

UNIDAD DIDÁCTICA
MUEVO MI CUERPO

1.- OBJETIVOS:

- Conocer las variaciones de velocidad, duración, intensidad y frecuencia como conceptos espacio temporales.
- Ajustar el movimiento en relación al espacio y al tiempo.
- Adquirir nociones temporales: antes, durante, después.
- Identificar ritmos y responder con movimientos adecuados.
- Sincronizar el movimiento mediante estructuras rítmicas sencillas.

2.- CONTENIDOS:

- *Conceptos*

- Nociones de velocidad, duración, frecuencia e intensidad.
- Nociones de orden, simultaneidad y alternancia.
- Nociones de ritmo y frecuencia.

- *Procedimientos:*

- Realizar acciones en las que se diferencia las velocidades, las duraciones, las intensidades y las frecuencias.
- Realizar juegos de comba, saltar a la comba.
- Movimientos libres siguiendo ritmos sencillos.
- Realizar juegos de ritmo y danzas sencillas.

- *Actitudes:*

- Participar activamente en acciones rítmicas propuestas.
- Aceptar nuestro rol dentro de los juegos.

3.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Sigue ritmos básicos con movimientos globales.
- Reproduce un ritmo con su cuerpo y voz.
- Es capaz de desplazarse colectivamente siguiendo un ritmo sencillo.
- Distingue la noción de movimiento / pausa.
- Adapta el movimiento a un ritmo.

OBJETIVOS:

- Percibir velocidades y adaptar el movimiento a ellas
- Adaptar el movimiento a un ritmo.
- Responder con movimiento a diferentes estímulos.
- Percibir un objeto en movimiento.

MATERIALES: pelotas, colchonetas y un pandero**CALENTAMIENTO**

1.- Calentamiento estático y dinámico de banda a banda.

2.- “ Cocodrilo dormilón “.

Se coloca una colchoneta en el centro con un alumno encima. El resto se coloca fuera formando un círculo.

El grupo canta:

“ Buenos días, buenos días,
cocodrilo dormilón.

Ya despierta, ya despierta, no te hagas el remolón.

No nos coges, no nos pillas

Ya que eres muy torpón.

Corre, corre, mira, mira

Ya despierta el dormilón.

En ese momento sale a pillar al resto que huyen al fondo de la pista para aguardarse. Los que sean pillados se colocan también en la colchoneta

PARTE PRINCIPAL

1.- Por parejas, cada una con una pelota:

- Saltar cuando la pelota lanzada al aire por tu compañero, bota en el suelo.

- Saltar antes que de un bote.

- Saltar después de haber botado.

- lanzar a la pared y saltar a la rana.

2.- “ Pies quietos “.

Todos los alumnos se colocan en círculo, menos uno en el medio con una pelota.

Éste lanza la pelota al aire y grita el nombre de alguno. Todos se alejan excepto el nombrado que va a por la pelota y grita “ pies quietos “. Todos se quedan inmóviles. Él puede dar 3 pasos para lanzar la pelota a un compañero. Si le toca, cambio. Si no, vuelve a tirar el de antes.

3.- Caminamos pisando al ritmo del pandero: lento – rápido.

* Caminamos fuerte – suave.

* Saltamos a pies juntos al ritmo del pandero.

* Igual por parejas, caminar siguiendo el ritmo del pandero.

4.- Grupos de cuatro.

Formar una hilera cogidos de los hombros del compañero.

* Simular un tren que sale despacio de la estación y cada vez va más rápido hasta que descarrila.

* Seguir el ritmo del pandero. Cuando el maestro toque el silbato, el último pasa a ser el maquinista.

VUELTA A LA CALMA

1.- “ La orquesta loca “.

UNIDAD DIDÁCTICA: MUEVO MI CUERPO**SESIÓN N° 2****OBJETIVOS:**

- Desarrollar el sentido del ritmo a través de canciones de corro.
- Desarrollar las nociones temporales de lento/rápido.

MATERIALES: Una zapatilla u objeto similar**CALENTAMIENTO**

1.- Calentamiento estático y dinámico de banda a banda.

2.- Caminar siguiendo las instrucciones del maestro: muy rápido, rápido lento, muy lento sobre las puntillas, muy lento sobre los talones.

3.- “El corro de la patata “.

Se cogen todos de las manos formando un corro y van dando vueltas siguiendo el ritmo de la canción:

“ Al corro de la patata, comeremos ensalada lo que comen los señores, naranjitas y limones al upé, al upé, sentadita me quedé “

Al decir la última palabra, los jugadores del corro se agachan a cuclillas, luego se levantan y vuelven a cantar la misma canción

PARTE PRINCIPAL

1.- Juegos de corro:

- “A la Rueda, rueda”

A la rueda, rueda

De pan y canela,

Toma un ochavo y vete a la escuela.

Y si no quieres ir,

Vete a dormir

- “La chata merénguela”

La chata Merénguela

Guí, guí, guí,

Como es tan fina

Trico, trico, tri

Como es tan fina

Lairón, lairón

Se pinta los colores

Guí, guí, guí

Con gasolina

Guí, guí, guí

- “ El patio de mis casa “.

2.- “ El lobo cucú “.

Se colocan en círculo y uno en el centro que será el lobo.

Los del círculo van dando vueltas cantando: “ jugando al escondite en el bosque anocheció, y el cucú cantando el miedo nos quitó. Lobo, dónde estás “.

El lobo contestará alguna actividad de aseo personal., pero si responde “ salgo de casa “, todos correrán intentado que el lobo no les pille.

3.- “ La zapatilla por detrás “

Los participantes se sitúan en corro sentados y uno la liga y lleva un objeto en la mano "la zapatilla".

Comienza el juego con la canción. El que la liga va dando vueltas alrededor del corro, mientras se canta la canción.

Los integrantes del corro, miran hacia arriba, hacia abajo y cierran los ojos y en "*a dormir*" preguntan al que la liga "*A qué hora*" y el que la queda "*elige un número*".

Los del corro empiezan a contar hasta el número dicho, mientras el que la liga sitúa la zapatilla detrás de alguno de los del corro.

Finalizada la cuenta, los niños abren los ojos y miran detrás de si, para ver si está la zapatilla

.Aquel que la encuentre saldrá corriendo detrás del "ligado" para ver si le pille antes de que se siente en el corro en el lugar que él ocupaba.

VUELTA A LA CALMA

1.- “ Pequeño conejo “.

Los alumnos frente al maestro aprenden una canción:

“ Pequeño conejo
tiene una mosca en la nariz
pero él la espantó
y la mosca se marchó “.

Repetir tres veces.

Una vez aprendida sustituimos las palabras por gestos. Cada vez una:

- * Conejo: las dos manos a modo de orejas a la altura de la frente.
- * Mosca: girar con una mano alrededor de la nariz y al tiempo sisear.
- * Espantó: movimiento de manos espantando moscas.
- * Marchó: movimiento de manos en ademán de irse.

- A LA ZAPATILLA POR DERÁS :

" A la zapatilla por detrás, tris, tras, ni la ves ni la verás, tris, tras, mirad para arriba que caen judías, mirad para abajo que caen garbanzos, a dormir , a dormir, que los reyes van a venir"

EL PATIO DE MI CASA

Organización:

Podrán jugar tantos jugadores como queramos. Todos se agarran de las manos y forman un corro o círculo amplio, con los brazos estirados. Dentro del corro hay un jugador, que será el que haga de cojita al final del juego.

Juego:

Los jugadores, con las manos unidas y formando un corro, iran girando y haciendo gestos y movimientos cantando la letra de la canción.

Cuando cantan "¡Agáchate, y vuélvete a agachar!" se agachan dos veces seguidas.

Cuando cantan "chocolate, molinillo, corre, corre, que te pillo", el corro se detiene y cuando dicen "la" de la palabra chocolate, "ni" de la palabra molinillo, "co" del segundo corre y "pi" de la palabra pillo estiran la sílaba mientras hacen un gesto de ir hacia el centro del corro, con las manos hacia delante y a la altura de la cabeza.

Cuando cantan "a estirar, a estirar", se abre el corro todo lo que se pueda, estirando los brazos, pero sin soltar las manos.

A continuación, el jugador que está en el centro del corro comienza a andar a la pata coja mientras los demás jugadores le cantan "disimular que soy una cojita y si lo soy lo disimulo bien, ¡ay, ay!. Luego, el jugador que hace de cojita, al cantar los demás "que te doy un puntapié con la punta de este pie", le da a otro jugador un puntapie (flojo) y ese será el jugador que haga de cojita en el siguiente juego.

Letra:

1.- El patio de mi casa

es particular,

cuando llueve se moja

como los demás.

2.- Agáchate,
y vuélvete a agachar,
que los agachaditos
no saben bailar.

3.- H, I, J, K,
L, M, N, A,
que si tú no me quieres
otro niño me querrá

4.- Chocolate, molinillo,
corre, corre,
que te pillo,
a estirar, a estirar,
que el demonio va a pasar

5.- Desde chiquitita me quedé

me quedé

algo resentida de este pie,

de este pie.

6.- Disimulad que soy cojita,
y si lo soy, lo disimulo bien
ay, ay,
que te pego un puntapié,
con la punta de este pie

OBJETIVOS:

- Adaptar el movimiento del cuerpo al ritmo impuesto en las canciones de corro
- Realizar movimientos corporales según el ritmo marcado

MATERIALES: Radiocasete, pañuelo

CALENTAMIENTO

1.- Estático y dinámico de banda a banda.

2.- “ La música estatua “

Los alumnos/as se mueven según el ritmo impuesto por la música y cuando ésta se pase deben adoptar una posición de estatua.

Variantes: meterse en una aro

PARTE PRINCIPAL

1.- “ A juego chirimbolo “

En corro cantamos esta canción y uno en el medio:

“ Al juego chirimbolo que bonito es, un pie, otro pie, una mano, otra mano, un codo, otro codo, la nariz, la oreja, date la vuelta que viene la vieja “

En este momento todos salen corriendo y el del centro debe intentar pillar a alguno del corro.

Una variante de este juego es aquella en la que después de cantar "la nariz, la oreja" se añade: "el culo de la vieja" y después se hacen cosquillas entre todos los jugadores.

2.- “ Viva la media naranja “

(ver letra al final)

3.- “ Al pavo, pavito, pavo “.

(ver letra al final)

Es necesario que el número de jugadores sea impar, para que siempre quede algún jugador libre, sin pareja.

4.- El director de orquesta

Uno de los jugadores deberá apartarse lo suficiente de los demás como para no escuchar lo que se esté diciendo.

Éstos, que se habrán sentado en el suelo haciendo un círculo, elegirán quién es el director de la orquesta.

Juego:

El director, al ritmo de una canción, irá haciendo gestos como si tocara diferentes instrumentos de música, y los irá cambiando constantemente.

El resto de los jugadores le imitarán y cambiarán de instrumento musical cuando lo haga el director de orquesta, lo más rápidamente, para dificultar la identificación de éste.

A una señal, el jugador que había sido separado del grupo se coloca en el centro del círculo y deberá identificar quién es el director de la orquesta.

Si lo hace, el que hacía de director de orquesta pasa a ser el jugador separado del grupo, que deberá elegir un nuevo director de orquesta.

VUELTA A LA CALMA

1.- “ De la habana ha venido..”

En corro y uno empieza diciendo: “ De la Habana ha venido un barco cargado de...” y

elige fruta, coches, nombres de personas,... los demás tienen que ir diciendo una fruta, marca de coche,..... aquel que falle o no diga nada, pierde una vida y al final paga una prenda

PASE MISÍ

*“ Pase misí, pase misá
por la Puerta de Alcalá
los de adelante corren mucho
los de atrás se quedarán
pasen ya “*

VIVA LA MEDIA NARANJA

1.- Viva la media naranja,
viva la naranja entera,
vivan los guardias civiles,
que van por la carretera.

2.- Ferrocarril, camino llano,
por el vapor se va mi hermano,
se va mi hermanos,
se va mi amor,
se va la prenda que adoro yo,
que adoro yo, chimpón.

3.- Del hueso de la aceituna,
tengo que hacer un tintero,
del tintero una pluma,
de la pluma un palillero.

4.- Ferrocarril, camino llano,
por el vapor se va mi hermano,
se va mi hermanos,
se va mi amor,
se va la prenda que adoro yo,
que adoro yo, chimpón.

AL PAVO, PAVITO, PAVO

Todos agarrados de las manos, forman un gran corro y giran, dando vueltas, cantando la canción.

a) Cuando cantan "una, dos y tres", se sueltan de las manos y dan una vuelta sobre sí mismos. Luego, se vuelven a agarrar de las manos y continúan dando vueltas y cantando.

b) Cuando cantan "el pavito ya está aquí", se separan las manos y se agrupan por parejas, quedando siempre algún jugador sin ella.

A ese jugador, le gritarán "Pavo, pavito, pavo". Luego, se comienza de nuevo el juego.

Canción:
<i>Al pavo, pavito, pavo,</i>
<i>al pavo, pavito, sí.</i>
<i>El pavito se ha marchado</i>
<i>a la hora de dormir. ¡Una!</i>
<i>Al pavo, pavito, pavo,</i>
<i>al pavo, pavito, sí.</i>
<i>El pavito se ha marchado</i>
<i>a la hora de dormir. ¡Dos!</i>
<i>Al pavo, pavito, pavo,</i>
<i>al pavo, pavito, sí.</i>
<i>El pavito se ha marchado</i>
<i>a la hora de dormir. ¡Tres!</i>
<i>Al pavo, pavito, pavo,</i>
<i>al pavo, pavito, sí.</i>
<i>El pavito se ha marchado</i>
<i>y el pavito ya está aquí.</i>

