

## CULTURALES:

### TALLER DE PSICOMOTRICIDAD

---

#### 1. DEFINICIÓN DE LA ACTIVIDAD

Todos los niños y las niñas necesitan moverse, correr, saltar, jugar... Con estas actividades su psicomotricidad se va desarrollando. Así van conociendo las posibilidades de su propio cuerpo y del espacio que les rodea dentro del centro escolar.

Si aprovechamos este espacio para realizar actividades con ellos que les ayuden a adquirir habilidades psicomotoras, estaremos facilitándoles el acceso al desarrollo de capacidades que exigen mayor coordinación como la escritura, la lectura y el cálculo.

De esta forma aprenderán conceptos como cerca, lejos arriba, abajo, etc. que les ayudarán a orientarse en el espacio y a que sus movimientos sean más ajustados.

Todo ello mediante juegos y actividades lúdicas donde a la vez que se divierten se optimiza el desarrollo psicomotor del niño y niña.

#### 2. OBJETIVOS:

- Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la orientación en el espacio y en el tiempo
- Favorecer valores propios de la convivencia como la tolerancia, la solidaridad, la empatía y la cooperación.

#### 3. METODOLOGÍA:

Las sesiones motoras se basan en el movimiento corporal a través de juegos colectivos. Se trabaja el control en el movimiento, la coordinación global y segmentaria, el equilibrio, la orientación en el espacio y en el tiempo, la lateralidad...

Previamente hacemos un corro con todo el grupo para explicar la propuesta y organizarnos. Durante la sesión observamos como participa cada niño/a en los diferentes juegos y como se relacionan entre ellos y ellas. El taller se desarrollará de manera lúdica y participativa con actividades que potencian la cooperación y fomentan la conciencia de grupo.

Según el tipo de actividad las sesiones se pueden realizar en el patio, en el gimnasio o dentro del aula.

#### **4. CONTENIDOS Y ACTIVIDADES:**

- Jugar a patinar o a correr con el monopatín.
- Saltar a la comba, jugar a la goma.
- Jugar a pasar por un laberinto con diferentes obstáculos que hay que rodear o salvar.
- Juegos de marchas, carreras, saltos con los dos pies juntos o con un solo pie alternándolo.
- Jugar a seguir una línea trazada en el suelo sin salirse.
- Toda clase de juegos con balones y pelotas, raquetas y palas.
- Juegos de hacer puntería, encestar, bolos.
- Jugar a la carretilla, hacer volteretas.
- Jugar a andar con zancos.