

psicomotricidad



CEIP DIONISIO RIDRUEJO

YÉSICA MÉNDEZ (Maestra de psicomotricidad)



SEMANA 25 – 31 MAYO

CANTAJUEGOS

Un poquito de música y movimiento con “Canta juegos”.

“Chuchuwá”

https://www.youtube.com/watch?v=8_RWPLfo8Xg

“La taza”

<https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpuQ>

JUEGOS

El juego de las huellas para practicar lateralidad, equilibrio y coordinación. Sólo necesitáis cartulina o papel de colores para hacer las huellas o pisadas. De esta forma, aprenderán conceptos espaciales como la izquierda y la derecha, al tiempo que mejoran su coordinación y equilibrio. Una vez hechas las plantillas, pegadlas en el suelo con un poco de cinta adhesiva. Empezad por un circuito de poca dificultad, colocando alguna huella para que tenga que saltar o dar pasos grandes. Cuando supere esta prueba, podéis combinar, en una misma línea, pies izquierdos y derechos para obligarles a cruzar las piernas. Podéis crear tantas combinaciones como se os ocurran (letras, números, colores, con códigos...).

¡Imaginación al podeeeerrr!



YOGA

Un poquito de yoga con los animales del mar.

<https://www.youtube.com/watch?v=LOYxOzMUGAY>



PSICOMOTRICIDAD FINA

Aquí tenéis 15 actividades para trabajar la psicomotricidad fina muy sencillos de realizar, ya que el material utilizado solemos tenerlo habitualmente en casa.

<https://www.youtube.com/watch?v=9oHq-joy22w>

HÁBITOS SALUDABLES

