere i avancen fent el mateix que han fet abans les oques.</p>
<b>Variant</b>	Es pot fer el mateix, però exagerant els moviments. Ex. les oques avancen fent tisora amb les cames, i els ànecs posant-se les mans sota les aixelles i movent-les com si fossin ales.

<b>DESCOBERTA DE L'ESPAI 40</b>	
<b>Nom de l'activitat</b>	110. Què tinc igual?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement del seu cos.
<b>Material</b>	Corda.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es posen una corda que va de cap a peus passant per l'eix del cos. Després, es despullen i l'adult els pinta una ratlla de dalt a baix. S'observa per on passa l'eix central, i que a cada banda hi ha dos costats iguals.</p> <p>S'enganxen gomets a cada una de les parts simètriques del cos. Per fer-ho per darrere ho fan per parelles.</p>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 41**

<b>Nom de l'activitat</b>	111. Línia imaginària.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Un cop el nen ha descobert, en exercicis anteriors, la simetria del propi cos, s'imaginarà una ratlla o línia que divideix el seu cos en dues parts iguals. Llavors se li demanarà que es col·loqui en postures simètriques d'una i altra banda del cos.</p> <p>Proposar postures i que el nen digui si són simètriques o no respecte de l'eix central del cos.</p>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 42**

<b>Nom de l'activitat</b>	112. Com ens hem quedat?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	Melodia alegre i, si es vol, un mirall.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es mouen lliurement per l'espai i quan es para la música s'han de quedar immòbils. Entre tots, observarem que hi ha alguns nens que s'han quedat en postures simètriques i altres asimètriques.</p> <p>Quan s'hagi realitzat l'exercici unes quantes vegades, es pot demanar a un nen que expliqui les postures dels altres.</p>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 43**

<b>Nom de l'activitat</b>	113. Fem-ho simètric.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens es col·loquen asseguts a terra o estirats (pot ser de panxa a terra, o bé d'esquena). Llavors buscaran diverses postures simètriques amb els membres inferiors mantenint el

	contacte amb el terra o aixecant-los o replegant-los de forma igual. Fer descobrir les possibles posicions simètriques de les espatlles, del cap...
--	---

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 44

<b>Nom de l'activitat</b>	114. Et vols moure igual que jo?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	Música.
<b>Descripció</b>	Els nens, per parelles, es col·loquen als costats de la classe sense posar-se en contacte entre ells i comencen a caminar seguint un ritme musical; quan es para la música és el senyal perquè els nens de la parella es col·loquin simètricament l'un davant de l'altre. Posem la música dos cops més i els nens segueixen el ritme i un cop parada, es col·loquen simètricament l'un al costat de l'altre i després d'esquena.

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 45

<b>Nom de l'activitat</b>	115. L'escultor i l'estàtua
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Un nen adopta una postura asimètrica.. L'altre, després d'haver-la observat atentament, ha de moure amb suavitat les parts del cos del company fins a col·locar-les en perfecta simetria.  Es pot complicar fent-ho amb diferents postures, estirats a terra, asseguts amb objectes...

#### DESCOBERTA DE L'ESPAI 46

<b>Nom de l'activitat</b>	116. Fem estructures.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos.

<b>Material</b>	Cercles, cordes, pilotes, bastons...
<b>Descripció</b>	Se'ls demana que construeixin, entorn d'una ratlla feta a terra, veritables estructures en les quals els elements es corresponguin exactament en la forma, en la proporció i en l'ordre. Aquesta activitat es pot fer tant a nivell individual com col·lectiu, repartint els objectes entre els nens de la classe. El nombre d'objectes pot ser senar o parell.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 47

<b>Nom de l'activitat</b>	117. Busquem l'eix de simetria.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat i físic, amb una actitud de curiositat.
<b>Material</b>	Objectes de la classe.
<b>Descripció</b>	Busquem coses de la classe que siguin simètriques o no: pilotes, taules... El mestre fa observar on tenen l'eix de simetria i que si el canviem llavors no són simètrics, p. ex: cadira, tassa; n'hi ha d'altres, en canvi, que sempre són simètrics, p. ex. pilota...

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 48

<b>Nom de l'activitat</b>	118. Ha quedat igual?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat i físic, amb una actitud de curiositat.
<b>Material</b>	Objectes de la classe.
<b>Descripció</b>	Es demana als nens que col·loquin dos objectes iguals de manera simètrica respecte d'una ratlla feta a terra. Per exemple, col·loquem una pilota, una cadira, tacs, ceres... a un costat de la ratlla i demanem a un nen: posa-la igual, posa-la a l'altre costat de la ratlla...

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 49

<b>Nom de l'activitat</b>	119. L'escultor cec.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial eix central i simetria del cos.
<b>Capacitat</b>	Observar i explorar l'entorn immediat, natural i físic.
<b>Material</b>	Unes ulleres que tapin els ulls.
<b>Descripció</b>	Col·loquem un nen d'estàtua en una postura clara i sense complicacions, p. e. peus junts i braços plegats. Un altre amb els ulls tapats haurà de descobrir com està posat i reproduir-ho després d'haver-lo tocat bé.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 50

<b>Nom de l'activitat</b>	120. El mirall.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial dreta/esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>El joc consisteix a imitar, com un miren, els gests del mestre. Aquests moviments poden tenir un significat (fer veure que es pentina, que crida algú...) o simplement moviments sense sentit.</p> <p>Al començament és millor fer imitar moviments senzills i més endavant accions que després les han d'explicar verbalment. Un exercici posterior seria fer-ho per parelles: primer sense moure's de lloc i després amb desplaçament per l'espai.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 51

<b>Nom de l'activitat</b>	121. Lliguem-nos els peus.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial dreta/esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Corda.
<b>Descripció</b>	Els nens per parelles es desplacen amb dos peus lligats. Han de coordinar-se bé per no caure.

	Podem fer curses amb diverses parelles i eliminar els que cauen. Una altra activitat possible és d'anar desplaçant-se per l'espai seguint unes ordres que poden ser donades pel mestre o per un nen, per exemple: «Ara caminem cap endavant/enrere, cap a la font...»
--	---

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 52

<b>Nom de l'activitat</b>	122. Mar, terra.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial dreta/esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Una ratlla al terra.
<b>Descripció</b>	<p>Es fa una ratlla a terra, una banda de la ratlla és el mar (dreta) i l'altra la terra (esquerra), no val a trepitjar la línia divisòria. Els nens salten amb els peus junts a una banda o l'altra segons l'ordre que reben de qui dirigeix el joc.</p> <p>Les ordres es donen cada cop més ràpidament i podem fer-ho eliminadori.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 53

<b>Nom de l'activitat</b>	123. Ara es mou el marcià dret/esquerra.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial dreta/esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Música alegre.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens s'estiren a terra i al compàs de la música han de moure la cama i el braç dret i després la cama i el braç esquerre, segons la consigna del mestre. Se'ls pot posar un distintiu a una de les parts per ajudar a identificar el que és demana, p. e. un gomet al puny esquerre.</p> <p>Es poden posar els nens per parelles i de dos nens fer-ne un marcià. Es van donant ordres als marciàns que impliquin un treball de dreta/esquerra, per exemple el marcià es rasca la panxa amb la mà dreta...</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 54

<b>Nom de l'activitat</b>	124. Enganxem gomets.
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial dreta/esquerra.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Gomets.
<b>Descripció</b>	Els nens s'enganxen gomets a la part dreta/esquerra del cos. Exercicis de posar la mà dreta a la cama dreta, i el mateix amb l'esquerra. Quan ja es domina dreta/esquerra es pot fer l'encreuament mà dreta/cama esquerra.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 55

<b>Nom de l'activitat</b>	125. Els colors del mar.
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des del endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Música.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es distribueixen en l'espai formant 3 grups. Agafen el nom dels colors del mar: blanc, blau, verd. El mestre es posa davant i tots els grups "se situen mirant-lo". Amb una música adient, el mestre dóna el senyal de començar a caminar endavant i després enrere a un grup determinat. Els altres estan quiets. Després, farà el mateix cada un dels altres grups.</p> <p>El mestre fa caminar els nens alternant els grups, sempre donant la consigna de comentar i acabar. També anirà variant la pulsació: a poc a poc, normal, de pressa, molt de pressa.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 56

<b>Nom de l'activitat</b>	126. Foc i mar.
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Música.
<b>Descripció</b>	<p>1. Els nens se situen a l'espai en dos grups cara a cara. Quan el mestre dóna la consigna, el grup vermell (foc) camina endavant inspirant i, després, enrere expirant. Després ho fa l'equip blau (mar). El mestre ho va alternant.</p> <p>2. Els nens se situen lliurement a l'espai i el mestre dóna consignes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar endavant com un gegant.</li> <li>— Caminar enrere com una puga.</li> <li>— Córrer endavant com un ciclista.</li> <li>— Córrer enrere com un camió.</li> <li>---Caminar endavant com un senyor molt gras.</li> <li>— Caminar enrere com un senyor molt prim...</li> </ul>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 57

<b>Nom de l'activitat</b>	127. No caiguis!
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens són al pati, el mestre marca una ratlla a terra. Els nens se situen sobre la ratlla i caminen enrere sense girar el cap, fans a un punt determinat prèviament.</p> <p>És opcional si el joc es realitza de forma competitiva.</p>



## DESCOBERTA DE L'ESPAI 58

<b>Nom de l'activitat</b>	128. El tren de l'escola.
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cordes, caixa xinesa i flauta.
<b>Descripció</b>	<p>1. Fem un circuit posant cordes de diferents colors i llargades a terra. Els nens s'agafen per la cintura fent un tren. El tren corre per sobre les cordes endavant. El tren s'equivoca de trajecte i ha de córrer enrere.</p> <p>El tren pot fer el trajecte a diferents velocitats.</p> <p>2. Després de l'activitat col•lectiva, ho pot fer cada nen individualment dient si fa el recorregut endavant o enrere.</p> <p>3. També poden desplaçar-se segons la consigna del mestre: flauta = endavant, caixa xinesa = enrere. Els nens fan l'onomatopeia adient del tren.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 59

<b>Nom de l'activitat</b>	129. Els cotxes de xoc.
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Timbal i maraca.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens se situen lliurement a l'espai amb els braços plegats per damunt del pit. Quan sona el timbal, els cotxes es desplacen endavant, quan el mestre toca les maraques, els cotxes corren enrere. La pulsació es pot tornar successivament més ràpida.</p> <p>És previsible que els cotxes xoquin.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 60

<b>Nom de l'activitat</b>	130. Granotes, a saltar!
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>El mestre dibuixa un cercle gran a terra i els nens s'hi posen damunt amb els peus junts. El mestre dóna la consigna: Salteu endavant!</p> <p>Salteu enrere!</p> <p>Ho han de fer sense caure a terra, mantenint l'equilibri i sense girar el cap quan s'ha de saltar enrere.</p> <p>La motivació pot ser que som una classe de granotes que fan gimnàstica. Es pot complicar dient que els salts siguin cada cop més llargs. Després podem fer explicar als nens quin és el que els costa més, saltar endavant o enrere.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 61

<b>Nom de l'activitat</b>	131. Puntegem!
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Melodia adient.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens se situen drets en filera. Les mans a la cintura i recolzats a terra només amb un peu, amb l'altre puntegen.</p> <p>Es comenta a puntejar endavant, enrere, seguint una melodia o la consigna del mestre (endavant, enrere).</p> <p>Després podem fer un ritme de tres temps:</p> <p>endavant, de costat, enrere. endavant, enrere, de costat. enrere, endavant, de costat...</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 62

<b>Nom de l'activitat</b>	132. Les ordres.
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap al fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan asseguts a terra. Cada nen executarà una ordre que diu el mestre o bé un nen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Vés cap a la porta i obre-la.</li> <li>— Vés fins a la pissarra i fes una rodona...</li> </ul> <p>Després s'ha de fer una estona de verbalització per comprovar si els nens ja han copsat la diferència entre els conceptes «anar cap a» i «anar fins a».</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 63

<b>Nom de l'activitat</b>	133. Les estacions del tren.
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Gomets o mocadors, cartell.
<b>Descripció</b>	<p>Distribuïm els nens en dos trens, el blau i el vermell. Podem posar distintius (gomets, mocadors blau/vermells...). A l'espai, hi ha tres estacions, que podem fer amb cadires i on hi ha un rètol que diu: Valls, Tarragona, Reus.</p> <p>El tren blau va de l'estació de Valls fins a la de Tarragona.</p> <p>El tren vermell va de l'estació de Tarragona cap a la de Valls. Hem de fer notar als nens que el concepte «cap a» és més relatiu que el «fins a».</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 64

<b>Nom de l'activitat</b>	134. Tirar la pilota des de... fins a...
<b>Objectiu</b>	Direcció desplaçaments: cap a/fins a/des de/endavant/enrere.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilota.
<b>Descripció</b>	<p>1. Cada nen té una pilota. Col·lectivament executen la consigna del mestre.</p> <p>Tireu la pilota des dels peus fins al sostre.</p> <p>Tireu la pilota des de la porta fins allà on sóc jo.</p> <p>Tireu la pilota des d'aquesta ratlla fins a la paperera.</p> <p>2. Individualment, cada nen tirarà la pilota executant l'ordre que ell prèviament ha pensat i ha dit en veu alta. La resta de nens estaran asseguts i observaran el company.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 65

<b>Nom de l'activitat</b>	135. La meva amiga, la marieta.
<b>Objectiu</b>	Situació relativa respecte de l'objecte: davant i darrere de/ per sobre de/per sota de.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Una marieta de cartolina que se la pot haver fet cada nen.
<b>Descripció</b>	<p>Podem fer servir de motivació el conte de la Tina i el Ton: «On és la marieta?». Un cop recordat el conte, cada nen es posa a jugar amb la seva marieta lliurement i, al cap d'una estona, comencem a dirigir el joc. La marieta, la fem passar per damunt de... o per sota de... les parts del cos que vulguem. Més tard, pot ésser un nen el que marqui el recorregut.</p> <p>Una altra alternativa possible pot ésser que un nen fa el recorregut de la marieta i l'altre l'explica.</p> <p>Una altra possibilitat és que un nen es col·loqui la marieta en una part del seu cos i un altre nen expliqui on és.</p>

	Les diverses alternatives, és convenient que es realitzin també de forma individual per tal que el mestre pugui portar un control de la interiorització del concepte.
--	---

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 66

<b>Nom de l'activitat</b>	136. Per on em deixes passar?
<b>Objectiu</b>	Situació relativa respecte de l'objecte: davant i darrere de/ per sobre de/per sota de.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Per dur a terme aquesta activitat, és força important que el nen hagi treballat amb anterioritat i duna manera força exhaustiva el cos. Els nens, per parelles, proposaran diferents maneres de passar per sobre o per sota d'una part determinada del cos del company. Podem demanar propostes que, després, realitzarem per comprovar si és o no és possible. Per exemple: puc passar per sobre del cap del company. Li haurem de fer notar que ha d'especificar com ha d'estar el company: assegut, acotxat, dret...
<b>Variant</b>	Podem fer el mateix utilitzant cada nen una pilota.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 67

<b>Nom de l'activitat</b>	137. Saltar el poltre.
<b>Objectiu</b>	Situació relativa respecte de l'objecte: davant i darrere de/ per sobre de/per sota de.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cordes, poltre.
<b>Descripció</b>	Posem uns quants nens ajaguts a terra, a una distància d'uns cinc o sis metres. Els altres nens els salten. Es pot anar fent aixecar el poltre, fent posar els nens agenollats a terra i protegint-se el cap posant-se entre els braços. Quan hem practicat una estona, podem dividir la classe en dos grups i fer-ho tipus competitiu. També es pot fer amb cordes i fer el joc

	alternatiu, ara passem per sobre o ara per sota variant l'alçada de la corda per anar-hi afegint més dificultat.
--	--

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 68

<b>Nom de l'activitat</b>	138. La bola de foc.
<b>Objectiu</b>	Situació relativa respecte de l'objecte: davant i darrere de/ per sobre de/per sota de.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilota.
<b>Descripció</b>	La pilota és una bola de foc que s'ha d'anar passant molt de pressa perquè, si la retenim gaire estona, ens cremarem. Els nens es posen en filera i van passant la pilota al nen que tenen al davant per sobre del cap o per sota de les cames, segons la consigna del mestre quan comença el joc. Un dels nens està de cara a la paret i té un xiulet a la boca. Quan li sembla, xiula. Aquest és el senyal perquè la «bola de foc» s'aturi. El nen que té la pilota en aquell moment serà el que haurà d'anar a la paret.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 69

<b>Nom de l'activitat</b>	139. Sota el pont
<b>Objectiu</b>	Situació relativa respecte de l'objecte: davant i darrere de/ per sobre de/per sota de
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es col·loquen en fila i els dos primers fan veure que són un pont (agafats de les mans). Els nens van passant per sota el pont, tot cantant la cançó i procurant no tocar-se els uns als altres ni tampoc els que fan de pont.</p> <p>Sota el pont (bis)</p> <p>apa tots passem-hi.</p> <p>El nostre pont té dos pilars, passem sense tocar-los.</p>

	<p>Tu passes, tu passes, tu quedes presoner del pont.</p> <p>Quan cantem tu quedes presoner del pont, el nen que estigui passant per sota el pont en aquell moment queda agafat per formar un altre pont. A mesura que es va repetint la cançó, s'aniran afegint nous ponts. Si hi ha algun cop que falta un nen per fer un nou pont ( es necessiten dos nens), el fem esperar-ho bé quan ja tenim molts ponts, el que sobra, el podem deixar escapar</p>
--	---

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 70

<b>Nom de l'activitat</b>	140. La filera de formigues.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferent conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Per motivar aquesta activitat expliquem: Quan arriba la primavera, les formigues surten del formiguer per anar a buscar menjar; com que són molt petites i no es volen perdre, van en filera, l'una darrere de l'altra.</p> <p>Col·loquem el grup classe en un lloc determinat que serà la sortida del formiguer i les formigues van sortint i posant-se segons les consignes de la Reina de les formigues (mestre o bé un nen quan ja hi hagi jugat unes quantes vegades).</p> <p>Consignes possibles: «davant de... lluny de...»; «darrere de... i prop de...».</p> <p>Un altre pas és preguntar individualment a cada formiga: Quina formiga tens al davant? Quina al darrere? Quina formiga tens més a prop? Quina més lluny?...</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 71

<b>Nom de l'activitat</b>	141. Inventem històries.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Rodes, cercols, cordes, bancs...
<b>Descripció</b>	Necessitem un espai ampli, preferentment el pati, on hi haurem repartit irregularment objectes. El mestre farà un recorregut mentre explica una història motivadora per als nens. Per exemple: Un dia vaig anar a la platja i amb el meu pneumàtic (cercle) vaig anar a nedar (desplaçament d'un cantó a l'altre del pati), va venir una ona molt alta i vaig haver de fer un salt molt alt perquè no em tapés, després una altra ona em va prendre el pneumàtic quasi fins als núvols, però el vaig poder atrapar a Paire (llançar el cercle a Paire i recollir-lo) i molt espantada vaig sortir de l'aigua corrent i me'n vaig anar cap a casa (corrent vaig cap a un lloc limitat per cordes, que farà de casa). Farem reproduir aquest circuit als nens.
<b>Variant</b>	Fer repetir un recorregut, pera ara sense història

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 72

<b>Nom de l'activitat</b>	142. Puc fer més d'una cosa a la vegada
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Es tracta de fer tants moviments com va indicant el mestre. Primer comencem amb dues ordres a la vegada: Saltem i cantem «El sol, solet»; recalquem verbalment que estem fent dues coses a la vegada; caminem i piquem de mans...</p> <p>Un cop s'han fet diversos exercicis d'aquest tipus, poden ser els</p>



	<p>mateixos nens els qui se'ls inventin.</p> <p>El pas posterior és introduir una tercera acció de manera paulatina. És a dir, començaríem: Som uns nens que caminen pel bosc. Els nens quan caminen canten. Els nens quan caminen i canten diuen adéu als arbres del bosc.</p> <p>Podem anar-ho fent participatiu.</p>
--	---

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 73

<b>Nom de l'activitat</b>	143. Direccions.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Es van alternant diferents ordres durant un recorregut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Drets i caminant sense tocar-se en qualsevol direcció. — Drets i sense tocar-se en qualsevol direcció.</li> <li>— Drets canviant de ritme sense tocar-se i en qualsevol direcció.</li> <li>— Canvi de posició segons la intensitat de les picades de la pulsació (fluix: ajupits, fort: drets). Les variacions seran les mateixes que les anteriors.</li> <li>— Tots en una mateixa direcció seguint una pulsació; en canviar de pulsació, s'ha de canviar de direcció.</li> <li>— Dues pulsacions diferents que serviran per anar prop o lluny de les parets.</li> <li>— Dues pulsacions diferents que seran per caminar normal o passar per sota de taules o cadires.</li> </ul>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 74

<b>Nom de l'activitat</b>	144. Situem-nos on toqui.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferent conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Situem quatre cercles al voltant d'un alumne, que ha d'anar saltant al cercle que li indiqui el mestre: endavant, enrere, esquerra, dreta.
<b>Variant 1</b>	Podem situar al voltant del nen els quatre cercles, cada un d'un color diferent i preguntar-li: quin és el que tens a la dreta? quin és el que tens al davant?...
<b>Variant 2</b>	El mateix que a la variant 1, però ara anirem canviant la posició del nen fent-lo girar, de manera que vagi adonant-se que quan canvia la seva posició també varia la seva situació respecte dels cercles.
<b>Observació</b>	Aquesta activitat és aconsellable fer-la en petit grup o fins i tot individualment

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 75

<b>Nom de l'activitat</b>	145. L'avió teledirigit.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferent conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Un mocador per tapar-se els ulls.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es posen per parelles. L'un és l'avió i l'altre el pilot que porta els ulls tapats.</p> <p>Es marca a terra una pista d'aterratge, una ratlla que simbolitza el punt de sortida. El nen que fa d'avió es posa a la ratlla de</p>

	<p>sortida davant del pilot. A l'altra banda de la pista, hi ha el lloc marcat ha d'arribar el teledirigir, és a dir, guiar pel control a distància. El pilot ha d'anar donant contrasenyes a l'avió ajudant-lo a anar al punt d'arribada.</p> <p>Les contrasenyes són del tipus: «endavant», «cap a la dreta», «enrere», «cap a l'esquerra».</p>
--	---

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 76

<b>Nom de l'activitat</b>	146. Seqüències posicionals.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cadires, taules, bancs...
<b>Descripció</b>	<p>Donem als nens una seqüència de posicions del seu cos respecte d'objectes familiars.</p> <p>Per exemple: hi ha una filera de cadires. Es demana la seqüència: «Darrere, al costat i davant» de cada cadira. El nen ha de col·locar-se en aquestes tres posicions, mantenint-les sempre en el mateix ordre, i començant per la primera cadira fins a l'última de la filera. Ho pot fer un sol nen, o bé ho poden fer uns quants nens a la vegada. Se'ls pot donar l'ordre de la seqüència al començament i que ells vagin variant la posició en el moment que soni un instrument de percussió o bé donar el mestre l'ordre en veu alta cada vegada. En el primer cas, es pot demanar al nen que verbalitzi la situació.</p>
<b>Variant</b>	Es poden crear diferents seqüències variant l'objecte i l'ordre de les posicions que es demanen als nens. Així com treballar totes les situacions possibles: dins, fora, dalt, baix, damunt, sota, davant, darrere, al costat, a l'altre costat.

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 77

<b>Nom de l'activitat</b>	147. Fem rotllana.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Joc col·lectiu. Agafats de les mans, els nens fan una rotllana. El mestre diu: «La rotllana es fa petita!» i els nens s'han d'anar estrenyent l'un contra l'altre caminant endavant, fins a estar molt junts i ocupar molt poc espai.</p> <p>Quan es diu: «La rotllana es fa gran», es van separant, caminant enrere i estenent els braços fins a arribar a tenir-los estirats: la rotllana ocupa molt d'espai.</p> <p>Es poden dibuixar a terra els dos cercles de manera que els nens vegin on ha arribat la rotllana petita i on la gran.</p>

## DESCOBERTA DE L'ESPAI 78

<b>Nom de l'activitat</b>	148. Cant del gall.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Mocadors.
<b>Descripció</b>	<p>En aquest joc només s'hi juga de dos en dos i la resta del grup classe fan d'observadors. S'ha de fer en una sala gran o en un espai a l'aire lliure. Un nen canta imitant el so d'un gall, d'una gallina, d'un ocell... L'altre nen, amb els ulls tapats, està col·locat a distància del primer, sense saber on es troba.</p> <p>El nen que canta ha d'estar-se quiet i romandre al mateix lloc. El cant no és continuat i hi ha llavors silenci. El nen que busca el «gall» només pot estar orientat pel so de l'altre nen. L'objectiu és trobar el nen que canta.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 79

<b>Nom de l'activitat</b>	149. On és?
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Objectes de l'entorn.
<b>Descripció</b>	<p>Es tracta de buscar objectes, col·locats en diferents situacions que ja s'han donat com a norma en començar el joc. Per exemple: què hi ha dalt de...?, què hi ha sota de...?, què hi ha davant de...?, què hi ha al mig...?</p> <p>Els nens han d'endevinar quin és l'objecte proposat. El primer que ho endevina passa a dirigir el joc.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 80

<b>Nom de l'activitat</b>	150. El pont de la selva.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Un banc.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens caminen per sobre d'una barra o banc (de poca alçada, de 20 a 30 cm i aproximadament de 20 cm d'amplada) sense agafar-se i procurant no caure. Com a motivació, podem explicar una història al voltant d'uns exploradors que viatgen a la selva i es troben amb un pont molt perillós a sobre d'un riu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Els nens tenen els braços en llibertat, a fi de poder utilitzar-los per aconseguir millor equilibri.</li> </ul> <p>Aquesta activitat es pot anar complicant gradualment passant de diferents maneres per sobre del pont: les mans a la cintura, la punta d'un peu tocant el taló de l'altre, de costat, enrere...</p>

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 81**

<b>Nom de l'activitat</b>	151. Salt de passa.
<b>Objectiu</b>	Treballar els diferents conceptes espacials interrelacionats entre si mitjançant la percepció visual o auditiva i els desplaçaments per l'espai.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	<p>Es dibuixen a terra uns cercles de 30 a 35 cm. de diàmetre aproximadament; les mides i les distàncies depenen de l'edat del nen, equidistants a 30 cm l'un de l'altre i en línia recta.</p> <p>Els nens han de saltar fent «salt de passa» (és a dir, una cama després de l'altra) i sense parar en cap cercle fins a acabar la sèrie (sis o set cercles).</p>
<b>Variant</b>	També pot fer-se col·locant els cercles a distàncies diferents l'un de l'altre, a fi que el nen hagi d'ajustar un moviment diferent a cada cercle. En aquest cas, tampoc no s'hi val posar els dos peus a terra o a saltar amb els peus junts: ha de ser sempre «salt de passa» i sense parar.

**DESCOBERTA DE L'ESPAI 82**

<b>Nom de l'activitat</b>	152. Fem curses de...
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial abans/després.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Un xiulet.
<b>Descripció</b>	<p>Es marca un recorregut a l'espai amb un punt de sortida i un d'arribada que siguin ben precisos. Els nens fan curses corrent i un cop arriben al punt d'arribada, fem explicar qui ha arribat abans i qui després.</p> <p>1. Podem ampliar el nombre de participants a la cursa fins a 5 i complicar-ho preguntant-los qui ha arribat abans que tu? Qui ha arribat després de tu?</p> <p>2. Podem canviar la manera de desplaçar-se muntant la cursa</p>

	<p>caminant, saltant com a cangurs, arrossegant-se...</p> <p>3. Els podem adjudicar, a cada un dels participants a la cursa, la representació d'un animal i fer-los explicar quin els sembla que arribarà abans i quin després. Un cop verbalitzada l'activitat, comprovem els resultats.</p>
--	---

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 83

<b>Nom de l'activitat</b>	153. Qui és més ràpid?
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial abans/després.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Pilotes.
<b>Descripció</b>	La mestra llençarà des d'una distància variable una pilota cap a una paret. Un alumne farà corrent el mateix trajecte de la pilota. Després, fem explicar als alumnes que ha arribat abans i després.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 84

<b>Nom de l'activitat</b>	154. Curses amb objectes
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial abans/després.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cèrcols o pilotes.
<b>Descripció</b>	<p>Es marca un recorregut al pati. Quan treballem amb els cercles, caldrà que sigui asfaltat. Cada nen té un cercle i es tracta de fer el recorregut en el menor temps possible. Si l'activitat la fem amb pocs nens, podem aprofitar per treballar el color preguntant quin és el cercle que ha arribat abans, quin després, i encara després?</p> <p>Variant: podem complicar-ho exigint que facin el recorregut sense que el cercle o la roda caiguin a terra.</p>

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 85

<b>Nom de l'activitat</b>	155. ...corre més que...
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial abans/després.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Llapis i full.
<b>Descripció</b>	Observem i comparem la velocitat de dos objectes que els nens coneguin bé. Per exemple, un cotxe i una bicicleta, un avió i un cotxe. Fem diferents exercicis tant amb vehicles com amb altres objectes: animals...
<b>Variant</b>	Podem completar-ho fent-los dibuixar coses que arribin abans que ells i altres que arribin després.
<b>Observacions</b>	Es poden retallar diferents vehicles i fer un mural que plasmi la relació: corre més que.

### DESCOBERTA DE L'ESPAI 86

<b>Nom de l'activitat</b>	156. Abans i després de...
<b>Objectiu</b>	Adquirir la noció espacial: abans/després.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Donem ordres que impliquin moviments o accions determinades emprant els conceptes abans i després de manera inversa. Per exemple: Ara tots som cargols. Els cargols, després d'haver-se menjat una folla d'enciam, s'amaguen a la seva closca. Saltem tres graons d'una escala i piquem abans de tocar a terra. Fem botar la pilota abans de fer un bàsquet...
<b>Variant</b>	Podem aprofitar com a exercici d'expressió oral d'aquests conceptes amb activitats de la vida diària: què he fet abans de...?, què he fet després de...?



## BLOC EXPRESSIÓ CORPORAL

### EXPRESSIÓ CORPORAL 1

<b>Nom de l'activitat</b>	157. La pilota.
<b>Objectiu</b>	Inhibició voluntària partint de la tensió-distensió.
<b>Capacitat</b>	Progressar en la comunicació i expressió del cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens se situen lliurement a l'espai. Es tracta de donar a tot el cos, globalment, un sentit de bola o pilota. Podem arribar a aquesta actitud a partir del suggeriment que el cos s'infla com si fos un globus.

### EXPRESSIÓ CORPORAL 2

<b>Nom de l'activitat</b>	158. Fort-fluix.
<b>Objectiu</b>	Inhibició voluntària partint de la tensió-distensió.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Si es vol, música de fons.
<b>Descripció</b>	<p>Les actituds fortes-fluixes poden ser qualsevol; només es tracta de mantenir, durant el temps indicat pel mestre, una actitud suposem l'oberta —amb la màxima tensió muscular en tot el cos. Quan es fa el senyal, desfarem aquesta tensió i sense variar l'actitud relaxarem tota la musculatura.</p> <p>La motivació per la màxima tensió muscular pot ser dir als nens que carreguem i transportem rocs molt grossos, paquets de regals grans... i anem a deixar-los a un punt determinat, on relaxem tota la musculatura.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 3

<b>Nom de l'activitat</b>	159. Embolic de mans i peus
<b>Objectiu</b>	Inhibició voluntària partint de la tensió-distensió.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cartolina de dos colors on hem dibuixat mans i peus esquerrans i dretans.
<b>Descripció</b>	<p>Quan es fa el senyal, els nens es col·loquen en una actitud en la qual han de mantenir un cert equilibri: aguantar-se sobre un peu, un peu i una mà, sobre els genolls...</p> <p>Fem el joc de l'embolic de mans i peus representats a terra amb cartolina. És un circuit per on els nens passen individualment.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 4

<b>Nom de l'activitat</b>	160. Com expresses amb el cos...?
<b>Objectiu</b>	Inhibició voluntària partint de la tensió-distensió.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens, col·lectivament, busquen els diversos significats expressius que poden donar-se a les diferents parts del cos.</p> <p>Oberta: joia, llibertat, felicitat, força, vida.</p> <p>Tancada: mort, dolor, feblesa.</p> <p>Oberta de dalt: clam, plor, esperança, desesperació. Oberta de baix: por, refugi.</p> <p>Vertical (dirigida amunt): implorar, exigir, cuidar. Vertical (dirigida avall): mostrar desànim, resignació. Corba (si es dirigeix endavant): força, atac, agilitat. Corba (si es dirigeix endarrere): rebre cops, defensar-se, quedar ferit.</p> <p>Recta: energia, automatisme, ninot mecànic. Horitzontal: dormir, nedar, mirar avall.</p>

	<p>Forta-fluixa: vida-mort.</p> <p>Rodona: néixer, créixer.</p> <p>En equilibri: por, inseguretat, tremolor.</p> <p>Simètriques: màquines, moviments rítmics.</p>
--	---

### EXPRESSIÓ CORPORAL 5

<b>Nom de l'activitat</b>	161. Com ho fas amb la cara?
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens se situen per parelles cara a cara. L'un fa un moviment amb un òrgan de la cara (l'ullet, treure la llengua, tancar els ulls, arronsar el nas...), l'altre el repeteix.</p> <p>Millor fer-ho cada cop amb un òrgan. Cap al final es poden fer diverses coses alhora.</p> <p>Treballar totes les possibilitats i tots els òrgans de la cara.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 6

<b>Nom de l'activitat</b>	162. La cara manifesta l'estat d'ànim.
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens se situen a l'espai asseguts a terra per parelles i mirant-se cara a cara, el mestre motiva:

	<p>— Obrim la boca suaument per les commissures dels llavis. — Pugem i baixem les celles. Pugem una cella més que l'altra, denotem inquietud i inexpressivitat.</p> <p>— Celles amunt, boca rodona de lletra o, ajudem amb l'expressió de les mans al cap. Expressem por, sorpresa.</p> <p>— Les celles amunt i la boca de lletra a. Fem l'expressió de dolor, crit o avís.</p> <p>— Pugem les celles amunt i obrim la boca.</p> <p>— Continuem fent l'exercici amb les celles obrint la boca un cop amunt i un altre avall.</p> <p>— Expressem satisfacció.</p> <p>— Fem l'ullet...</p>
--	--

## EXPRESSIÓ CORPORAL 6

<b>Nom de l'activitat</b>	163. Joc de les cares.
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Diferents fotografies de cares.
<b>Descripció</b>	<p>Aquest material consta de diverses fotografies que expressen diferents moviments facials. Té dues possibilitats:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ensenyem una fotografia als nens i aquests imiten l'expressió. També es pot repartir una fotografia diferent a cada nen que han de reproduir individualment.</li> <li>2. Un cop presentades totes les fotografies, hi ha la possibilitat de fer l'aparellament.</li> </ol>

## EXPRESSIÓ CORPORAL 7

<b>Nom de l'activitat</b>	164. La línia divisòria
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Mirall, cinta adhesiva.
<b>Descripció</b>	Es diu als nens que tractin d'imaginar-se una ratlla o línia que divideix de cap a peus el cos en dues parts. Llavors es tracta que col·loquin de la mateixa manera una i altra banda del cos. Podem donar el suport d'una cinta adhesiva col·locada al mirall i al cos del nen, que li fa de línia divisòria.

## EXPRESSIÓ CORPORAL 8

<b>Nom de l'activitat</b>	165. Repeteix-ho.
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Mirall gran i, si es vol, música de fons.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens han de fer el mateix que el mestre, davant el mirall: ajuntar les mans, desplegar el braç, fer moure les cames... Els moviments no volen significar res. Fer-ho molt a poc a poc, cada gest comença i acaba.</p> <p>El mestre, o després un nen, que porta la iniciativa ha d'esperar que el seu company acabi el gest per començar-ne un de nou.</p>

## EXPRESSIÓ CORPORAL 9

<b>Nom de l'activitat</b>	166. Fem accions
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts

	del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Mirall.
<b>Descripció</b>	<p>Donem creativitat a les accions simètriques:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Fer veure que es camina arribant a una paret per no ser vist.</li> <li>— Representar que es netegen vidres o miralls.</li> <li>— Representar que es mena el timó d'un vaixell en una nit de tempesta.</li> <li>— Representar que s'afaita o es maquilla.</li> <li>— Representar que es vesteix o es despulla.</li> </ul>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 10

<b>Nom de l'activitat</b>	167. Repeteix-me
<b>Objectiu</b>	Descobrir les possibilitats de moviment de les diferents parts del cos: moviments facials i moviments simètrics.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Mirall gran i, si es vol, música de fons.
<b>Descripció</b>	<p>Lliure distribució per parelles. Els nens estan separats més d'un metre. Per qualsevol sistema s'estableix qui dels dos ha d'imitar l'acció, el company anirà seguint-lo tal com abans ho havien fet tots alhora amb el mestre.</p> <p>Després serà l'altre company qui iniciarà l'acció.</p>

**EXPRESSIÓ CORPORAL 11**

<b>Nom de l'activitat</b>	168. Relaxació de tot el cos
<b>Objectiu</b>	Relaxació global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Si es vol, música suau de fons.
<b>Descripció</b>	<p>Es pot aprofitar el final d'una sessió de psicomotricitat o bé iniciar aquesta fitxa al principi d'una sessió. L'espai ha de quedar a les fosques. Els nens busquen una posició còmoda, millor estirats a terra i amb els ulls tancats. El mestre va donant consignes:</p> <p>— Ara dormirem. No se sent cap soroll. Estem molt cansats i ara notem que el nostre cos no pesa gens. Movem la boca com si masteguéssim. Respirem suaument. Els nostres braves es mouen molt lentament. Estirem fort els dits. Les cames són flonges. Les aixequem i baixen soles.</p> <p>— Respirem molt a poc a poc. Estem a punt d'adormir-nos. Ja dormim... (1 o 2 minuts).</p> <p>— Riiriing! El despertador diu que és hora de llevar-nos per anar a l'escola.</p>
<b>Observació</b>	<p>Una de les motivacions que es poden utilitzar és imaginar-nos que una marieta, una formiga... es passeja per diferents parts del nostre cos.</p> <p>Es treballa la interiorització (imatge mental) del cos.</p>

**EXPRESSIÓ CORPORAL 12**

<b>Nom de l'activitat</b>	169. Relaxem parts del cos.
<b>Objectiu</b>	Relaxació global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens estan en una posició relaxada: estirats a terra, de panxa enlaire o bé asseguts còmodament.

	<p>El mestre va dirigint i controlant els moviments per mitjà de la paraula.</p> <p>— Premem les mans molt fort! Ara anem obrint-les ben a poc a poc... fans que els dits estiguin ben estirats.</p> <p>— Tanquem els dits ben fort, sense veure-hi gens. Ara, ben a poc a poc, els anem obrint.</p> <p>— Tanquem la boca fort, serrant els llavis, més fort, més fort... Ara ben a poc a poc, anem obrint-la, a poc a poc.</p> <p>Ajudem els nens a fer els moviments lentament a fi d'aconseguir el domini del cos.</p>
--	---

### EXPRESSIÓ CORPORAL 13

<b>Nom de l'activitat</b>	170. Escoltem la música.
<b>Objectiu</b>	Relaxació global i segmentària.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cançons de bressol.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens juguen a desplaçar-se lliurement per l'espai. Quan sent cançons bressol, l'alumne reacciona visiblement, apaivagant la conducta. A poc a poc deixa ja de bellugar-se. El mestre pot anar orientant la sessió:</p> <p>— Ens movem més a poc a poc.</p> <p>— Balancegem-nos al ritme de la cançó.</p> <p>— Estirem-nos a terra!</p> <p>— Silenci!, a veure si podem dormir!</p>



**EXPRESSIÓ CORPORAL 14**

<b>Nom de l'activitat</b>	171. Olorem una flor.
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Ens imaginem que anem pel camp i veiem unes flors que no les havíem vistes mai i volem comprovar si fan olor. Agafem una i olorem amb molt de compte. Si fa molt bona olor i ens agrada molt, ho fem amb molta cura, agafant i traient aire pel nas. Ara podem tornar a fer el mateix, però observant el cos d'un company, què li passa?</p> <p>Després també podem fer el mateix observant-nos nosaltres mateixos en un mirall, ens passa el mateix?</p>

**EXPRESSIÓ CORPORAL 15**

<b>Nom de l'activitat</b>	172. Respiració: què fem servir? (I)
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos
<b>Descripció</b>	<p>Tenint la boca tancada, tapar-se un forat del nas, inspirant i expirant per l'altra. Després a l'inrevés.</p> <p>Tenint tancada la boca, inspirar i expirar per les fosses nasals. Tapar-se els forats del nas i utilitzar únicament la boca. Inspirar pel nas i expirar per la boca.</p> <p>Aquests exercicis es poden fer a nivell col·lectiu, però després també seria convenient comprovar-ho individualment. Al final de la sessió és bo comentar-ho amb els nens per comprovar el grau d'interiorització.</p>

## EXPRESSIÓ CORPORAL 16

<b>Nom de l'activitat</b>	173. Treballem el diafragma
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Paper de diari.
<b>Descripció</b>	Cada nen en posició d'estès supí i amb un paper col·locat al ventre. L'alumne l'agafa i expel·leix aire per aixecar i abaixar el paper (cinc vegades).
<b>Variant 1</b>	Aixecar i abaixar el paper posat al ventre sense bellugar la resta del cos.
<b>Variant 2</b>	Fer-ho bellugant els braços acompanyant la inspiració i l'expiració.  El paper de diari és per prendre consciència de la intervenció del diafragma en la respiració.

## EXPRESSIÓ CORPORAL 17

<b>Nom de l'activitat</b>	174. Respirem: què fem servir? (II)
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Treballem la respiració com si fóssim cantants d'òpera, que abans de sortir a escena han de realitzar una sèrie d'exercicis per estar en forma.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inspirem pel nas i traiem l'aire per la boca (ho repetim unes quantes vegades).</li> <li>2. Ens asseiem a la cadira amb les espatlles caigudes cap endavant i el tronc flexionat cap endavant, inspirem pel nas a mesura que ens anem col·locant en la posició correcta d'asseguts.</li> <li>3. Ens asseiem en posició correcta i agafem i traiem l'aire al mateix temps que ens elevem i desplacem cap enrere les</li> </ol>

	<p>espatlles, i tornem a la posició inicial.</p> <p>4. Agafem l'aire i hem d'emetre un so amb la boca en treure'l, s'ha de procurar que el so duri el màxim de temps possible i que sigui continu.</p> <p>Aquests exercicis, es recomana de fer-los durant poca estona, primer es pot fer col·lectivament i després es pot anar fent en petits grups per comprovar si tenen dificultats.</p>
--	--

### EXPRESSIÓ CORPORAL 18

<b>Nom de l'activitat</b>	175. Exercicis de respiració nasal
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Tots els nens asseguts a terra en rotllana.</p> <p>Respiració en grup: comencem suaument, tots alhora, i anem augmentant paulatinament la intensitat de la respiració.</p> <p>Des d'una posició estàtica, inspirem, expirem i retenim l'aire en el diafragma.</p> <p>Inflem la boca d'aire i el fem sortir donant petits cops a les galtes.</p> <p>Tapar un orifici del nas i inspirar i expirar. Fer-ho amb l'altre i alternant els orificis. Realitzar-ho fent expiracions llargues.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 19

<b>Nom de l'activitat</b>	176. Respirem.
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.

<b>Descripció</b>	<p>A partir del joc simbòlic, fem exercicis d'inspiració:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Inspirem el perfum d'una flor.</li> <li>— Estem asseguts en un prat i olorem l'herbeta del costat.</li> <li>— La panxa és un globus que s'infla.</li> <li>— Volem endevinar què hi ha avui per dinar i ensumem.</li> <li>— Estem molt refredats i inspirem una cosa d'aquelles que desembussen el nas.</li> </ul> <p>Ho fem col·lectivament. Els nens poden suggerir noves idees.</p>
-------------------	--

## EXPRESSIÓ CORPORAL 20

<b>Nom de l'activitat</b>	177. Expirem
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>A partir del joc simbòlic fem exercicis d'expiració:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Un avi té 100 anys i li han regalar un pastís amb 100 espelmes i les ha de bufar.</li> <li>— Bufem de molta calor!</li> <li>— El llop bufa la caseta dels porquets.</li> <li>— Bufar una ferida que ens fa mal.</li> <li>— Entelar un vidre.</li> <li>— Fer voltar un molí de paper.</li> <li>— Treure el fum d'una cigarreta.</li> </ul> <p>Ho fem col·lectivament. Els nens poden suggerir noves idees.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 21

<b>Nom de l'activitat</b>	178. Els personatges.
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan asseguts a terra. Primer es pot fer individualment i després per parelles.</p> <p>Es tracta de ser personatges concrets i parlar tal i com ho fan en relació al seu caràcter (també es poden fer contextos). Ex. tenir una conversa com si fóssim animals o màquines. Partida de tennis amb so, etc.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 22

<b>Nom de l'activitat</b>	179. Adaptar un moviment a un so.
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Primer individualment i després tot el grup. El nen exterioritza un so i l'ha d'acompanyar amb moviment.</p> <p>Pot reproduir diferents sons onomatopeics, afegint-hi moviment i desplaçament.</p> <p>Pot representar el seu nom, fent gestos o expressions amb el cos. Ex. A cada síl·laba del nom, aixecar un braç, una cama...</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 23

<b>Nom de l'activitat</b>	180. Exercicis de resistència
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i

	la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Es tracta de fer el joc de desplaçaments tot respirant. Desplacem-nos, amb una sola respiració, anant de paret a paret, una, dues o tres vegades, aguantant l'aire dins del cos. Desplacem-nos expulsant l'aire com si diguéssim la vocal O o A (emetre el so més greu possible i prement el diafragma). Desplacem-nos dient petites frases o paraules (conservar tota l'estona la mateixa nota o registre. El mestre en aquest exercici, anirà allargant les possibles frases en relació a la resistència dels nens). La durada del desplaçament i la frase està determinada per la quantitat d'aire retingut.

### EXPRESSIÓ CORPORAL 24

<b>Nom de l'activitat</b>	181. Jocs amb paper de seda.
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Paper de seda.
<b>Descripció</b>	<p>Individualment, els nens es posen en fila i agenollats. Anar bufant el paper fins arribar a una meta.</p> <p>Individualment, posar-se el paper al nas i aguantar-lo fins que caigui. Es poden fer curses.</p> <p>En grups de 3 o 4 nens, han d'anar bufant el paper enlaire, evitant que caigui a terra. Es poden fer curses.</p> <p>Per parelles, un nen inspirant aguantant el paper i l'ha de passar al company expirant.</p> <p>Després de la sessió es pot explicar el que han fet.</p>

## EXPRESSIÓ CORPORAL 25

<b>Nom de l'activitat</b>	182. Juguem a bufar amb canyes
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Tub de vidre, metall, plàstic.
<b>Descripció</b>	És recomanable que cada nen tingui un tub. Quan el mestre fa el senyal adient, el nen bufa amb els llavis a frec d'un tub i intenta produir algun so.
<b>Variant 1</b>	Es poden fer altres tipus de jocs com ara: agafem cigrons i els posem "un al costat de l'altre i diem al nen que els vagi bufant (amb la canya) un per un, així, observem si tots els hem bufat amb la mateixa intensitat. També podem fer curses. Cada nen, un cigró.

## EXPRESSIÓ CORPORAL 26

<b>Nom de l'activitat</b>	183. Jocs a l'aigua per educar la respiració
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Palangana d'aigua i caramels.
<b>Descripció</b>	Individualment, el nen apropa la cara a una palangana plena d'aigua. Agafa una glopada d'aigua sense empassar-se-la i procurant que no li entri aigua al nas. Reté a l'aigua uns breus segons. És un bon exercici d'inspiració i expiració nasal.
<b>Variant 1</b>	Es pot fer el joc d'agafar caramels a l'aigua.

## EXPRESSIÓ CORPORAL 27

<b>Nom de l'activitat</b>	184. Fem bombolles
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.

<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Un pot d'aigua i una canya.
<b>Descripció</b>	Donem als nens un pot d'aigua i hi posem una mica de sabó. Podem proposar que facin bombolles de sabó. Quan les bombolles els surtin bé, els podem demanar que en facin de més petites i de més grosses. Comentar què han hagut de fer.
<b>Variant</b>	Podem bufar contínuament l'aigua, o l'aigua amb sabó procurant no tirar aigua a terra.

### EXPRESSIÓ CORPORAL 28

<b>Nom de l'activitat</b>	185. Juguem bufant
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Espanta-sogres, globus, xiulets, pipes...
<b>Descripció</b>	<p>A nivell col·lectiu o individual, podem presentar unes sessions utilitzant un material concret.</p> <p>Inflar globus. Bufar un xiulet o espanta-sogres.</p> <p>Jugar amb les pipes: controlar la respiració perquè la pilota no caigui a terra.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 29

<b>Nom de l'activitat</b>	186. Bufar una flama
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Espelma i llumins.
<b>Descripció</b>	<p>Cada nen es col·loca davant d'una espelma encesa.</p> <p>Primer bufa deixant anar l'aire a poc a poc, de manera que la</p>



	flama es mogui però no s'apagui. Després bufar fort per apagar l'espelma. Si és possible, fer-ho amb l'habitació a les fosques: l'atenció es concentra més fàcilment.
--	---

### EXPRESSIÓ CORPORAL 30

<b>Nom de l'activitat</b>	187. Les capses de llumins
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Dues caixes de llumins enganxades l'una damunt de l'altra (abans traïem els calaixets) i, als extrems, hi enganxem cortines de paper fi.
<b>Descripció</b>	El nen bufa de vegades pel nas, de vegades per la boca. «Només pot moure una de les cortinetes». Pot comprovar-ho ell mateix davant d'un mirall o bé ho pot fer un altre nen. També es pot fer per grups, cada un dels quals té un observador.

### EXPRESSIÓ CORPORAL 31

<b>Nom de l'activitat</b>	188. Bufgol
<b>Objectiu</b>	Educació de la respiració.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Fusta rectangular (1 m x 60 cm) amb una petita barana de 2 cm d'algada i un forat a cada banda i pilota de ping-pong o porex-pan.
<b>Descripció</b>	Dos nens col·locats als extrems del rectangle; durant el joc no canvien de lloc, durada de 2 a 5 minuts. La resta de companys observen. Cal bufar per torns la pilota a fi d'introduir-la en el forat de l'altre jugador; aquest ha de bufar per aturar la pilota evitant que l'entri pel forat. Els nens aniran participant per parelles.

## EXPRESSIÓ CORPORAL 32

<b>Nom de l'activitat</b>	189. Preparació de les sessions lliures
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>És important que també fem amb els nens sessions que no estiguin dirigides pel mestre; el mestre només observa, anima i dóna confiança i seguretat al nen.</p> <p>Tot i això, hem cregut oportú elaborar unes mínimes pautes orientatives per enriquir la sessió.</p> <p>Cal especificar molt bé als nens que en aquestes sessions cal mantenir l'ordre, així com no agredir-se o cridar. Aquestes normes, les podem presentar a mena de pacte.</p>

## EXPRESSIÓ CORPORAL 33

<b>Nom de l'activitat</b>	190. Que bé que ens ho passem!
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	Matalàs, bancs suecs, espatlles...
<b>Descripció</b>	<p>Distribuïm per l'aula de psicomotricitat el material donant-hi una nova presentació:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Uns quants bancs suecs enganxats a les espatlles com si fossin tobogans.</li> <li>— Bancs suecs col·locats formant ziga-zagues.</li> <li>— Matalassos sota les espatlles perquè els nens hi puguin</li> </ul>

	<p>saltar...</p> <p>Deixem «jugar» lliurement els nens sense donar-los consignes del que han de fer en cada situació. Si estan molt inhibits, intervenim.</p>
--	---

### EXPRESSIÓ CORPORAL 34

<b>Nom de l'activitat</b>	191. Joc simbòlic lliure
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	Mocadors, draps, tacs, cordes, pilotes...
<b>Descripció</b>	<p>Distribuïm el material per l'aula de manera que provoqui els mínims aldarulls. Els nens juguen lliurement i van enriquint el joc mitjançant el simbolisme.</p> <p>Aquests tipus de sessions s'han d'anar repetint al llarg del curs. D'aquesta manera, podem anar observant l'evolució de cada nen, tant en la intervenció, com en la creativitat. Aquest aspecte és important perquè ofereix la possibilitat tant del joc individual com del col·lectiu deixant-ho a la lliure elecció del nen.</p>

### EXPRESSIÓ CORPORAL 35

<b>Nom de l'activitat</b>	192. Som equilibristes.
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	Caixons de fusta, taulons, tacs...
<b>Descripció</b>	<p>Muntem un circuit.</p> <p>Deixem que els nens hi passin lliurement una estona i després</p>

	<p>podem fer altres propostes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Passar-hi amb objectes: pilota al cap, a la mà... — Fer-ho com: un soldat, un robot, un vell...</li> <li>— Diferents maneres de fer el recorregut: caminant endavant, enrere, de costat, saltant amb els peus junts, donant tombos sobre el propi eix...</li> </ul>
--	---

### EXPRESSIÓ CORPORAL 36

<b>Nom de l'activitat</b>	193. Juguem amb cordes.
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	Cordes.
<b>Descripció</b>	<p>Deixem als nens que experimentin lliurement amb el material i després d'una estona podem passar a fer-los propostes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Desplaçar-se amb la corda entre les cames.</li> <li>— Rodar sobre un mateix, tot desplaçant-se portant la corda agafada per les dues puntes.</li> <li>— Saltar amb la corda sota els peus.</li> <li>— Dobleguem la corda i l'agafem amb una mà, i la fem rodar amb l'altra mà.</li> <li>— Exercitar la independència segmentaria: amb una mà fer la serp i amb l'altra rascar-se la panxa.</li> <li>— Amb la corda quieta fer salts endavant i enrere.</li> <li>— Cargolar-se la corda a una part determinada del cos: braç, cama, cintura, coll...</li> <li>— Amb la corda fem una rotllana i ens col·loquem: dins/fora.</li> </ul>

	<p>— Amb el peu coix, peus junts. Anar saltant a peu coix i quan arribes al cercle, aturar-te com una estàtua.</p> <p>— Lligar-se per parelles: esquena amb esquena i desplaçar-se per l'espai o bé de costat, lligar-se els peus.</p> <p>— Cordes a terra verticals: saltar-les amb els peus junts.</p> <p>— Cordes a terra fent cercles.</p> <p>— Cordes a terra fent ziga-zagues.</p>
--	--

### EXPRESSIÓ CORPORAL 37

<b>Nom de l'activitat</b>	194. Juguem amb rodes.
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	Rodes.
<b>Descripció</b>	<p>Es deixa que els nens experimentin lliurement amb el material i després passem a fer propostes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Amb la roda quieta: posar-nos dins/fora (drets, asseguts, cargolats) saltar la roda per damunt, saltar-hi a dins; un peu dins i l'altre a fora alternant-los. Saltar amb un peu per dins i per fora. Dins de la roda i quan se sent un senyal (toc de pandero), donar mig gir o bé un gir sencer.</li> <li>- Amb la roda en moviment: fer rodar la roda i anar a recollir-la abans que caigui; tirar-la cap a dalt, fer-la córrer; tirar-s'hi damunt i desplaçar-se amb ella a sota; demanar als nens que busquin diferents maneres de desplaçar-se: <ul style="list-style-type: none"> <li>• posar-se la roda a: un braç, una cama...</li> <li>• de dos en dos i agafats de la mà saltar al damunt de dos pneumàtics apilats.</li> <li>• de dos en dos damunt amb una roda cadascun i agafats per les</li> </ul> </li> </ul>

	<p>espatlles, anar fent tot el tomb i passar un a la roda de l'altre i a l'inrevés.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• posar les rodes verticals i ben juntes, uns quants nens hauran d'aguantar-les i fer passar els altres arrossegant-se per dins del túnel. Posar totes les rodes en filera.</li> <li>• fer-los saltar per dins, per fora, fer-los fer desplaçaments.</li> </ul>
--	--

### EXPRESSIÓ CORPORAL 38

<b>Nom de l'activitat</b>	195. Juguem amb pilotes
<b>Objectiu</b>	Expressar-se lliurement utilitzant materials diversos: draps, mocadors, pilotes, tacs, cordes...
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.</p> <p>Comportar-se d'acord amb unes pautes de convivència.</p>
<b>Material</b>	Pilotes (de diferents tipus: bàsquet, rítmica...).
<b>Descripció</b>	<p>Deixem que els nens juguin una estona lliurement amb la pilota. Quan observem que el joc comença a «decaure», podem començar a donar orientacions del tipus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Seure damunt de la pilota.</li> <li>— Desplaçar-se amb la pilota al cap, a l'esquena, sota el braç.</li> <li>— Fer botar la pilota: aturats, fent-li fer bots petits, bots grans, fer-la botar desplaçant-nos acotxats, agenollats, saltant amb el peu coix.</li> <li>— Tirar-la enlaire i recollir-la, fer-la rodolar per terra i recollir-la amb els peus.</li> <li>— Fer «caves» (tirar-la enlaire i que ens caigui al cul, a l'esquena, al peu...)</li> <li>— Agafar la pilota de maneres diferents: per damunt del cap i amb totes dues mans tirar-la a terra amb força, amb una mà...</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Amb la pilota a terra, ens hi estirem al damunt: de panxa enlaire, d'esquena..., ens desplacem, també ens podem balancejar.</li> <li>— Equilibris estàtics a terra, saltar la pilota endavant i enrere.</li> <li>— La pilota entremig de les cames i ens desplacem saltant.</li> <li>— Fer bots: grossos, petits, mitjans, forts, fluixos.</li> <li>— Fer trajectòries fent desplaçar la pilota per terra i que en xoquin dues.</li> </ul>
--	---

### EXPRESSIÓ CORPORAL 39

<b>Nom de l'activitat</b>	196. El circ.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Aquesta activitat és un treball col·lectiu durant el qual assignarem a cada nen/a la interpretació d'un personatge relacionat amb el món del circ. Prèviament es busquen, entre tots, les característiques pròpies de cada personatge quant a: Què fa? Com va vestit?... Un cop fet aquest primer pas, busquem les relacions amb els altres. La finalitat d'aquesta activitat és realitzar una funció de circ en què cada nen interpreta el personatge que li ha tocat: pallasso, malabarista, domador, lleó, elefants, presentador, trapezista...
<b>Observacions</b>	Aquesta activitat és molt indicada per fer-la aprofitant la visita d'un circ a la ciutat o bé quan es treballa el circ com a centre d'interès. També és interessant repetir aquesta activitat donant diferents papers als nens i, d'aquesta manera, els personatges poden anar enriquint-se.

**EXPRESSIÓ CORPORAL 40**

<b>Nom de l'activitat</b>	197. El bosc.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Representem un bosc amb tots els elements de què consta, uns nens fan d'arbres i representen com creixen, uns altres fan de llenyataires i van al bosc a fer llenya, altres fan d'ocells, de núvols, de sol, de vent...</p> <p>És important que cada nen, a l'hora de fer la dramatització, tingui uns punts de referència que li serveixin de mares d'actuació. Aquests mares poden sortir deis mateixos nens o en ocasions del mestre, ja que, si no és així, hi ha nens que es poden sentir incomodes. Sempre és millor parlar abans de què farem, què s'espera de cada personatge... Tot això dóna seguretat al nen.</p>

**EXPRESSIÓ CORPORAL 41**

<b>Nom de l'activitat</b>	198. Foc, bombers i mànega.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Representem un foc: una casa es crema, un grup de nens representen el foc (quines possibilitats tenim per fer-ho amb el cos? Quin so hem d'imitar?) Arriben els bombers amb el seu cotxe per apagar el foc (com han d'actuar els bombers? Van amb parsimònia?)</p> <p>Els bombers preparen les seves grans mànegues per apagar el foc, representades per un altre grup de nens.</p>
<b>Variant</b>	En aquesta activitat també hi pot haver la possibilitat de rescatar algú que ha quedat atrapat per les flames, pot haver-hi



	d'intervenir l'ambulància.
--	----------------------------

## EXPRESSIÓ CORPORAL 42

<b>Nom de l'activitat</b>	199. Quin objecte tinc a la mà?
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Qualsevol objecte de la classe.
<b>Descripció</b>	<p>Un nen utilitza qualsevol objecte per representar-ne un altre, que serà el que han d'endevinar la resta dels nens.</p> <p>Per exemple: una escombra ens pot servir per simbolitzar un ocell, una canya de pescar, un bat de beisbol...</p>
<b>Variant</b>	En grup, podem utilitzar objectes i transformar-los en altres coses, muntar una petita escenificació col·lectiva.

## EXPRESSIÓ CORPORAL 43

<b>Nom de l'activitat</b>	200. La bola de vidre.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Cada nen està tancat dins d'una bola de vidre. Es pot dir que hem estat fet presoners per uns extraterrestres. Aquestes boles de vidre, per efecte del sol i de l'aire, cada cop es van tornant més petites (això ho han de reflectir amb el cos) fins que es exploten i tornem a quedar lliures.</p>
<b>Variant</b>	Aquesta activitat també es pot fer en petit grup: dos, tres o quatre nens dins una bola, els esforços que fan per escapar-se...

**EXPRESSIÓ CORPORAL 44**

<b>Nom de l'activitat</b>	201. L'autobús.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Guix.
<b>Descripció</b>	<p>A terra, dibuixem l'espai del vehicle. Cada nen simbolitza un passatger de l'autobús. Hi ha un nen que és el conductor, despatxa els bitllets i condueix el vehicle. Els passatgers surten de casa seva tranquil·lament, però, en mirar el rellotge, descobrim que fem tard i perdem l'autobús, correm fins a agafar-lo. Comprem el bitllet, paguem, ens asseiem. Podem representar accions dins de l'autobús: una corba massa pronunciada, obrir la finestra, saludar un motorista que ens avança, una frenada... Finalment, arribem a Barcelona.</p> <p>Podem fer un altre viatge imaginari en autobús i cada nen pot imaginar el personatge que vol ser: un senyor que sempre s'adorm, una nena que es mareja...</p>

**EXPRESSIÓ CORPORAL 45**

<b>Nom de l'activitat</b>	202. Inventem situacions.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Distribuïm els nens de la classe en petits grups de 5 o 6 nens i proposem una emoció, per exemple la por. Donem la situació aprofitant una motivació com podria ser: som uns alpinistes que ens hem quedat aïllats en un refugi d'alta muntanya i tenim por de morir congelats. Abans de dramatitzar directament les situacions, fóra interessant que s'establís un diàleg participatiu entre els nens per intercanviar dades sobre la proposta i facilitar després la posada en escena de la situació. També és important</p>

	<p>que siguin els nens els que trobin el final de la situació. Cada grup pot acabar-la lliurement: essent rescatats els alpinistes per un helicòpter, morint...</p> <p>Podem aprofitar altres emocions: l'alegria, el dolor, l'amor...</p>
--	--

### EXPRESSIÓ CORPORAL 46

<b>Nom de l'activitat</b>	203. Vèncer l'adversari.
<b>Objectiu</b>	Iniciar-se en la dramatització.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	El grup classe crea efectes sonors de forma permanent i una persona ha de vèncer l'adversari utilitzant moviments corporals. Per exemple: sons onomatopeics que denotin misteri i; el grinyol d'una porta, passes, sorolls de vidres trencats...

## BLOC RITME

RITME 1	
<b>Nom de l'activitat</b>	204. Buscar el ritme propi.
<b>Objectiu</b>	Descobrir el ritme propi expressat amb el cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Música (opcional). Material divers de psicomotricitat (pilotes, cordes, draps, coixins...).
<b>Descripció</b>	Es posa una música de fons i es demana als nens que vagin movent-se lliurement, tot cercant el seu ritme propi.
<b>Variant</b>	Es pot fer el mateix exercici introduint-hi material divers, que cada nen utilitzarà individualment.
<b>Observació</b>	El mestre pot donar alguna pauta durant les primeres sessions, suggerint els tipus de moviments que es poden fer.

RITME 2	
<b>Nom de l'activitat</b>	205. Buscar el ritme propi amb material divers.
<b>Objectiu</b>	Descobrir el ritme propi expressat amb el cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Objectes diversos: pilotes, cordes, draps, coixins...
<b>Descripció</b>	Es presenten als nens una sèrie d'objectes i se'ls deixa triar el que s'estimin més. Després d'una estona de joc lliure, se'ls demana que cadascú, individualment, faci algun moviment rítmic repetitiu. Posteriorment, se'ls fa adonar dels moviments que realitzen els altres companys.

RITME 3	
<b>Nom de l'activitat</b>	206. Saltar a corda-1.
<b>Objectiu</b>	Descobrir el ritme propi expressat amb el cos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Una corda per saltar.
<b>Descripció</b>	Es posen, el mestre i un nen, cara a cara, separats, aproximadament mig metre. El mestre agafa la corda pels dos extrems (com si anés a saltar tot sol), però deixant-la més llarga. Llavors demana al nen que vagi saltant sense moure's del lloc, al ritme que li vagi bé. Quan el mestre ha captat el ritme del nen es posa a saltar a corda al mateix ritme, de manera que tots dos saltin junts. Aquest exercici és un primer pas per aprendre a saltar a corda. Al següent és el nen mateix qui agafa la corda i coordina el moviment dels braços (donar) amb el de les cames (saltar). Posteriorment, podrà saltar seguint el ritme que li imposin dos nens que rodin (vegeu fitxa «saltar a corda-2»).

RITME 4	
<b>Nom de l'activitat</b>	207. Arri, arri, tatanet.
<b>Objectiu</b>	Iniciar l'adaptació del ritme propi a un ritme exterior.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cançó «Arri, arri, tatanet».
<b>Descripció</b>	<p>El mestre s'asseu un nen a la falda, cara a cara, i li dona les mans.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Arri, arri, tatanet, que anirem a St. Benet comprarem un panellet per dinar, per sopar per a...no n'hi haurà.</p> <p>MOVIMENT:</p> <p>El mestre gronxa el nen aixecant els genolls al ritme de la cançó.</p> <p>El mestre obre les cames de forma que el nen «cau» una mica.</p>
<b>Observació</b>	Això es pot fer amb les diverses cançons de falda.

RITME 5	
<b>Nom de l'activitat</b>	208. Marcar ritme i buscar el ritme comú.
<b>Objectiu</b>	Iniciar l'adaptació del ritme propi a un ritme exterior.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Música.
<b>Descripció</b>	Els nens estan distribuïts per l'espai en una posició còmoda (millor estirats a terra). Es posa música i cadascú ha de marcar el ritme amb alguna part del cos (picant amb la mà o amb el peu a terra, fent la castanyeta, fent petar els dits...) Al cap d'una estona, el mestre dóna la consigna de fixar-se en el que fan els companys, per intentar trobar un ritme comú (cadascú amb la part del cos que ha escollit).
<b>Observació</b>	El mestre pot donar alguna pauta a les primeres sessions, suggerint els tipus de moviments que es poden fer.

RITME 6	
<b>Nom de l'activitat</b>	209. Caminar una cançó.
<b>Objectiu</b>	Iniciar l'adaptació del ritme propi a un ritme exterior.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Qualsevol altre instrument de percussió. Cançons senzilles que marquin molt la pulsació.
<b>Descripció</b>	Cantar una cançó i caminar seguint la pulsació amb els peus i/o les mans. Començar per cançons senzilles (El gegant del Pi, Pedra pedreta, Cargol treu banya...).

RITME 7	
<b>Nom de l'activitat</b>	210. Grups amb instruments diversos.
<b>Objectiu</b>	Iniciar l'adaptació del ritme propi a un ritme exterior.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió.
<b>Material</b>	Instruments de percussió (triangles, caixes xineses, timbals,

	bastons...).
	Cançons senzilles (El gegant del Pi, Al carrer més alt...).
<b>Descripció</b>	Es divideix la classe en tants grups com estrofes tingui una determinada cançó. Es fa correspondre una estrofa i un tipus d'instrument a cada grup. Cada grup toca els instruments en cantar l'estrofa. Per exemple, el grup 1 toca instruments metàl·lics en cantar «El gegant del Pi»; el grup 2 pica de mans en cantar «El gegant de la Ciutat», i el grup 3 toca instruments de fusta en cantar «El gegant del Castanyer». El mestre és qui canta la cançó.
<b>Variant</b>	Es pot fer el mateix fent correspondre a cada grup de nens una frase musical d'una determinada cançó.

## RITME 8

<b>Nom de l'activitat</b>	211. Trens que avancen seguint una cançó.
<b>Objectiu</b>	Iniciar l'adaptació del ritme propi a un ritme exterior.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió.
<b>Material</b>	Cançons senzilles (El gegant del Pi, Quatre pedres hi ha al carrer...).
<b>Descripció</b>	Es divideix la classe en tres grups, que direm que són tren. El tren 1 avança mentre cantem «El gegant del Pi», el tren 2 avança quan cantem «El gegant de la Ciutat» i el tren 3 avança quan cantem «El gegant del Castanyer».
<b>Variant</b>	Es pot fer el mateix exercici fent correspondre a cada grup de nens una frase musical d'una determinada cançó; per exemple:  CANÇÓ-MOVIMENT:  Quatre pedres hi ha al carrer. Avança el tren 1  jo les sé comptar molt bé. Avança el tren 2  de color de xocolata. Avança el tren 3  un, dos, tres, quatre. Avança el tren 4

RITME 9	
<b>Nom de l'activitat</b>	212. Apilar mans.
<b>Objectiu</b>	Iniciar l'adaptació del ritme propi a un ritme exterior.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Es fan grups de quatre nens, com a màxim, i es posen al voltant d'una taula. Un nen posa la mà dreta, amb el palmell avall, sobre la taula; continua el del costat posant la seva a sobre i així tots els nens per ordre. Quan torna a tocar-li el torn al primer, col·loca la mà esquerra a sobre la pila i els altres fan el mateix. En començar la ronda un altre cop, es treu la primera mà (començant per sota) i es torna a posar sobre la pila, i així successivament. (Cada cop només es pot treure la mà que toca a la taula). El joc es fa cada cop més de pressa, i s'ha de procurar mantenir el ritme sense equivocar-se.
<b>Observació</b>	Aquesta activitat també treballa l'esquema corporal.

RITME 10	
<b>Nom de l'activitat</b>	213. Caminar ràpid i lent.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cronòmetre i guix (opcionals).
<b>Descripció</b>	Dos nens comencen a caminar; l'un ha d'anar molt de pressa i l'altre molt a poc a poc. El mestre els fa verbalitzar la situació fent-los preguntes: qui arribarà abans? qui tardarà més a arribar? qui es cansarà abans?
<b>Variant</b>	Tres nens han de recórrer un trajecte: l'un anirà molt a poc a poc, l'altre caminarà normal i l'altre ha d'anar molt ràpid. Quan el mestre —o bé un altre nen— fa un senyal, s'han d'aturar i, llavors, es comprova la distància que ha recorregut cadascú (es pot marcar amb un guix a terra).  Aquest exercici també es pot fer recorrent tots tres nens tot



	l'espai i cronometrant el temps que tarda cadascú.
--	--

## RITME 11

<b>Nom de l'activitat</b>	214. Fem rodolar pilotes ràpidament i lentament.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pilotes.
<b>Descripció</b>	Es fan rodolar pilotes per terra, les unes de forma ràpida i les altres de forma lenta. S'explica la situació: quina arriba abans? Com he d'empènyer la pilota perquè vagi a poc a poc? Etc.
<b>Observació</b>	Aquest exercici també treballa la tonicitat i el control postural.

## RITME 12

<b>Nom de l'activitat</b>	215. Després, ara, abans.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cèrcol.
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan asseguts en semicercle i en fem sortir un al davant, on hi haurà un cercol, que representa el present. El nen es posa davant del cercol, en l'espai que representa el futur, i li preguntem «què faràs?» i ell ha de contestar en futur (per exemple, «cantaré»); llavors li diem que ho faci; entra dins el cercol (present) i canta. Llavors li diem «què fas?» i ell diu «canto». Seguidament surt del cercol i li preguntem «què has fet?» i ell diu «he cantat».</p> <p>Posteriorment anirem suprimint les preguntes i els demanem que ho expliquin espontàniament.</p>

RITME 13	
<b>Nom de l'activitat</b>	216. Dramatitzar les diferents parts del dia.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	<p>Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.</p> <p>Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.</p>
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Els nens estan asseguts en semicercle i en surten quatre al davant; aquests nens representen quatre de les parts del dia: matí, migdia, tarda, nit. Cada nen, començant pel que representa el matí, fa, utilitzant la mímica, alguna acció pròpia d'aquest moment del dia. Per exemple, el primer xiquet pot dir «sóc el matí», i fer com si es dutxés; el segon pot dir «sóc el migdia», i fer com si dinés, etc.
<b>Variant</b>	Es pot complicar aquest exercici fent set grups de quatre nens, que representarien els set dies de la setmana. Surten els quatre primers i diuen «som el dilluns»; seguidament el primer xiquet d'aquest grup diu «sóc el matí del dilluns», i realitza una acció pròpia d'aquest moment, i així successivament. És interessant que es vagin buscant accions diferents i que no es repeteixin cada dia les mateixes. També es pot preguntar als nens què mengen en cada moment o bé intentar endevinar-ho fent-los preguntes.

RITME 14	
<b>Nom de l'activitat</b>	217. Imitar tren.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	Aquest exercici es pot fer a la mateixa classe, en algun moment de canvi d'activitat, quan convé captar l'atenció. Els nens seuen a la seva cadira una mica separats de la taula. El mestre marca ritmes picant de mans, o bé a la taula, picant de peus, a la panxa, fent la

	castanyeta, fent sons amb la boca, tocant-se una determinada part del cos... Els nens l'imiten. Es va variant la velocitat, la intensitat i la durada dels diferents moviments.
--	---

### RITME 15

<b>Nom de l'activitat</b>	218. Formar trens amb noms.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Si es vol, música de fons.
<b>Descripció</b>	En primer lloc es distribueixen els nens per grups ordenats, com a petits trens, als quals s'assigna un nom (p. ex. es poden aprofitar elements d'un centre d'interès: animals —cocodrils, lleons, girafes, cangurs). Els nens, de forma individual, caminen lliurement per l'espai. El mestre, en un determinat moment, diu el nom d'un dels grups i aleshores els nens tornen a formar el tren en el mateix ordre en què estaven al començament. Els altres continuen caminant lliurement fins que el mestre diu el nom del seu tren; això es va repetint fins que estan tots els trens formats i desplegant-se per l'espai. Per facilitar l'activitat, els primers dies també se'ls pot oferir un suport visual (per exemple, els cocodrils porten un gomet verd).

### RITME 16

<b>Nom de l'activitat</b>	219. Seqüència de moviments representats gràficament.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació i expressió del seu cos.
<b>Material</b>	Pissarra i guix.
<b>Descripció</b>	Els nens estan asseguts i el mestre fa una seqüència de moviments —que poden anar acompanyats de so— que posteriorment simbolitza a la pissarra.

	<p>Per exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Picar de mans.</li> <li>– Gest de cabdellar llana.</li> <li>– Fer O amb la boca.</li> <li>– Bravos enlaire. – Bravos plegats.</li> </ul> <p>Possibles activitats:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Lectura i reproducció dels símbols de la pissarra, tant en l'ordre en què estan escrits com en un altre ordre, que marqui o bé el mestre o bé un altre nen.</li> <li>– El mestre esborra algun símbol i el nen ha de recordar-lo i reproduir-lo igualment.</li> <li>– Un nen fa una seriació amb el cos i un altre fa el dictar a la pissarra.</li> <li>– El mestre ho realitza i els nens ho escriuen al seu full.</li> </ul>
--	--

## RITME 17

<b>Nom de l'activitat</b>	220. Cadena rítmica.
<b>Objectiu</b>	Adquirir domini del ritme entès com a noció relacionada amb la percepció i l'organització del temps.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Pandereta o un altre instrument de percussió.
<b>Descripció</b>	Els nens seuen al seu lloc. El mestre fa un ritme picant de mans, o sobre la taula o amb un instrument de percussió. Els nens, d'un en un, tot seguint la roda, van imitant el ritme que ha fet el mestre.

RITME 18	
<b>Nom de l'activitat</b>	221. Napoleó.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Napoleó».
<b>Descripció</b>	<p>Es posen els nens en fila (d'un en un o de dos en dos) tesos com a soldats. Van cantant la cançó, avançant amb posat militar (cos recte, genolls enlaire, gest de braves molt marcat...) El primer cop es canta la cançó sencera i cada vegada se'n treu un tros, començant pel darrere.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Napoleó tenia cent soldats (3 vegades) marxant al mateix pas.</p> <p>Napoleó tenia cent... (3 vegades) marxant al mateix pas.</p> <p>Napoleó tenia... (3 vegades) marxant al mateix pas.</p>
<b>Observació</b>	La dificultat d'aquest exercici és mantenir la marxa i la pulsació adequades en el moment en què es deixa de cantar la cançó.

RITME 19	
<b>Nom de l'activitat</b>	222. Charlot.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Cançó «Charlot».
<b>Descripció</b>	<p>CANÇÓ:</p> <p>Charlot, Charlot, Charlot és l'home del somriure, Charlot, Charlot, Charlot, és l'home del ninot, un, dos, tres!</p> <p>Els nens es posen en rotllana, donant-se les mans, i van rodant saltironant, un cop en el sentit de les agulles del rellotge i un cop en sentit contrari al de les agulles del rellotge. En cantar «un, dos,</p>

tres», es fan 3 saltirons.

## RITME 20

<b>Nom de l'activitat</b>	223. La cabreta.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «La cabreta».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan drets, o bé a la mateixa classe, al seu lloc, o bé en un altre espai, en rotllana.</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>Jo tinc una cabreta que salta, salta, salta, però jo en sóc petiteta però jo en sóc petiteta. Jo tinc una cabreta, que salta, salta, salta, però jo en sóc petiteta i no puc fer-hi res.</p> <p><b>MOVIMENT:</b></p> <p>Cada nen s'assenyala ell mateix amb les mans i fa com si fos una cabreta.</p> <p>Fan tres salts, sense moure's de lloc.</p> <p>Cada nen s'acota i fa amb les mans el senyal de petit.</p> <p>Cada nen s'assenyala ell mateix amb les mans i fa com si fos una cabreta.</p> <p>Fan tres salts, sense moure's de lloc.</p> <p>Cada nen s'acota i fa amb les mans el senyal de petit.</p> <p>Es posen les mans obertes al costat de les espatlles, fent un gest com de resignació.</p>

**RITME 21**

<b>Nom de l'activitat</b>	224. Pujo, pujo.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Pujo, pujo».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan drets o bé a la mateixa classe, al seu lloc, o bé en un altre espai, en rotllana.</p> <p><b>CANÇÓ-MOVIMENT:</b></p> <p>Pujo, pujo. (Braços avall, rectes; mans horitzontals, l'una damunt de l'altra, mirant-se en sentit oposat, lleugerament separades i a l'algada de la pelvis).</p> <p>la, la, lalero ( Una mà va pujant damunt de l'altra, alternativament, seguint el ritme de la cançó).</p> <p>Pujo, pujo (Bravos doblegats, mans enlaire amb els dits rectes i lleugerament oberts a l'algada del pit, imprimint un moviment rotatori als canells).</p> <p>la, lala, la ( Les mans tornen al punt on estaven (alada del pit); es tornen a posar horitzontals i continuen pujant fins al cap, seguint el ritme. Braços amunt, lleugerament doblegats; les mans fan moviment rotatori als canells).</p> <p>Baixo, baixo (Segueix el mateix esquema que l'estrofa).</p> <p>la, la, lalero (anterior, però sortint de dalt i arribant a baix).</p>
<b>Observació</b>	Aquesta activitat també treballa l'espai.

**RITME 22**

<b>Nom de l'activitat</b>	225. Gira el barret i tomba-li.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.

<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó « Gira el barret i tomba-li ».
<b>Descripció</b>	Els nens seuen a terra, en rotllana. Un nen surt a menjar mosques (sortirà fora per no sentir què es diu allà). Es tria el director i es fa entrar el que estava a fora i es posa al mig de la rotllana. El director porta la pulsació de la cançó fent moviments o picant amb diferents parts del cos (mans, peus, panxa...) i els altres l'han d'anar imitant. El director ha d'anar canviant de moviment quan el que està al mig no el veu, i aquest ha d'endevinar qui és el que mana. Quan ho descobreix, el que manava surt a menjar mosques i torna a començar el joc.

### RITME 23

<b>Nom de l'activitat</b>	226. Saltar a corda-2 (vegeu fitxa Saltar a corda-1).
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Una corda gruixuda i llarga, i cançons diverses.
<b>Descripció</b>	Dos nens fan rodar la corda i els altres, en fila, van saltant. Es pot fer de moltes maneres, segons la cançó que es canta. Qui s'entrebanca amb la corda perd i es posa a fer rodar la corda, substituint el primer que s'hi ha posat.

### RITME 24

<b>Nom de l'activitat</b>	227. Els soldats.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Els soldats».
<b>Descripció</b>	Els nens es posen per parelles, de costat, donant-se les mans de



	<p>forma que quedin creuades (la mà dreta amb la mà dreta i la mà esquerra amb la mà esquerra). Les mans no es deixen en tota l'estona.</p> <p><b>CANÇÓ – MOVIMENT:</b></p> <p>Els soldats vénen de França (van avançant en fila per i no saben el camí parelles, a pas saltat).</p> <p>Gira per aquí (cada nen dóna mitja volta sobre ell mateix sense deixar-se les mans, de forma que queden mirant enrere).</p> <p>Gira per allà (tornen a girar-se de forma que queden mirant endavant).</p>
--	---

<b>RITME 25</b>	
<b>Nom de l'activitat</b>	228. L'esquimal.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Un esquimal perdut en el desert».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es posen per parelles, cara a cara, amb les mans als malucs.</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>Un esquimal perdut en el desert entonava cançons amb el seu banjo per recordar el seu país allà on ell era feliç.</p> <p>Tenia un iglú molt petitó,  no hi havia mosquits,  ni mosques tampoc,  el cel era blau,  les aigües també,  ni gota de pols  hi havia pel carrer.</p>

	<p>Para badum, badum</p> <p>badum, badum (bis).</p> <p>MOVIMENT:</p> <p>Van saltant tot seguint el ritme de la cançó i alternant dos moviments:</p> <p>quan un salta i obre les cames, l'altre salta i posa la cama dreta al mig.</p> <p>Para badum, badum (La cama dreta dels dos nens), badum, badum (bis). Es tira endavant creuant l'eix corporal, es salta i es fa el mateix amb la cama esquerra. Això es va repetint fins que acaba la tornada.</p>
--	--

RITME 26	
<b>Nom de l'activitat</b>	229. L'elefant.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «l'elefant».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan drets, preferiblement en rotllana i van cantant la cançó tot fent la mímica corresponent.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Mireu allà dalt en els estels què hi ha, és un gros animal</p> <p>que en bicicleta va: és un elefant i què us penseu, doncs? Té una cua al darrera i una trompa al davant.</p> <p>MOVIMENT:</p> <p>S'assenyala amb el dit cap a dalt.</p> <p>Es fa el gest de grandària amb els braves.</p> <p>Es fa el gest de pedalejar. Amb les mans es fan les orelles d'un elefant.</p> <p>Es fa el gest d'interrogació. Es fa el gest d'una cua. Es fa el gest</p>

	<p>d'una trompa.</p> <p>Es va cantant la cançó traient cada vegada una frase, començant per l'última.</p>
--	---

## RITME 27

<b>Nom de l'activitat</b>	230. La serp.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement i domini del seu cos, en el moviment i la coordinació.
<b>Material</b>	Corda de saltar.
<b>Descripció</b>	<p>Dos nens agafen una corda pels dos caps i la fan oscil·lar fent una ziga-zaga per terra.</p> <p>Un tercer nen va saltant a una banda i a l'altra de la corda tot seguint la pulsació que marca el mestre picant de mans. El nen que l'aixafa, para.</p>

## RITME 28

<b>Nom de l'activitat</b>	231. Pas lent, pas, corro.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Pandero o altre instrument de percussió.
<b>Descripció</b>	<p>Es posen tots els nens drets, en fila. Els nens es van desplaçant segons la consigna. El mestre marca amb l' instrument, tres pulsacions diferents, alhora que va dient:</p> <p>pas lent, pas lent (passes curtes i lentes),</p> <p>pas, pas, pas, pas (passes normals, marxa normal),</p> <p>corro, corro, corro, corro, corro (córrer).</p>

<b>Variant</b>	Fer el mateix només amb l' instrument, sense l'ordre verbal.
----------------	--

## RITME 29

<b>Nom de l'activitat</b>	232. Si la barqueta es tomba.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Corda de saltar i cançó «Si la barqueta es tomba».
<b>Descripció</b>	<p>Dos nens agafen la corda pels dos caps i la fan balancejar.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Si la barqueta es tomba nena no tinguis por, tira la corda a l'aire i canta una cançó.</p> <p>MOVIMENT:</p> <p>Els nens que agafen la corda la fan balancejar al ritme de la cantó.</p> <p>Un tercer nen va saltant a una banda i a l'altra de la corda sense aixafar-la. El nen que l'aixafa, para.</p>

## RITME 30

<b>Nom de l'activitat</b>	233. Xumi-xumi.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Xumi-xumi».
<b>Descripció</b>	<p>Es posen tots els nens en fila agafats o bé per les espatlles o bé per la cintura.</p> <p>CANÇÓ-MOVIMENT:</p> <p>Ai!xumi xumi. Es mouen els malucs d'un cantó a l'altre.</p>

	<p>Ai! flautí flautí. Es mouen els malucs endavant i enrere.</p> <p>A la bi. Salt endavant amb peus junts.</p> <p>A la ba. Salt endavant amb peus junts.</p> <p>A la bim, bom, ba. Tres surten endavant amb peus junts.</p>
--	---

### RITME 31

<b>Nom de l'activitat</b>	234. La gallina Ponicana.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «La gallina Ponicana».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens s'asseuen a terra en rotllana, amb les cames endavant i el mestre o un nen es posa al mig de la rotllana.</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>La gallina Ponicana, pon un ou cada setmana pon-n'hi un, pon-n'hi dos, pon-n'hi tres, pon-n'hi quatre, pon-n'hi cinc, pon-n'hi sis, pon-n'hi set pon-n'hi vuit, pon-n'hi nou, pon n'hi deu, la gallina de la Seu diu que amaguis aquest peu. El nen a qui toca «peu» ha d'amagar el peu. Guanya l'últim nen a qui queda un peu a fora.</p> <p><b>MOVIMENT:</b></p> <p>Mentre es va cantant la cançó el mestre porta la pulsació assenyalant els peus dels nens.</p>

### RITME 32

<b>Nom de l'activitat</b>	235. A setze, a setze.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.

<b>Material</b>	Cançó «A setze, a setze».
<b>Descripció</b>	<p>CANÇÓ:</p> <p>A setze, a setze, a setze el vi, que el pobre Carnestoltes acaba de morir.</p> <p>Els nens estan distribuïts lliurement per l'espai (gimnàs, pati...). El mestre està al mig. Tots van cantant i es desplacen lliurement a pas de galop. El mestre va donant ordres (per exemple, tots a gates, grups de tres, tots a peu coix...) i els nens les van complint seguint el ritme de la cantó.</p>
<b>Variant</b>	Tots els nens es donen la mà formant una serp (el mestre va al davant, dirigint la serp). Es van desplaçant a pas de galop.
<b>Observació</b>	Aquesta dansa està especialment indicada per a la festa de Carnestoltes.

### RITME 33

<b>Nom de l'activitat</b>	236. Les oques.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Les oques».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan en rotllana i es distribueixen en dos grups: uns seran les oques i els altres els ànecs.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Les oques van descalces, descalces, descalces. Les oques van descalces, i els ànecs també i els ànecs també.</p> <p>MOVIMENT:</p> <p>Els que són oques s'agafen les faldilles i canten amb veu molt aguda tot avançant cap al mig de la rotllana.</p> <p>Les oques tornen enrere i es queden al seu lloc.</p> <p>Els que són ànecs posen els dits grossos a les aixelles i mouen els braves com si fossin ales i canten amb veu molt greu, tot avançant</p>

	cap al mig de la rotllana.
	Els ànecs tornen enrere i es queden al seu lloc fins que els torna a tocar.
	Es va repetint la cançó tot augmentant la velocitat.

#### RITME 34

<b>Nom de l'activitat</b>	237. Bim-bom.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Bim-bom».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens, per parelles, s'asseuen a terra, amb les cames obertes, amb els peus d'un i altre tocant-se, i donant-se les mans.</p> <p>CANÇÓ</p> <p>Bim-bom! les campanes de Salom toquen a festa i fan bim-bom! Bim-bom!</p> <p>MOVIMENT</p> <p>Seguint el compàs de la cantó es van balancejant de forma que quan un nen tira endavant l'altre tira enrere.</p>

#### RITME 35

<b>Nom de l'activitat</b>	238. Ball del «Bugui-bugui»
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Bugui-bugui».
<b>Descripció</b>	Els nens es posen l'un darrere l'altre, en rotllana.

	<p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>Hei, Bugui-bugui, hei! i ara piquem de mans!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Amb el dit a dintre, amb el dit a fora, amb el dit a dintre, el farem rodar. Ballem el bugui.bugui, mitja volta, ja! I ara piquem de mans, ei!</li> <li>- Amb la mà a dintre, amb la mà...</li> <li>- Amb el peu ...</li> <li>- Amb el colze...(diferents parts del cos)</li> </ul> <p><b>MOVIMENT:</b></p> <p>Es corre cap a una direcció i després cap a l'altra.</p> <p>Es salta tot estirant completament el cos amb els braços enlaire.</p> <p>Aturats, mirant cap al centre de la rotllana es pica de mans.</p> <p>Es posa la part del cos triada a dins i a fora de la rotllana.</p> <p>Es fa rodar la part del cos triada.</p> <p>Es salta sense desplaçar-se.</p> <p>Es dóna una volta sobre ell mateix</p> <p>Es pica de mans.</p> <p>Es salta tot estirant completament el cos, amb els braços enlaire.</p>
<b>Observació</b>	Aquesta activitat també treballa l'esquema corporal.

<b>RITME 36</b>	
<b>Nom de l'activitat</b>	239. Fum, fum, fum
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Fum, fum, fum».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan en grups de quatre, formant molins (quatre nens agafats per la mà dreta).</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p>



	<p>A vint-i-cinc de desembre</p> <p>Fum, fum, fum</p> <p>Ha nascut un minyonet</p> <p>Ros i blanquet, ros i blanquet</p> <p>Fill de la Verge Maria</p> <p>N'és nat en una establia</p> <p>Fum fum fum.</p> <p>Aquí a dalt de la muntanya</p> <p>Fum, fum, fum</p> <p>Si n'hi ha dos pastorets</p> <p>Abrigadets, abrigadets</p> <p>Amb la pell i la samarra</p> <p>Mengen ous i botifarra.</p> <p>Fum, fum, fum</p>
<b>Observació</b>	Aquesta dansa està especialment indicada per al temps de Nadal.

### RITME 37

<b>Nom de l'activitat</b>	240. Taló-punta.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «taló-punta».
<b>Descripció</b>	<p>És una polca i alhora una cançó per picar de mans.</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>Taló punta, taló punta taló punta i un, dos, tres.</p> <p>Taló punta, taló punta taló punta i un, dos, tres.</p> <p>La mà dreta.</p> <p><b>MOVIMENT:</b></p> <p>Agafats com una polca, van seguint l'esquema de la cantó. Fan 3 salts cap a un costat i es giren cap a l'altra banda.</p> <p>Igual que abans.</p>

	<p>Fan 3 salts cap a l'altre costat i es queden mirant-se cara a cara.</p> <p>Mà dreta amb mà dreta, tres cops.</p> <p>Mà esquerra amb mà esquerra, tres cops.</p> <p>Les dues mans amb les dues mans.</p> <p>Tres cops a les pròpies cuixes.</p>
<b>Observació</b>	Aquesta activitat també treballa l'esquema corporal.

### RITME 38

<b>Nom de l'activitat</b>	241. Sèries de picar.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	El propi cos.
<b>Descripció</b>	<p>Es posen els nens en dues fileres, mirant-se frontalment. El mestre donarà —per exemple— la següent consigna:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Picar les 2 mans a les pròpies cuixes.</li> <li>2. Picar de mans.</li> <li>3. Picar les mans del nen del davant.</li> </ol>
<b>Variant 1</b>	Es pot complicar ordenant que els primers de les respectives fileres passin a ser els últims i en arribar han d'adaptar-se al ritme del grup.
<b>Variant 2</b>	Un cop estan assolides diverses series de tres s'hi poden anar afegint elements nous o bé més complicats (plegant els braços, moviments asimètrics...).

### RITME 39

<b>Nom de l'activitat</b>	242. Picarel·la.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.

<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Picarel.la».
<b>Descripció</b>	<p>Els nens es posen cara a cara, per parelles. És una cançó per picar de mans.</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>Al pati de l'escola hi havia un ocellet Oé, Oé!</p> <p>Es deia pica-soques i feia el seu niuet Oé, Oé!</p> <p>Pica-soques, Pica-soques, Pica-soques, pica bé. (bis)</p> <p>Al poble del meu pare hi havia un moliner Oé, Oé! Es deia Picarel.la i no tenia muller Oé, Oé!</p> <p>Picarel.la, Picarel.la, Picarel.la, pica bé. (bis)</p> <p><b>MOVIMENT:</b></p> <p>Picar mans a les cuixes, cop de mans, picar mans de l'altre. Picar mans a les cuixes, cop de mans, picar mans frontalment. Fer petar els dits amb braves doblegats amunt 2 vegades. Picar mans a les cuixes, cop de mans, picar mans de l'altre. Picar mans a les cuixes, cop de mans, picar mans frontalment. Fer petar els dits amb braves doblegats amunt 2 vegades. Cop a les cuixes, cop de mans, mà dreta amb mà dreta, mà esquerra amb mà esquerra, 4 vegades. Encreuant-se.</p> <p>Per a fer aquestes activitats de picar de mans es poden aprofitar les cançons que en cada moment estiguin de «moda» al pati.</p>
<b>Observació</b>	Aquesta activitat també treballa l'esquema corporal.

## RITME 40

<b>Nom de l'activitat</b>	243. Dins la fosca.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Dins la fosca».

<b>Descripció</b>	<p>Els nens estan o bé asseguts a terra, en rotllana, o bé a la classe, separant una mica la cadira de la taula.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Dins la fosca tot d'una sota el tronc d'un vell pi s'enfilava la lluna com el punt de la "i"</p> <p>olarà-liria olarà-liró olarà-liria olarà-liró</p>
-------------------	---

<b>RITME 41</b>	
<b>Nom de l'activitat</b>	244. La coqueta de sucre.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «La coqueta de sucre».
<b>Descripció</b>	<p>CANÇÓ:</p> <p>Qui la ballarà la coqueta de sucre. Qui la ballarà que eixerit que serà. Balli-la vostè senyoret (o senyoreta) Balli-la vostè que la baila bé.</p> <p>Els nens es posen en rotllana, drets, i canten la cançó portant la pulsació tot picant de mans. Un nen està al mig, amb les mans a la cintura, movent les espatlles tot portant la pulsació. Quan s'acaba la cançó, el nen del mig tria qui ha de sortir a ballar posteriorment.</p>
<b>Variant</b>	Cada nen que surt pot portar la pulsació d'una forma diferent: desplaçant-se a peu coix, a pas de galop, caminant, saltant...

RITME 42	
<b>Nom de l'activitat</b>	245. Olles, olles de vi blanc.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Olles, olles de vi blanc».
<b>Descripció</b>	<p>Tots els nens estan en rotllana, donant-se les mans i van rodant seguint el ritme de la cançó.</p> <p>CANÇÓ:</p> <p>Olles, olles de vi blanc totes són plenes de fang; de fang i de maduixa, gira bé la cuixa;</p> <p>qui la girarà?</p> <p>MOVIMENT:</p> <p>Els nens van rodant.</p> <p>El nen que anomenem gira sol sobre ell mateix mirant cap enfora de la rotllana.</p> <p>Es torna a començar altre cop i es va repetint fins que es queden tots mirant cap a fora.</p>
<b>Variant</b>	En lloc de dir el nom d'una nena diu una característica o qualitat, i tots els qui l'acompleixen s'han de girar (p. e. tots els qui portin ulleres, els que siguin rossos...).

RITME 43	
<b>Nom de l'activitat</b>	246. Un indi ve de la ciutat.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Cançó «Un indi ve de la ciutat».
<b>Descripció</b>	És una polca. Els nens s'agafen per parelles.

	<p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>Un indi ve de la ciutat cavalcant sobre un poni, porta una ploma groga al cap i crida macarroni.</p> <p>La larala lalalá, la larala larala, la larala la/ala, la, la, la, la la.</p> <p><b>MOVIMENT:</b></p> <p>Taló-punta, taló-punta.</p> <p>Salt, salt, salt, salt, cap a l'altre costat.</p> <p>Agafats pel braç dret i anar saltironant.</p> <p>Fent el molinet (el braç dret d'un s'agafa al braç dret de l'altre, encreuant-se, a l'alçada dels colzes.</p>
<b>Variant</b>	És una dansa molt semblant és «La polca del papà».

#### RITME 44

<b>Nom de l'activitat</b>	247. L'espardenyeta de la cuscús.
<b>Objectiu</b>	Regular i dominar el moviment sincronitzant-lo amb estímuls rítmics diversos.
<b>Capacitat</b>	Progressar en el coneixement, comunicació, expressió, moviment i la coordinació del seu cos.
<b>Material</b>	Una sabata d'un nen i la cançó «L'espardenyeta de la cuscús».
<b>Descripció</b>	<p>Tots els nens estan asseguts en rotllana i n'hi ha un que està dret a fora de la rotllana i fa de mare.</p> <p><b>CANÇÓ:</b></p> <p>L'espardenyeta de la cuscús jo la cuso, jo la cuso, l'espardenyeta de la cuscús, jo la cuso i se m'ha dessús.</p> <p><b>MOVIMENT :</b></p> <p>Els nens fan com si tinguessin una espardenya en una mà i amb l'altra la cosissin.</p> <p><b>DIÀLEG:</b></p> <p>Grup: Mare, tinc set.</p> <p>Mare: Beu nigua.</p>

G: Hi ha una mosca.

M: Beu vi.

G: Hi ha un mosquit.

M: Beu vinagre.

G: Oh! Que és agre!

M: Beu vi bo.

G: Mmmmmh! Que bo!

M: Demà passaran els Reis.

G: A quina hora?

M: A les set (p. ex.)

G: (Tapant-se la cara) 1, 2, 3.... 7.'

G: Qui s'ha pixat al llit? La mare, mentre el grup canta amb la cara tapada, posa la sabata darrere un nen. Tots els nens miren al seu darrera a veure qui té la sabata; qui la té l'agafa i empaita la mare. Si no l'agafa passa ell a fer de mare i si l'agafa torna a ser-ho el mateix.



# A

## nnex 7: Normes de la sala.







## Annex 8: Tríptic

### Què és la psicomotricitat?

La psicomotricitat és l'eina de maduració i estructuració personal, que a partir del cos, el moviment i el joc, enriqueix les estratègies de relació i estimula la curiositat i el desig d'aprendre.

### Què permet desenvolupar?

La psicomotricitat afavoreix el desenvolupament integral del nen, la descoberta del propi cos i el seu domini.

Aconsegueix una sòlida seguretat afectiva i desenvolupa les pròpies capacitats de confiança en un mateix.

L'infant aprèn a evocar i representar les seves vivències, així com a expressar-les a través del joc.



### El vagó de la

### Psicomotricitat

Aquest projecte va dirigit a infants amb edats compreses entre 3 i 6 anys.



La nostra finalitat és afavorir el desenvolupament integral de l'infant, programant sessions adaptades a cada grup d'edat, on el nen o la nena pugui descobrir, aprendre i, al mateix temps, gaudir.

El vagó de la psicomotricitat funciona



a través del joc, la música, l'expressió corporal i plàstica, i al seu interior es troba una gran varietat de materials que garanteixen la diversió.





## Annex 8: Tríptic

### A qui adreçar-me?

A l' AMPA de l' escola on estigui matriculat el vostre fill o la vostra filla.

Els us informaran tant dels horaris (escolars i extraescolars) com dels preus de les sessions, i us resoldran qualsevol dubte que tinguen.

El vagó de la psicomotricitat està preparat per posar-se en funcionament.

# AMPA



[Elvagodelapsicomotricitatps. ico@gmail.com](mailto:Elvagodelapsicomotricitatps.  ico@gmail.com)



<http://elvagodelapsicomotricitat.blogspot.com/>



652.489.963 / 647.125.001



EL  
vagó  
de  
la  
psicomotricitat

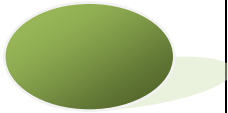
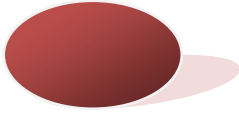
## A **nnex 9: Valoració contínua a les famílies.**

	SI	NO
Veuen que el nen ve content a les classes?		
Veuen un canvi psicomotriu en el nen?		
Continuarà el pròxim trimestre fent aquesta activitat?		
Veuen si ha millorat la seva expressió emocional?		
Veuen una millora en la interacció social amb els seus companys i altres persones?		

## A **nnex 10: Valoració contínua del centre escolar.**

	SI	NO
Veuen si les famílies estan contentes amb aquestes activitats?		
Veuen canvis psicomotrius en el nen?		
Veuen si ha millorat la seva expressió emocional?		
Veuen una millora en la interacció social amb els seus companys i professors?		

# **A**nnex 11: Avaluació final nens.

	SI (gomet verd) 	NO (gomet vermell) 
T'han agradat les classes?		
Has après molt?		
Estàs content amb les professores?		
Has estat agust amb els teus companys?		
T'ha sorgit algun conflicte durant les sessions?		
Has sabut resoldre els conflictes per tu mateix?		
Has entès les instruccions de les educadores?		
T'han estat fàcils les sessions?		

## A **nnex 12: Valoració contínua a les famílies.**

	SI	NO
Veuen que el nen ve content a les classes?		
Veuen un canvi psicomotriu en el nen?		
Continuarà el pròxim trimestre fent aquesta activitat?		
Veuen si ha millorat la seva expressió emocional?		
Veuen una millora en la interacció social amb els seus companys i altres persones?		

## A **nnex 13: Valoració contínua del centre escolar.**

	SI	NO
Veuen si les famílies estan contentes amb aquestes activitats?		
Veuen canvis psicomotrius en el nen?		
Veuen si ha millorat la seva expressió emocional?		
Veuen una millora en la interacció social amb els seus companys i professors?		



## **A**nnex 14: CD'S MÚSICA.

---

Els cd's de música que hem elaborat, els podreu trobar a la contraportada del treball.