

# PSICOMOTRICIDAD



CEIP DIONISIO RIDRUEJO

**YÉSICA MÉNDEZ (Maestra de psicomotricidad)**



## SEMANA 01 – 07 JUNIO

### CANTAJUEGOS

Un poquito de música y movimiento con “CantaJuegos”.

“Un día en la granja”

<https://www.youtube.com/watch?v=a0pnWxbMAIc>

“El popurrí de las manos”

<https://www.youtube.com/watch?v=4NyPBD8Vilk>

### JUEGOS

Vamos a jugar a imitar animales (representación y juego simbólico, coordinación corporal y equilibrio). Un juego de imitación, a ver quién lo hace mejor, puede constituir un buen modo de trabajar la motricidad gruesa. Se trata de copiar los movimientos de algunos animales. Nos convertimos en una pequeña oruga, por ejemplo: tumbarse en el suelo y, con el apoyo de brazos y piernas, hacer fuerza para elevar el pecho mientras avanza. Otro animal que también pueden imitar es el gorila. Tienen que caminar en cuclillas mientras se golpean el pecho con las manos. Una tercera idea que traemos es caminar como un canguro, con pequeños saltitos. Hace falta un guía o rey/reina que ordene y muestre el animal y su imitación, al que hay que seguir.

¡Imaginación al podereerrr!



## YOGA

Un poquito de yoga con el cuento de las mariposas.

<https://www.youtube.com/watch?v=MI1S5rM0ou0>



## PSICOMOTRICIDAD FINA Y GRUESA

Encontraréis muchos ejemplos sencillos para que vuestros peques trabajen la psicomotricidad fina y gruesa.

<https://www.youtube.com/watch?v=xquad-SsK9U>

# HÁBITOS SALUDABLES

