

**DISEÑO CURRICULAR  
PARA LA  
ELABORACION  
DE PROGRAMAS DE  
DESARROLLO INDIVIDUAL**

**AREA DE DINAMICA**

5.<sup>a</sup> edición

**EDUCACION  
ESPECIAL**

**DOCUMENTO  
Nº**

**4**





**DISEÑO CURRICULAR  
PARA LA  
ELABORACION  
DE PROGRAMAS DE  
DESARROLLO INDIVIDUAL**

**AREA DE DINAMICA**

5.<sup>a</sup> edición



**DISEÑO CURRICULAR  
PARA LA  
ELABORACION  
DE PROGRAMAS DE  
DESARROLLO INDIVIDUAL**

**AREA DE DINAMICA**

5.ª edición

**MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA**

1989

DATOS CATALOGRAFICOS DEL CENTRO NACIONAL DE INVESTIGACION Y DOCUMENTACION EDUCATIVA

Documento base del diseño curricular para la elaboración de programas de desarrollo individual – 5.ª edición – Madrid: Centro de Publicaciones del M.E.C., 1989 – 289 p.: 30 cm.  
I.S.B.N.: 84-369-1020-6.

1. Programa de estudios. 2. Educación especial. 3. Enseñanza individualizada. 4. Motricidad. 5. Expresión corporal.



©

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA

Primera edición	1983:	10.000 ejemplares
Segunda edición	1985:	5.000 ejemplares
Tercera edición	1988:	1.000 ejemplares
Cuarta edición	1988:	1.000 ejemplares
Quinta edición	1989:	2.000 ejemplares

Edita: Centro de Publicaciones. Secretaría General Técnica

Impreso en España por: AGISA (Artes Gráficas Iberoamericanas, S.A.)  
Tomás Bretón, 51. 28045 Madrid  
ISBN: 84-369-1020-6  
Deposito Legal: M. 35.728-1989  
NTPO: 176-89-116-0

## INDICE

	Página
Justificación del Area .....	9
Objetivos Generales .....	11
Objetivos Especificos .....	13
Objetivos Operativos .....	19
Actividades Sugeridas y Material .....	77
ANEXO:	
Juegos al aire libre .....	205
Deportes .....	223
Indicadores .....	257
Grupo de trabajo .....	283



## JUSTIFICACION

El Area Dinámica, intentará en sus facetas varias, servir como un valioso medio expresivo-comunicativo para llegar a conseguir los fines establecidos en Educación Especial.

Con el término Area Dinámica hacemos referencia a aspectos diversos del proceso educativo, cuyos contenidos, hemos intentado englobar en un todo coherente, por razones metodológicas, constituyendo un único campo. Dichos aspectos son: conocimiento corporal, educación del movimiento, ritmo, danza, formación musical, expresión corporal y dramatizaciones.

El movimiento es la primera respuesta del individuo a los estímulos del medio; respuesta indiferenciada en los primeros momentos de la vida, puesto que el lactante vive como fundido en el mundo que le rodea y no posee todavía conciencia clara de los límites de su yo corporal. Este proceso se irá desarrollando muy lentamente, hasta la total interiorización del conocimiento de su propio cuerpo, lo cual le servirá como punto de referencia para establecer las relaciones adecuadas con el medio en que se desenvuelve, y en definitiva, para conseguir la organización de percepciones intelectuales superiores.

El movimiento y el gesto no solo preceden al lenguaje oral como medio de comunicación y socialización, sino que posibilitan la aparición del mismo. La experiencia sensorio-motriz constituye la base sobre la que se asientan los procesos intelectuales superiores. Partiendo de su propio yo psicofísico es como el alumno captará las múltiples posibilidades de realización que tiene y de esta manera podrá llegar paulatinamente al conocimiento de sí mismo, de los demás y del entorno material que le rodea.

Por otra parte, con la música, y a través de sus elementos principales (ritmo, melodía y armonía), se va a intentar aumentar el nivel expresivo-comunicativo del alumno de Educación Especial, y ello en un doble concepto:

- Intelectual.
- Afectivo.

Mientras que el conocimiento intelectual de la música se puede valorar y considerar de modo semejante a como se juzgan los aspectos cognoscitivos de otras áreas, el aspecto afectivo de la misma nos parece el más importante por cuanto contribuye a conseguir un mejor equilibrio emocional del alumno.

Con la expresión corporal y dramatizaciones, se pone a disposición del educando un nuevo vehículo de expresión y comunicación poco utilizado hasta ahora, habiéndose omitido la gran riqueza de formas y manifestaciones que esta faceta comporta; por lo tanto es necesario potenciar aquéllas, a fin de contribuir al proceso madurativo del niño retrasado y al descubrimiento de otras facetas poco conocidas en el mismo.

El enfoque de tipo intelectual que pueda aparecer en el trabajo, queda en el mayor número de ocasiones reducido solo a la forma externa, subrayando lo emotivo, el interés, la alegría, la actitud, la belleza, y en general todo lo referente al ámbito de la afectividad. Aunque los objetivos operativos formulados, siguen metodológicamente el esquema global utilizado en todo el trabajo, lo importante será conseguir el gusto por la acción e infundir en el niño actitudes de búsqueda de belleza y armonía.

El Area Dinámica en Educación Especial cobra singular importancia, no solamente por todo lo que antecede; en el sujeto de Educación Especial, es frecuente la aparición de alteraciones y trastornos más o menos graves en el desarrollo psicomotor, con lo cual es prioritario e ineludible educar al niño en la acción, sea cual fuere su tipo o grado de dificultad o deficiencia.

Quizás sea conveniente la inclusión de algunas puntualizaciones en relación con la metodología y objetivos elegidos.

Respecto al objetivo general:

«Desarrollo de las posibilidades motrices», nos ha resultado especialmente difícil la enumeración y delimitación de objetivos específicos, optando por aquellos que a nuestro juicio eran más representativos y necesarios de desarrollar, dadas las características que configuran al sujeto de Educación Especial.

Así, nos ha parecido oportuno incluir como objetivo específico «desarrollo de las distintas posibilidades de desplazamiento en el espacio», constituyendo un todo, y conscientes de su conexión e interdependencia con el desarrollo de, la coordinación, equilibrio, flexibilidad, a la hora de trabajarlo.

Otro de los objetivos específicos, tratados con mejor amplitud dada su importancia para el deficiente es el denominado «desarrollo de la coordinación», diferenciado del de saltos.

Pese a considerar que estos constituyen uno de los últimos peldaños de la coordinación, sin embargo, la no continuidad de secuencia (según orden de dificultad) entre los objetivos superiores o más avanzados de coordinación y los iniciales o más elementales de salto, nos ha llevado a plantear de forma independiente.

En lo referente a la «iniciación al deporte y actividades al aire libre» se ha utilizado un planteamiento distinto a lo habitual en el trabajo, en el desarrollo de cada objetivo específico; por un lado se han escogido cinco deportes (fútbol, natación, baloncesto, balonmano y voleibol) como fundamentales y de mayor viabilidad de aplicación. De cada uno de estos deportes, se han formulado un número reducido de objetivos operativos, de los cuales en lugar de ser ordenados por orden de dificultad sin tener en cuenta el deporte de que se tratara, han sido ordenados por bloques de deportes, pero con un orden progresivo dentro de cada bloque. Además, de cada deporte se ha realizado un anexo en el que se explican las normas, actividades y tácticas de juego por haberlo considerado de gran interés y utilidad para el profesor. Por otro lado se han formulado juegos y actividades al aire libre, los cuales, ordenados por un índice de dificultad creciente, figuran también como anexo, en el apartado de actividades sugeridas y material.

Respecto a la danza, la concebimos en el contexto educativo no solo con la finalidad propia en sí misma, sino como discriminación auditiva y formación rítmica de base, de ahí su inclusión en el objetivo general referido al «desarrollo del sentido del ritmo y capacidad musical».

Conviene también aclarar, que solo existe un objetivo específico correspondiente al apartado de expresión corporal y dramatizaciones. Esto es así por haber considerado que en la «imitación y representación de acciones, sentimientos y emociones a través del gesto» se encuentran englobados todos los aspectos referidos a ese apartado, tales como el desarrollo de la exteriorización, imitación y representación de acciones, capacidad de comprensión de mensajes gestuales, representación de escenas con un orden secuencial lógico, desarrollo de interés en participación y representaciones de guiñol, cuentos, etc., todo lo cual se puede comprender mejor tras la lectura del conjunto de objetivos operativos correspondientes.

## **OBJETIVOS GENERALES**

1. Desarrollo de las posibilidades motrices de los alumnos.
2. Desarrollo del ritmo y capacidad musical.
3. Desarrollo de la comunicación y representación dinámica por medio de la expresión corporal.



## OBJETIVOS ESPECIFICOS

### 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES DE LOS ALUMNOS

- 1.1. Desarrollo tónico-muscular y de la actitud postural.
- 1.2. Desarrollo de la coordinación.
- 1.3. Desarrollo de la capacidad de respiración.
- 1.4. Desarrollo de la flexibilidad corporal y agilidad articular.
- 1.5. Desarrollo de las distintas posibilidades de desplazamiento en el espacio.
- 1.6. Desarrollo del conocimiento del propio cuerpo y conciencia del propio ser.
- 1.7. Desarrollo del equilibrio.

1.8. Desarrollo de la orientación espacio temporal.

1.9. Desarrollo de la capacidad de relajación.

1.10. Desarrollo de la potencia muscular.

1.11. Iniciación al deporte y actividades al aire libre.

1.12. Desarrollo de la capacidad para el salto.

## **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

### **2. DESARROLLO DEL RITMO Y CAPACIDAD MUSICAL**

- 2.1. Desarrollo de la capacidad de emisión y discriminación de sonidos y del manejo de instrumentos musicales.
- 2.2. Desarrollo del sentido del ritmo.
- 2.3. Iniciación al canto individual y grupal.
- 2.4. Iniciación a la danza.



## **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

### **3. DESARROLLO DE LA COMUNICACION Y REPRESENTACION DE VIVENCIAS POR MEDIO DE LA EXPRESION CORPORAL**

- 3.1. Desarrollo de la rítmica y representación de acciones, sentimientos y emociones a través del gesto.



## **OBJETIVOS OPERATIVOS**



## 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

### 1.1. Desarrollo tónico-muscular y de la actitud postural

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.1.1.	En posición de tendido supino, el alumno responderá gestualmente a los estímulos visuales ofrecidos por el profesor.
1.1.2a.	El alumno tocará el suelo con los pies, impulsado por el profesor que le mantiene suspendido por las axilas.
1.1.2b.	En posición de tendido supino, el alumno mantendrá entre sus manos un objeto pequeño, sin que se le caiga, durante unos treinta segundos por lo menos.
1.1.3.	El alumno, sentado sobre una alfombra, extenderá los brazos hacia adelante para coger un objeto que le enseña el profesor.
1.1.4.	El alumno tendido sobre el suelo pasará de decúbito prono a decúbito supino, con la estimulación física del profesor (ayuda física).
1.1.5.	Tendido sobre el suelo, el alumno pasará de tendido supino a decúbito prono, con la estimulación física del profesor (ayuda física).
1.1.6a.	Partiendo de la posición de tendido prono, y tras observar la acción del profesor, aguantará el peso del tronco, apoyando las manos y antebrazos sobre el suelo, durante tres segundos al menos.
1.1.6b.	El alumno de tendido supino, pasará a posición de sentado con la ayuda física del profesor, sin error.
1.1.7a.	Previa demostración por el profesor, el alumno pasará de la posición de sentado a la de tendido supino. Realizarlo tres veces seguidas.
1.1.7b.	El alumno, en posición de pie, se sentará en el suelo sin ayuda.
1.1.8.	El alumno, en posición de sentado, se pondrá en pie con apoyo.
1.1.9a.	En posición de pie, imitando al profesor, el alumno elevará los brazos al frente, manteniendo esta posición durante al menos cinco segundos.
1.1.9b.	El alumno, imitando al profesor, en posición de pie, pasará a posición de rodillas.
1.1.9c.	Sobre un plano inclinado de aproximadamente 45º (de inclinación), el alumno se mantendrá en posición de pie, al menos durante cinco segundos.
1.1.9d.	El alumno en posición «de pie», flexionará el tronco hasta llegar con las manos al suelo <i>intentando</i> coger una pelota.
1.1.9e.	El alumno en posición «de pie» y con las manos en la cintura, oscilará anteroposteriormente una pierna y a continuación la otra (cuatro veces o ensayos).
1.1.9f.	El alumno en posición «de pie» y con las piernas abiertas inclinará el cuerpo hacia un lado, hacia otro y hacia delante, para coger un juguete colocado en las distintas posiciones, cuatro de cinco ensayos.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.1.10a.	El alumno se mantendrá de puntillas durante un tiempo de unos cinco segundos con un punto de apoyo.
1.1.10b.	El alumno en posición «de pie» elevará lo más posible una pierna al frente y luego la otra a modo de grandes pasos pero permaneciendo en el mismo sitio.
1.1.10c.	En posición de tendido prono, el alumno extenderá la cabeza hacia arriba (atrás), sin mover el tronco. Sin error.
1.1.11.	El alumno, en posición de pie, pasará a la posición de cuclillas, permaneciendo en esta posición durante unos tres segundos.
1.1.12a.	El alumno se mantendrá sobre una sola pierna durante un tiempo de cinco segundos con un punto de apoyo.
1.1.12b.	El alumno, imitando al profesor, en posición de pie, llevará sus manos entrelazadas a la nuca cuando se le pida.
1.1.12c.	El alumno, estando en marcha rápida, a la señal del profesor, pasará a la posición de cuclillas, sentado, pata coja, permaneciendo en esta posición por espacio de cinco segundos.
1.1.12d.	El alumno en posición de supino y con las manos detrás de la nuca montará una pierna sobre la otra colocada horizontalmente.
1.1.12e.	El alumno en posición de pie, cuando lo indique el profesor apoyará la barbilla contra el pecho para pasar seguidamente a tocar la parte superior de la espalda con la nuca. Lo realizará correctamente en todas las ocasiones.
1.1.13a.	El alumno en posición de tendido supino y con las manos detrás de la nuca separará las piernas alternativamente, hacia un lado y otro lo más posible (en cuatro tiempos). Realizarlo correctamente en tres de cinco ocasiones.
1.1.13b.	El alumno, en posición de pie y oscilando los brazos alternativa y antero-posteriormente parará en la posición que se encuentre cuando reciba la orden del profesor sin error.
1.1.14a.	El alumno de rodillas sentado sobre los talones tronco erecto, se sentará a derecha e izquierda alternativamente de sus pies. Cinco repeticiones.
1.1.14b.	El alumno tumbado prono con codos apoyados en el suelo, a la orden del profesor aproximará los talones a sus gluteos superando la moderada resistencia que ofrece quien se los sujeta.
1.1.14c.	El alumno en posición de pie manos a la cintura y adelantando al frente la pierna derecha en flexión, cargará el peso del cuerpo sobre o la misma (manteniendo la izquierda en extensión, posición de gran fondo). Debe realizarlo en cinco ocasiones sin perder el equilibrio.
1.1.15.	El alumno en posición «de tierra», a la orden del profesor, botará despegando únicamente los pies del suelo.
1.1.16a.	El alumno, tumbado prono con el tronco ligeramente elevado sobre el suelo, hombros bien atrás, puños en los hombros, codos bien juntos a la cintura, a la orden del profesor extirará los brazos al frente y volverá a la posición original. Cinco repeticiones.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.1.16b.	El alumno de rodillas, sentado sobre los talones, la espalda recta, los brazos estirados hacia arriba en prolongación del cuerpo. Flexionará el tronco hasta que los muslos estén perpendiculares al suelo y las manos sobre el suelo lo más lejos posible. Volver al origen. Cinco repeticiones sin ahuecar los riñones.
1.1.16c.	El alumno en posición de pie realizará una extensión alternativa de brazo y pierna antagónicos. Tres repeticiones, permaneciendo en cada posición tres segundos.
1.1.17a.	El alumno, sentado en escuadra y manos a la cintura, elevará las piernas juntas, separando las piernas al menos una cuarta del suelo sin perder el equilibrio.
1.1.17b.	El alumno en la posición de tendido supino, brazos atrás, elevará las piernas en extensión, pasando por encima de la cabeza, hasta tocar las manos con los pies.



# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.2. Desarrollo de la coordinación

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.2.1.	El alumno tomará objetos adecuados que estén a su alcance y los tirará libremente al suelo.
1.2.2.	Al escuchar la canción «palmas palmitas», el alumno responderá con el gesto apropiado, chocando sus manos en más de una ocasión.
1.2.3.	Al escuchar la canción «date, date, date...» , el alumno responderá con el gesto apropiado golpeándose ligeramente con su mano en la cabeza, en más de una ocasión.
1.2.4.	El alumno caminará libremente durante un espacio de cuatro metros sin caerse.
1.2.5.	Ante la petición del profesor e imitando a éste, el alumno se sentará en una silla infantil (adecuada), sin caerse. Realizar correctamente una vez de cada tres intentos.
1.2.6.	Es un espacio libre de obstáculos, caminará al menos dos metros, arrastrando un objeto, tirado por una cuerda.
1.2.7.	Sentado en una escalera enmoquetada, descenderá al menos tres escalones con apoyo de manos arrastrando y apoyando los glúteos en cada escalón.
1.2.8.	Tras la realización por el profesor y dada una pelota de aproximadamente tres centímetros de diámetro, la lanzará al menos a un metro de distancia.
1.2.9.	Durante la deambulación el sujeto se detendrá (no subitamente), sin ayuda alguna y sin golpear ni caerse.
1.2.10.	El alumno en un espacio libre de obstáculos, se desplazará corriendo y sin caerse, recorriendo al menos ocho metros.
1.2.11.	Imitando al profesor, el alumno empujará con el pie una pelota situada en el suelo desplazándola al menos un metro. Realizar una vez de tres intentos.
1.2.12.	El alumno, imitando al profesor subirá cuatro escalones con un apoyo sin caerse.
1.2.13.	El alumno, imitando al profesor pasará un pelota de aproximadamente cuatro centímetros de diámetro de una mano a otra, por delante y por detrás de su cuerpo. Dos veces seguidas.
1.2.14.	Frente a una pelota de quince centímetros de diámetro el alumno la golpeará con el pie desplazándola al menos cinco metros consiguiéndolo una vez de tres intentos.
1.2.15.	El alumno, imitando al profesor bajará cuatro escalones libremente sin caerse, permitiéndose apoyo. Realizar una vez de tres intentos.
1.2.16.	Imitando la acción del profesor, el alumno subirá cinco escalones y alternando ambos pies al subir, sin caerse ni apoyarse a parte alguna.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.2.17.	Imitando la acción del profesor, el alumno saltará impulsándose con los dos pies al mismo tiempo salvando una distancia de al menos cinco centímetros.
1.2.18a.	El alumno, sentado en un triciclo adecuado a su edad, recorrerá impulsando los pedales un espacio de al menos cinco metros.
1.2.18b.	El alumno, imitando al profesor, botará una vez la pelota contra el suelo y le recogerá con ambas manos, consiguiéndolo una vez de tres intentos.
1.2.18c.	Imitando al profesor, el alumno con los antebrazos apoyados en la mesa abrirá una mano cerrando simultáneamente la otra, cinco veces seguidas dominando el gesto.
1.2.18d.	El alumno, imitando al profesor, impulsará con mano y hacia arriba, un globo esférico durante cinco veces al menos, de forma que éste no caiga al suelo. (No se permiten fallos).
1.2.19a.	El alumno subido en un taco o similar de seis centímetros de altura, se bajará impulsándose simultáneamente con ambos pies y sin caerse en dos de tres impulsos.
1.2.19b.	Situado en una escalera el alumno bajará cinco escalones apoyando alternativamente un solo pie en cada escalón (cinco escalones y sin apoyo y caerse).
1.2.19c.	El alumno situado a dos metros de distancia de una diana de cincuenta centímetros de diámetro, lanzará pelotas adhesivas a la misma, colocando tres de cinco intentos.
1.2.19d.	El alumno, situado frente a una pared, lanzará una pelota con ambas manos recogiendo nuevamente sin que bote en el suelo, realizándolo correctamente una vez de tres intentos.
1.2.20a.	El alumno imitando al profesor, brincará alternativamente sobre uno y otro pie sin desplazarse del lugar. (Cinco impulsos con poco pie).
1.2.20b.	El alumno suspendido en la espaldera o barrote con ambas manos y con apoyo de pies en el suelo, flexionará alternativamente cada pierna, efectuando tres flexiones con cada una. (Cuatro tiempos).
1.2.20c.	El alumno, sobre una bicicleta adecuada y con estabicclos, recorrerá un espacio mínimo de veinte metros.
1.2.20d.	El alumno, imitando al profesor rodará sobre una colchoneta en la dirección longitudinal de su cuerpo (voltereta) sin caerse hacia los lados. Se permiten tres intentos.
1.2.21.	En posición de tendido supino, cuando lo indique el profesor, el alumno abrirá brazos y piernas simultáneamente cinco veces seguidas. Realizarlo correctamente en todas las ocasiones.
1.2.22a.	Siguiendo el ritmo marcado por el profesor, el alumno palmeará dos veces seguidas, golpeando alternativamente con cada pie en los dos tiempos siguientes. (Repetir el ciclo correctamente).
1.2.22b.	El alumno, cuando lo ordene el profesor, lanzará la pelota contra la pared y la recogerá con las dos manos luego del rebote en el suelo. Realizarlo correctamente en cuatro o cinco ocasiones.
1.2.22c.	A la orden del profesor, el niño andará una distancia de quince metros

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	levantando alternativamente las piernas en extensión lo más alto que pueda, (casi plano horizontal) al mismo tiempo que el brazo opuesto («paso de la oca»). Recorrer de esa forma la distancia indicada coordinando brazo-mano, permitiéndose un solo fallo.
1.2.22d.	Tras la orden del profesor, el alumno situado frente a un compañero a una distancia de unos tres metros, lanzará y recibirá una pelota de veinte centímetros de diámetro, sin que se le caiga en más de dos ocasiones en diez veces.
1.2.22e.	En posición de pie y con los brazos extendidos al frente, el alumno abrirá una mano y cerrará otra simultáneamente diez veces, sin mover brazos y al ritmo marcado por el profesor.
1.2.23a.	El alumno botará una pelota de veinte centímetros de diámetro cinco veces con la mano dominante y seguidamente tres con la mano no dominante.
1.2.23b.	El alumno, lanzará la pelota a otro compañero o profesor, llegando a éste después de dar un solo bote en el suelo. Se permite un fallo de cada cinco lanzamientos.
1.2.24a.	Situado el alumno sobre un taco de aproximadamente treinta y cinco centímetros de lado y cinco centímetros de altura, lanzará y recibirá del profesor (situado a una distancia de cinco metros) una pelota de veinte centímetros de diámetro sin caer del taco. Se permite un fallo de cada diez ocasiones).
1.2.24b.	En posición de pie, el alumno, mediante salto abrirá siete veces las piernas lateralmente y las juntará de nuevo volviendo a la posición de partida en dos tiempos, y sin perder su propio ritmo. Se permite un fallo.
1.2.24c.	El alumno flexionado el tronco, lanzará rodando por entre sus piernas una pelota de al menos veinte centímetros de diámetro, llegando ésta justamente a otro compañero que le espera en la misma posición (tres a cinco metros de distancia entre los niños). Se permite un fallo de cada cinco intentos.
1.2.24d.	Imitando al profesor el alumno sentado frente a su mesa golpeará alternativamente con puños y palmas sobre la misma, siguiendo el ritmo impuesto por el profesor, durante medio minuto.
1.2.25a.	El alumno imitando al profesor, botará libremente una pelota o balón de más de veinte centímetros de diámetro, al tiempo que se desplaza durante quince metros sin perder el bote. Se permite un fallo.
1.2.25b.	El alumno lanzará verticalmente y a unos tres metros de altura una pelota de aproximadamente veinte centímetros de diámetro, recogiendo a continuación sin que toque el suelo. (Se permite un fallo de cada cinco intentos).
1.2.26a.	En posición de pie, el alumno, mediante salto abrirá las piernas en sentido longitudinal (delante-detrás, alternando coordinadamente y sin perder su propio ritmo, durante diez veces). Se permite un fallo.
1.2.26b.	El alumno, deberá encestar correctamente una de diez veces, un balón de al menos veinte centímetros de diámetro sobre una canasta situada a tres metros de distancia y dos metros de altura.
1.2.26c.	El alumno, recorrerá un espacio de veinte metros empujando una pelota con los pies y sin perderla. Se permite un fallo.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.2.27a.	El alumno sobre un banco sueco recorrerá un espacio mínimo de cuatro metros saltando simultáneamente con ambos pies juntos. Sin fallos.
1.2.27b.	Suspendido de la espaldera dando el dorso a la misma y sin apoyo el alumno abrirá y juntará sucesivamente las piernas cuatro veces seguidas, coordinando el movimiento.
1.2.27c.	El alumno recorrerá setenta y cinco metros, dando grandes zancadas y sin detenerse, coordinando debidamente brazo y pierna opuesta.
1.2.28a.	El alumno recorrerá sobre un banco sueco una distancia de al menos cinco metros, saltando sobre una sola pierna (pata roja) sin caerse.
1.2.28b.	El alumno con apoyo de manos en la espaldera realizará siete flexiones de piernas con rebotes, siguiendo el ritmo impuesto por el profesor, y sin perder el equilibrio.
1.2.28c.	El alumno, en unión de otros compañeros y siguiendo al profesor recorrerá una distancia de al menos trescientos metros (paso ligero y sin detenerse).
1.2.29a.	El alumno subirá a lo alto de la espaldera y bajará cinco veces seguidas sin descansar, coordinando debidamente mano-pie.
1.2.29b.	Sentado en banco sueco y partiendo de la posición de «manos en los hombros», el alumno lanzará alternativamente ambos brazos a la vertical, siguiendo el ritmo de metrónomo y sin mover tronco ni cabeza en diez ocasiones.
1.2.29c.	En posición de tendido supino, el alumno flexionará y extenderá, primero la pierna derecha y después la izquierda, con apoyo y siguiendo <i>el ritmo marcado</i> por el metrónomo. (Cinco con cada pierna). Cuatro tiempos.
1.2.29d.	Partiendo de la posición inicial: de pie, con piernas separadas y manos en clavículas, el alumno imitando al profesor realizará diez extensiones simultáneas de brazos (con rebote), <i>siguiendo el ritmo</i> impuesto por el profesor (tres tiempos).
1.2.30a.	En bicicleta adecuada, el alumno recorrerá al menos una distancia de un kilómetro, sin caerse ni detenerse.
1.2.30b.	El alumno botará continuamente una pelota de aproximadamente diez centímetros de diámetro durante veinte segundos con su mano dominante, y durante quince segundos cuando utilice su mano no preferente.
1.2.31a.	Imitando al profesor y siguiendo <i>el ritmo</i> impuesto por éste, el alumno realizará diez flexiones de piernas con rebote, sin perder el equilibrio. (Manos en la cintura) (tres tiempos).
1.2.31b.	En posición de tendido supino, con piernas en extensiones, brazos en extensión, a lo largo del cuerpo, el alumno efectuará siete flexiones alternativas de piernas, sin apoyo en el suelo, siguiendo su <b>propio ritmo</b> pero coordinadamente. (Dos tiempos). (Objetivo del efecto abdominal).
1.2.31c.	El alumno recorrerá durante treinta segundos un espacio, dando saltos seguidos con un pie y los dos siguientes con el otro, repitiendo el ciclo y de forma coordinada.
1.2.32a.	Imitando al profesor el alumno en posición de pie, y con los brazos en extensión arriba, realizará diez flexiones de tronco al frente con rebote,

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	<p>tocando con las manos en los pies coordinadamente y sin perder el equilibrio. (Tres tiempos).</p>
1.2.32b.	<p>El alumno, deberá encestar correctamente cuatro de diez veces, un balón de veinte centímetros de diámetro, sobre una canasta situada a cuatro metros de distancia y 2,20 de altura.</p>
1.2.32c.	<p>El alumno, supendido en la espaldera realizará diez flexiones alternativas de piernas, coordinadamente y siguiendo el ritmo impuesto por el profesor. (Dos tiempos).</p>
1.2.32d.	<p>En posición de pie, el alumno elevará un brazo en cruz y el otro en extensión arriba-abajo simultáneamente, volviendo a la posición de partida y siguiendo el ejercicio inversamente (4 tiempos). 10 repeticiones, siguiendo su propio ritmo pero coordinadamente.</p>
1.2.32e.	<p>Imitando al profesor y en la posición de tendido prono, el alumno realizará elevación simultánea de brazo y pierna contraria en extensión, siguiendo el ritmo marcado y cambiando simultáneamente en cada ocasión (10 repeticiones).</p>
1.2.32f.	<p>En posición de pie, el alumno, imitando al profesor realiza una elevación del brazo izquierdo y oscilación hacia atrás de la pierna derecha simultáneamente para volver al punto de partida y repetir con brazo y pierna derecha e izquierda respectivamente. (En 4 tiempos y siguiendo un ritmo), 10 repeticiones.</p>
1.2.33a.	<p>El alumno saltará con una cuerda (accionada por él mismo) sobre el propio terreno durante unos 45 minutos sin fallo alguno.</p>
1.2.33b.	<p>Imitando al profesor, el alumno con los brazos en cruz y sujetando una «pica» entre los mismos, realizará diez torsiones laterales de tronco con rebote, parado en el centro y siguiendo el ritmo marcado por el profesor (6 tiempos).</p>
1.2.33c.	<p>El alumno con el tronco flexionado en ángulo, brazos en cruz y piernas separadas, realizará diez torsiones laterales del tronco, de forma que dé con cada mano en el pie del lado contrario, siguiendo el ritmo marcado por el profesor.</p>
1.2.33d.	<p>Imitando al profesor, el alumno mediante salto, abrirá y cerrará las piernas al tiempo que eleva los brazos en cruz y vuelve al punto de partida respectivamente; lo realizará de forma coordinada y al ritmo marcado por el profesor (dos tiempos) (diez repeticiones).</p>
1.2.33e.	<p>A la orden del profesor el alumno realizará ejercicios cruzados (tocar con la mano derecha el hombro izquierdo y con la mano izquierda la rodilla derecha, etc.), siguiendo el ritmo cada vez más rápido impuesto por el profesor.</p>
1.2.34a.	<p>En posición de tendido supino, brazos extendidos a lo largo del cuerpo y piernas en flexión, el alumno realizará simultáneamente extensión de piernas (sin tocar el suelo) y oscilación de brazos atrás coordinadamente y al ritmo marcado por el profesor (diez repeticiones).</p>
1.2.34b.	<p>Imitando al profesor y en la posición de tendido prono con apoyo sólo de pies y manos, tierra supina, el alumno realizará flexión extensión alternativa de piernas coordinadamente y siguiendo el ritmo marcado por el profesor (diez repeticiones).</p>

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.2.34c.	Imitando al profesor y en posición prono, con apoyo sólo, de pies y manos, el alumno abrirá y juntará simultáneamente las piernas en extensión, mediante salto al ritmo impuesto por el profesor, en dos tiempos (diez repeticiones).
1.2.34d.	Imitando al profesor y en posición prono, con apoyo sólo de pies y manos, el alumno realizará flexión y extensión simultánea de piernas al ritmo marcado por el profesor; dos tiempos (diez repeticiones).
1.2.34e.	Partiendo de la posición de pie, brazos extendidos a lo largo del cuerpo y sujetando una «pica» entre los mismos, el alumno mediante salto abrirá piernas y elevará simultáneamente brazos, quedando la pica por encima de la cabeza; (dos tiempos). Realizar diez repeticiones, coordinadamente, al ritmo impuesto por el profesor y sin desplazarse.
1.2.34f.	De pie frente a la espaldera agarrado a éste a la altura de los hombros, el alumno saltará con pies juntos a un travesaño dado (1º, 2º o 3º), volviendo a la posición inicial (diez repeticiones coordinadas al ritmo impuesto por el profesor, permitiéndose un fallo).
1.2.35a.	Partiendo de la posición «de pie», imitando al profesor y al ritmo marcado por éste, el alumno realizará coordinadamente flexión de piernas elevando simultáneamente los brazos a la nuca, volviendo a la posición de partida en dos tiempos (realizar diez repeticiones, permitiéndose un solo fallo).
1.2.35b.	Partiendo de la posición de pie, piernas separadas y extensión de brazos en alto sujetando una pica, el alumno realizará flexión de tronco con rebote, llevando brazos en extensión dando con la pica alternativamente en cada pie y volviendo a la posición inicial (seis tiempos). (Cinco repeticiones coordinadamente al ritmo impuesto por el profesor sin perder el equilibrio, ni desplazarse).
1.2.35c.	El alumno en posición de tendido prono, con piernas separadas, sujetándose por talones en primer travesaño de espaldera (o compañero) y manos en la nuca, realizará extensión de tronco (atrás) con rebote; tres tiempos. (Realizar siete repeticiones coordinadamente y al ritmo marcado por el profesor).
1.2.36.	Imitando al profesor el alumno mediante salto abrirá y cerrará las piernas al tiempo que eleva los brazos en cruz y los lleva respectivamente al punto de partida (posición de firmes); de nuevo mediante salto abrirá y cerrará piernas al tiempo que eleva lateralmente brazos por encima de la cabeza dando palmada y volviendo al punto de partida. Lo realizará en cuatro tiempos de forma coordinada y al ritmo marcado por el profesor. (Diez repeticiones, permitiéndose un fallo). En este último objetivo no se permite el desplazamiento de lugar.

# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.3. Desarrollo de la capacidad de respiración

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.3.1.	El alumno expulsará el aire, con la estimulación física de varias partes del cuerpo. Se admite un error de cada cinco veces.
1.3.2.	Ante objetos muy ligeros (papel, bolas de corcho, etc.) el alumno soplará moviendo los objetos. Se admiten dos errores de cinco veces.
1.2.3a.	Estando con la boca tapada, a la orden del profesor, el alumno tomará aire por la nariz y lo expulsará por el mismo sitio. De cuatro intentos realizarlo correctamente al menos en tres ocasiones.
1.3.3b.	Tras tomar aire por la nariz y por indicación del profesor, el alumno expulsará el aire por la boca. Conseguirlo con éxito en tres de cada cinco ocasiones.
1.3.4.	En posición de tendido supino y con un papel colocado sobre el vientre, tomará y expulsará aire para levantar y bajar el papel. (Cinco ocasiones).
1.3.5.	Sobre un banco sueco inclinado 35°, el alumno en la posición de decúbito supino y con los pies arriba del plano, inspirará y espirará por nariz y boca, respectivamente, diez veces seguidas (colocando la mano en su vientre para sentir los movimientos). Conseguirlo con éxito en cada cinco ocasiones.
1.3.6.	Cuando lo indique el profesor, el alumno soplará sobre una caja de laberintos llevando una pelota de ping-pong por las distintas calles del laberinto. Al menos durante treinta segundos.
1.3.7a.	Dada la orden oportuna, el alumno soplará apoyando los labios en el borde de un tubo, intentando producir algún sonido. Soplará siempre que se lo indique el profesor y obteniendo algún sonido al menos en tres de cuatro ocasiones que se lo pida.
1.3.7b.	Cuando lo indique el profesor, el alumno inspirará por la nariz, manteniendo el aire durante tres segundos dejándolo escapar seguidamente y poco a poco, bien por la nariz o por la boca al menos en tres de cada cinco ocasiones que se le pide.
1.3.8a.	Estando en posición de pie y a la orden del profesor, el alumno se elevará sobre las puntas de los pies, al tiempo que separa lateralmente los brazos del cuerpo y toma aire por la nariz expulsándolo por la boca cuando vuelva a la posición inicial. Realizarlo en tres de cada cinco ocasiones.
1.3.8b.	El alumno en posición de pie y con las manos sobre las últimas costillas, realizará una inclinación del tronco expirando, para volver a la posición inicial inspirando. Tres veces correctamente.
1.3.8c.	En posición de tendido supino sobre un banco sueco, el alumno elevará lenta y lateralmente los brazos, realizando una inspiración, bajándole expirado. (Cinco veces correctamente).
1.3.8d.	Cuando lo indique el profesor, el alumno tomará aire por la nariz y lo mantendrá durante cinco segundos, pasados los cuales, lo soltará por la boca en tres tiempos. En tres ocasiones de cada cinco intentos.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.3.8e.	El alumno sentado sobre una colchoneta con las piernas cruzadas y la cabeza sobre las rodillas, elevará cabeza y tronco al tiempo que inspira y volverá a la posición inicial mientras deja salir el aire lentamente. Sin error.
1.3.9a.	Partiendo de la posición de firme, el alumno realizará elevación lateral de brazos (hasta chocar ambas manos) al tiempo que inspira muy lentamente y se eleva de puntillas, volviendo a la posición de partida expirando. Realizar cinco repeticiones coincidiendo elevación de brazos con inspiración.
1.3.9b.	En posición de tumbado supino sobre el banco sueco, piernas flexionadas y brazos paralelos al tronco, el alumno realizará una oscilación simultánea de brazos atrás <b>muy lentamente inspirando en profundidad</b> para volver a la posición de partida, mientras espira con la misma lentitud y profundidad, durante siete repeticiones. Se considera válido cuando se realiza con lentitud, coincidiendo la extensión con inspiración. <b>NOTA:</b> Cabe la posibilidad de realizar las actividades de este objetivo con pesas de 1/4 kg., después de haberlos realizado sin ellas durante un período prudencial y en cualquier caso siempre después de doce o trece años de E.C.
1.3.9c.	El alumno, en posición de pie, manos en la nuca de los codos hacia atrás, espirará al aire por la boca al máximo, inspirará profundamente, espirando suave y lentamente por la boca, tras retener el aire unos segundos. Seis repeticiones.
1.3.9d.	A partir de la posición de firmes, el alumno, espirando, descenderá a la posición de cuclillas volviendo a la posición de partida inspirando lentamente con elevación simultánea de brazos en cruz, cinco repeticiones correctamente.
1.3.9e.	El alumno sentado frente a la espaldera, piernas flexionadas y apoyado en el último travesaño realizará extensión y flexión de tronco (manos a la nuca) inspirando y espirando respectivamente.

# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.4. Desarrollo de la flexibilidad corporal y agilidad articular

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.4.1.	Con la estimulación física oportuna del profesor, el alumno moverá una articulación. Sin error.
1.4.2.	Con la estimulación física oportuna del profesor, el alumno moverá dos articulaciones de forma simultánea. Correctamente.
1.4.3a.	Por imitación del profesor, el alumno deberá mover una determinada articulación.
1.4.3b.	Ante un estímulo móvil presentado, el alumno moverá distintas partes del cuerpo como reacción al estímulo, en tres de cada cinco ocasiones.
1.4.4a.	Situado el alumno en tendido supino, ante la presencia de un objeto sonoro cerca de sus pies, golpeará aquél, produciendo un sonido. De tres intentos logrará al menos un sonido.
1.4.4b.	Sentado sobre una manta, el alumno cogerá un determinado objeto que esté situado cerca de sus pies. Realizarlo en tres de cada cinco ocasiones.
1.4.5.	Tumbado sobre una colchoneta en decúbito supino, el alumno cogerá sus pies con ambas manos cuando se lo pida el profesor. Tres de cada cinco ocasiones.
1.4.6a.	En posición de pie, el alumno, cuando lo ordene el profesor se agachará para coger un objeto que está en el suelo. Realizarlo correctamente en todas las ocasiones.
1.4.6b.	Cuando lo ordene el profesor, el alumno articulando sus muñecas juntará las palmas de las manos. Mantener ésta posición durante tres segundos.
1.4.6c.	El alumno imitará con la cabeza los movimientos que realiza el profesor (movimiento para decir que sí, ídem. para decir que no). En tres de cinco ocasiones.
1.4.7a.	<i>Situado de pie frente al profesor y a la orden del mismo, el alumno girará la parte superior de su cuerpo (tórax) hacia un lado y hacia otro, sin mover los pies del sitio.</i>
1.4.7b.	A la orden del profesor, el alumno partiendo de la posición «de pie» con piernas separadas, dejará caer el tronco hacia delante intentando tocar el suelo con las manos. Correctamente.
1.4.8a.	En posición «de pie» y con las piernas separadas, el alumno oscilará lateral y simultáneamente de la cabeza, imitando al profesor. (Siete veces seguidas al menos).
1.4.8b.	Situado el alumno en posición «de pie» sobre un taco de quince centímetros de altura y apoyando una mano en la pared, a la orden del profesor, balanceará una pierna. Cinco oscilaciones rítmicas seguidas, al menos con cada pierna.
1.4.8c.	En posición de arrodillado y sentado sobre los talones, a la orden del profesor, el alumno extenderá el cuerpo hacia delante y volverá a la posición inicial («oruga»). Cuatro de cada cinco ocasiones.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.4.8d.	Estando el alumno de pie y apoyando la mano en una pared, describirá cinco círculos con la punta de pie sobre el cuello y sin levantar en ningún momento.
1.4.8e.	Imitando al profesor, el alumno abrirá y cerrará las manos, <b>extendiendo los dedos al máximo</b> , durante quince segundos.
1.4.9.	En posición «de pie» con piernas separadas y brazos en cruz, el alumno, imitando al profesor, moverá los brazos circularmente, describiendo pequeñas circunferencias (cinco veces seguidas, sin bajar los brazos).
1.4.10a.	En posición de pie, con las piernas separadas y una pelota entre las manos, ante la orden del profesor, le entregará la pelota, por encima de su cabeza o inclinándose hacia atrás (siete repeticiones sin que se le caiga la pelota más de una vez).
1.4.10b.	Sentado el alumno en el suelo y sujetándose con una mano la muñeca de la otra mano, hará cinco circundiciones de muñeca.
1.4.11a.	Estando en posición de tendido prono y con brazos en cruz, a la orden del profesor, el alumno moverá los brazos hacia arriba y hacia abajo como «volando». (Hacerlo al menos cinco veces seguidas).
1.4.11b.	El alumno en posición sentado y cogiéndose con las manos las rodillas se dejará caer sobre la espalda en un movimiento de balanceo. Realizarlo correctamente en tres de cada cuatro ensayos.
1.4.11c.	En posición de tendido prono, flexionar el tronco hacia atrás, apoyándose sobre las manos hasta llegar a tener los brazos en extensión. Tres de cada cuatro ensayos.
1.4.12a.	Estando en posición de pie con piernas juntas, a la orden del profesor, flexionará el tronco intentando tocar las puntas de los pies, sin doblar rodillas, al menos seis veces seguidas.
1.4.12b.	El alumno en posición de pie con las piernas separadas (horcajadas), y brazos en la nuca, forzará la postura, llevando los codos hacia atrás al máximo, con ligero movimiento de vaivén. Cinco repeticiones.
1.4.12c.	De pie con manos en la cintura, el alumno realizará siete flexiones laterales de tronco (con rebote) sin perder el equilibrio (seis tiempos).
1.4.12d.	Estando en el suelo con las piernas cruzadas y manos apoyadas en las rodillas, el alumno efectuará tres rotaciones de cabeza, hacia derecha, y tres hacia la izquierda.
1.4.12e.	El alumno, sentado a la turca (buda), con el tronco erguido y las manos en las rodillas, extenderá una pierna y flexionando el tronco sobre ella tocando la planta del pie con ambas manos. Realizar cinco repeticiones.
1.4.12f.	De pie y apoyando el brazo en espaldera, el alumno a la orden del profesor realizará cinco oscilaciones laterales de piernas, en extensión. Debe de realizar cinco con cada pierna sin perder el equilibrio.
1.4.13a.	En posición de sentado con piernas juntas, el alumno tocará alternativamente las puntas de cada pie con ambas manos. Sin error.
1.4.13b.	En decúbito dorsal, con las piernas flexionadas, el alumno extenderá las piernas hacia detrás hasta llegar a tocar el suelo con la punta de los pies. En cinco repeticiones, dos fallos como máximo.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.4.13c.	<i>Sentado en el suelo con las piernas cruzadas (buda), el alumno se levantará sin apoyar las manos en el suelo. Debe realizarlo en cinco ocasiones.</i>
1.4.13d.	<i>Sentados en el suelo por parejas, con piernas abiertas y unidos manos y pies, el alumno flexionará el tronco hacia adelante, al tiempo que el compañero cae hacia atrás y viceversa. Realizarlo cinco veces seguidas.</i>
1.4.13e.	<i>El alumno, tendido prono con apoyo de talones en el último travesaño en la espaldera, y menos la cintura flexionará lateralmente el tronco (sin tocar con la cara en colchoneta), en cinco ocasiones.</i>
1.4.13f.	<i>El alumno, con rodillas separadas, sentado sobre sus talones, manos en cintura, realizará cinco extensiones de tronco, arqueándose intentando dar con la cabeza en el suelo. Correctamente.</i>
1.4.13g.	<i>El alumno, tendido prono sobre la colchoneta, a la orden del profesor, haciendo un arco tendido y tomando con sus manos los tobillos para facilitar la acción, elevará las rodillas y la cabeza al máximo posible en movimiento semicircular concéntrico hacia arriba, relajando a continuación sin soltar el tobillo. Diez repeticiones.</i>
1.4.14a.	<i>De pie y sujetando entre las manos con brazos en extensión una pica o similar, el alumno describirá un semicírculo con ambas manos llevando la pica detrás de sí. Realizarlo cinco veces sin error.</i>
1.4.14b.	<i>En posición de pie, con brazos a la cintura, el alumno realizará cinco circunducciones de tronco, sin caerse ni perder el equilibrio. (Repetir en sentido inverso).</i>
1.4.15.	<i>El alumno, con piernas separadas y extensión de brazos arriba se arqueará (extensión de tronco atrás) hasta apoyar las manos en el suelo (puente). Conseguirlo una vez de cinco intentos.</i>



## 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

### 1.5. Desarrollo de las distintas posibilidades de desplazamiento en el espacio.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.5.1.	El alumno pasará libremente de la posición «tendido supino» a la de «tendido prono» estimulado por el profesor hasta conseguirlo.
1.5.2a.	El alumno, tendido prono se arrastrará hacia el objeto que le presenta el profesor situado a una distancia de seis metros.
1.5.2b.	Colocado el niño en posición de tendido sobre un rodillo, apoyará alternativamente las manos y rodillas, cuando el profesor dé un movimiento de vaivén al rodillo, avanzando al menos un metro.
1.5.3.	El niño se pondrá de pie agarrándose a una mesa de unos cincuenta centímetros de alto donde se encuentran objetos con los que el profesor le está llamando la atención.
1.5.4a.	El alumno, sentado en el suelo frente al profesor y agarrando un aro que sostiene éste, se pondrá de pie al elevar el profesor el aro. (Se permite un traspies o caída).
1.5.4b.	El alumno gateará desplazándose por el suelo, al menos cuatro metros ante la presencia cercana de objetos.
1.5.5.	El alumno dará dos pasos guiado y sujeto de la mano del profesor, sin caerse.
1.5.6.	El alumno dará diez pasos sin apoyo alguno, sin caerse.
1.5.7.	El alumno seguirá simultáneamente velocidades lentas (con pasos largos) y rápidas (con pasos cortos) a ritmo de pandereta. Sin error.
1.5.8.	El alumno se desplazará diez metros en posición de rodillas, coordinando brazos y piernas al avanzar. Desplazándose en todas direcciones.
1.5.9.	Apoyando rodillas y manos en el suelo, el alumno se desplazará al menos dos metros en distintas direcciones, coordinando debidamente brazo y pierna del lado opuesto.
1.5.10.	El alumno, partiendo de la posición «a gatas» se desplazará dando saltos estilo conejo, por espacio de cinco metros.
1.5.11.	En posición de sentado y con las piernas flexionadas, el alumno se deslizará sobre las nalgas hacia atrás, apoyando manos y pies en el suelo. Recorrer así una distancia aproximada de tres metros.
1.5.12.	El alumno se desplazará deslizándose sobre su vientre avanzando con los antebrazos hacia adelante al menos una distancia de cuatro metros.
1.5.13a.	El alumno recorrerá una distancia de cien metros sin caerse.
1.5.13b.	El alumno se desplazará siguiendo con sus pies el ritmo impuesto por el profesor, debiendo pararse a continuar cuando cese y comience respectivamente el ritmo que se marque.
1.5.13c.	El alumno, en posición decúbito supino, se desplazará sobre su espalda hacia atrás, extendiendo y flexionando las piernas sucesivamente y recorriendo tres metros de distancia.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.5.13d.	El alumno se desplazará en un espacio de cuatro metros llevando en la mano un vaso con agua sin derramarla.
1.5.13e.	El alumno se desplazará por el aula siguiendo la orden del profesor de pisar solamente dentro de los aros que sean de un determinado color, sin pisar fuera de los mismos.
1.5.14a.	El alumno sobre la punta de los pies, recorrerá dos metros al menos, sin apoyar.
1.5.14b.	El alumno trepará a una silla y de ésta a una mesa, saltando luego al suelo, sin caerse.
1.5.14c.	El alumno subirá trepando un espacio de dos metros por un plano inclinado de 35º deslizándose luego hacia abajo.
1.5.14d.	El alumno repatará, por debajo de un tunel formado por las piernas abiertas de ocho de sus compañeros y se colocará el primero de la fila sin rozar a nadie.
1.5.14e.	El alumno correrá una distancia de cincuenta metros tocándose las nalgas con los talones al correr sin dejar de darse en más de cuatro ocasiones.
1.5.14f.	El alumno recorrerá andando hacia detrás un espacio de diez metros siguiendo un camino de cuarenta centímetros de ancho, sin salirse ni pisar la raya más de tres veces.
1.5.14g.	El alumno correrá una distancia de cincuenta metros respetando los límites de la calle por la que tenga que correr y que previamente le habrá limitado el profesor. Realizarlo en treinta segundos.
1.5.14h.	El alumno se trasladará de un lugar a otro siguiendo las huellas de quince pies marcadas por el suelo. Se permiten dos errores.
1.5.15a.	El alumno subirá por las escaleras de un tobogán y se deslizará por el mismo controlando la bajada y cayendo de pie. Se permite un error de cuatro intentos.
1.5.15b.	El alumno correrá un espacio de sesenta metros saltando quince obstáculos esparcidos por el suelo. Se permiten tres fallos en el recorrido.
1.5.15c.	El alumno saltará por una fila formada por seis aros, juntando al saltar los pies en el primer aro y abriéndolos en el siguiente. (Así sucesivamente). Un error en los seis saltos.
1.5.15d.	El alumno se desplazará por espacio de diez metros llevando su pie izquierdo atado, a la altura del tobillo, con el de otro compañero, sin salirse de un camino trazado, en más de una ocasión.
1.5.15e.	Sobre un banco suelo el alumno se desplazará caminando lateral y rápidamente durante una distancia de cinco metros. Se permite una falta o bajada del banco sueco.
1.5.16a.	El alumno se trasladará saltando en posición «de cuclillas» por espacio de siete metros, sin caerse en más de una ocasión.
1.5.16b.	El alumno se desplazará por espacio de ocho metros dentro de un saco de tela o plástico duro, que sujetará con las manos a la altura del pecho. Se permiten dos caídas como máximo.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.5.16c.	El alumno en tendido supino, brazos pegados a lo largo del cuerpo, girará sobre sí mismo (eje transversal), desplazándose cinco metros (BOTELLA BORRACHA).
1.5.16d.	El alumno recorrerá cinco metros, sobre sus manos mientras un compañero le lleva sujeto por los pies (carretilla). Dos errores o pérdidas de dicha postura como máximo.
1.5.16e.	Sobre unas quince cubiertas o neumáticos de auto u objetos semejantes esparcidos por el suelo y alineados, el alumno saltará del interior de uno al otro. Se permite un fallo o caída.
1.5.16f.	A una señal del profesor el alumno último de una fila, que está en movimiento alrededor de la clase, adelantará por la izquierda a su equipo colocándose el primero.
1.5.16g.	Dispuestos cinco obstáculos sobre un banco sueco, el alumno caminará por dicho banco durante un espacio de cinco metros evitando los obstáculos.
1.5.17a	El alumno cubrirá una distancia de veinte metros en línea recta, dando alternativamente dos pasos cortos y uno largo. Se permite un error.
1.5.17b	El alumno saltará cuatro veces por encima y volverá a pasar gateando por debajo de una cuerda situada a cuarenta centímetros del suelo sin rozarla. Se permite un error.
1.5.17c.	El alumno en posición de cuadropedia saltará como los conejos en un desplazamiento de seis metros sosteniendo un balón entre sus rodillas, sin que se le caiga.
1.5.17d.	El alumno, situado en una espaldera, con apoyos de pies y manos y dando frente a la misma, se desplazará lateralmente de una a otra (por el mismo travesaño) recorriendo al menos tres metros.
1.5.17e.	<p>El alumno se desplazará por un espacio de unos treinta metros, saltando sobre una misma pierna «pata coja», cumpliendo al mismo tiempo dos consignas del profesor:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— marcha lenta o rápida.</li> <li>— seguir ritmo ordenado (dos saltos con cada pie).</li> </ul> <p>Se permitirá dos fallos como máximo.</p>
1.5.17f.	El alumno se desplazará con los ojos cerrados sobre una banda marcada en el suelo, cinco metros, permitiéndose un error (por desviación o caída).
1.5.17g.	Suspendido, en la cuerda de nudos con apoyo de pies, el alumno, dándose impulso se desplazará por el aire por un espacio de unos tres metros dejándose caer sobre una colchoneta.
1.5.17h.	<p>El alumno colocado de puntillas se desplazará por un recorrido de veinte metros sin perder esta posición, cambiando dos veces el ritmo marcado por el profesor (lento y rápido).</p> <p>En cada cambio no tocará con talones en suelo en más de una ocasión.</p>
1.5.18a.	En posición de tendido prono, el alumno se desplazará doce metros reptando, llevando un balón sujeto entre el cuerpo y una mano sin perder el balón en más de una ocasión.
1.5.18b.	El alumno corriendo suavemente dará un saito al quinto paso. Realizarlo repitiendo el ciclo durante dos minutos. Se permite un error.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.5.18c.	El alumno recorrerá doce metros dando volteretas hacia adelante sin caerse lateralmente en más de una voltereta.
1.5.18d.	Sobre dos bancos suecos paralelos situados a una distancia de unos treinta centímetros el alumno en posición cuadrupeda sin flexionar rodillas y apoyando pie y mano derecha en uno y otro banco, se desplazará durante cuatro metros por los mismos en esta posición, sin caerse en ninguna ocasión.
1.5.19a.	El alumno saltará libremente mediante carrera entre tres cuerdas paralelas y colocadas a seis metros de distancia entre ellas y a treinta, cincuenta y setenta y cinco centímetros de altura, respectivamente. Se permite un fallo en cada tres intentos.
1.5.19b.	En posición de pie el alumno saltará seis veces hacia adelante y tres hacia atrás, tocándose al saltar los talones con las manos. (Se permiten dos fallos).
1.5.19c.	El alumno saltará a la cuerda (comba) desplazándose durante un espacio de diez metros. Se permiten dos fallos.
1.5.20a.	El alumno, sujetándose con pies y manos trepará dos metros por el palo sueco.
1.5.20b.	El alumno dará volteretas hacia atrás por espacio de ocho metros, sin caerse lateralmente en más de una ocasión.
1.5.20c.	El alumno se desplazará con manos y pies por paralelas o semejantes dos veces a lo largo de la misma. Se permite un fallo.

# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.6. Desarrollo del conocimiento del propio cuerpo y conciencia del propio ser

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.6.1.	El alumno, desplazará cuatro objetos de una mesa al suelo con una mano, cada vez, obstaculizándole el profesor uno de los brazos, cuando deseamos que maneje el otro.
1.6.2.	Situadas dos personas con el alumno frente a un espejo, éste identificará su imagen, diferenciándola de las otras dos. (No se admiten errores).
1.6.3.	El alumno, realizará correctamente tres de los cuatro gestos siguientes, efectuados por el profesor: <ul style="list-style-type: none"><li>— levantar el brazo.</li><li>— levantar la pierna.</li><li>— esconder los brazos.</li><li>— taparse la cara.</li></ul>
1.6.4.	Situado el alumno frente al profesor, se tocará las siguientes partes del cuerpo: (cabeza, pelo, ojos, boca, brazos, piernas) imitando la acción del profesor. Se admiten dos errores.
1.6.5.	Ante la indicación del profesor el alumno se tocará distintas partes del cuerpo (cabeza, pelo, ojos, boca, brazos, piernas). Se admiten dos fallos.
1.6.6.	Ante la indicación del profesor el alumno señalará en una muñeca diferentes partes que se le nombrará (cabeza, pelo, ojos, boca, nariz, brazos, piernas, pies y manos). Dos errores.
1.6.7a.	Con el cuerpo pegado a la pared el alumno separará, segmentariamente: piernas, vientre, pecho y brazos, hasta dejar pegada sólo una mano. Dos intentos sin errores.
1.6.7b.	El alumno, marcará la huella de sus manos —manchadas con pintura de dedos— sobre papel o folios. Dejando al menos cuatro huellas completas.
1.6.7c.	El alumno se introducirá en una superficie de un metro cuadrado limitada por un cordón, aro, caja de cartón, etc., permaneciendo dentro diez segundos.
1.6.8a.	El alumno, identificará, cada una de sus manos sobre ocho siluetas colocadas indiferentemente. Se permiten dos errores.
1.6.8b.	El alumno deslizará lentamente, un balón con las manos, por todo el cuerpo, desde la cabeza hasta los pies sin dejar el mismo. Se permite una pérdida del balón de cada tres intentos.
1.6.8c.	El alumno, tumbado sobre la espalda con las piernas lo más flexionadas posible y apoyando los pies en la pared, presionará sobre ésta deslizándose sobre la espalda, hasta quedar en tendido supino. Realizarlo correctamente en dos de tres intentos.
1.6.9a.	El alumno, pasará sus manos desde la punta del pie hasta llegar a la cabeza, sin separarlas de su cuerpo, con parada en: muslos, vientre y mejillas. Se permite un error de tres intentos.
1.6.9b.	A la orden del profesor, el alumno tocará la articulación solicitada por aquél (rodillas, codo, muñecas, hombro). Se permite un fallo.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.6.10.	El alumno en posición de tendido prono girará hacia un lado y hacia el otro, permaneciendo dos segundos en cada posición lateral. Conseguir una vez de cada tres intentos.
1.6.11a.	El alumno colocará la mano y el pie, del mismo lado, dentro de un aro, a una orden dada, después de haber caminado por el aula, donde hay varios aros esparcidos por el espacio. Se admite un fallo de tres intentos.
1.6.11b.	El alumno pasará un «aro» por todo lo largo de su cuerpo de arriba hacia abajo y de abajo hacia arriba. Dos intentos, no se admiten fallos.
1.6.11c.	Por encima de ocho siluetas de pies, ordenadas: derecha-izquierda juntas. El alumno, recorrerá, las mismas, colocando cada pie en su respectiva silueta. Se admiten dos fallos.
1.6.11d.	El alumno, doblará a la par las puertas simétricas de sus brazos: y sin orden determinado: codos, muñeca, dedos.
1.6.12a.	El alumno con los ojos cerrados y a una orden pasará por las posiciones de: sentado, tumbado, de pie, de rodillas, boca abajo, boca arriba, en cuclillas, diciendo cuando se lo pida el profesor en qué posición se encuentra. Se admite un error.
1.6.12b.	El alumno recorrerá hacia detrás seis siluetas de pies puestas en línea recta, colocando cada pie en su respectiva silueta. Se admiten dos fallos.
1.6.12c.	El alumno trasladará un aro, de un sitio del aula a otro, con tres partes diferentes de su cuerpo: — Mano — Codo — Bajo la axila — Cuello — Hombro Se permite un fallo o caída del aro.
1.6.13a.	El alumno, señalará al menos cuatro partes simétricas de su cuerpo. Después de observarse ante el espejo de cuerpo entero y con una línea divisoria que hace de eje.
1.6.13b.	El alumno delante del espejo de cuerpo entero, colocará tres partes de su cuerpo en forma asimétrica: brazos-hombros y piernas.
1.6.13c.	El alumno dará diez pasos hacia adelante golpeando con intensidad sólo cada vez que avance el pie derecho. En diez pasos cometer un error.
1.6.13d.	El alumno completará en el suelo con su cuerpo el lado derecho sobre una silueta incompleta de la figura humana. No se admiten fallos.
1.6.13e.	El alumno, ante una consigna recibirá una pelota de tenis con la mano derecha y la entregará con la izquierda. De cuatro intentos se admite un fallo.
1.6.13f.	El alumno señalará con su mano derecha, el lado derecho de su cuerpo; y con la mano izquierda el lado izquierdo de su cuerpo. Ante la consigna correspondiente.
1.6.13g.	El alumno señalará, tres articulaciones de las que se ha servido para pasar de una posición a otra, sin más de un error en cada cinco ocasiones.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.6.14a.	Situado el alumno frente a un espejo y siguiendo las indicaciones del profesor, sacará la lengua y llevará: arriba-abajo, derecha e izquierda. Sin error.
1.6.14b.	Siguiendo las indicaciones del profesor, el alumno localizará a ambos lados de su eje de simetría lo que este le pida (seis partes). Se permiten dos errores como máximo.
1.6.14c.	El alumno nombrará las partes de su cuerpo que intervienen en determinadas actividades: comer, correr, etc. Nombrar al menos cuatro partes.
1.6.14d.	El alumno, saltará cuatro veces sobre el pie derecho dentro de un aro rojo y cuatro veces sobre el pie izquierdo dentro de un aro verde, pasando alternativamente de aro a aro (dos rojos, dos verdes) en una hilera de cuatro aros. Se admiten dos fallos.
1.6.14e.	Sobre doce aros esparcidos sobre el suelo, el alumno saltará a la pata coja dentro con la pierna derecha, fuera con la pierna izquierda, al lado de los aros. Se admiten dos fallos.
1.6.14f.	El alumno lanzará cuatro veces la pelota hacia arriba con la mano derecha y la recogerá con la izquierda (diez repeticiones, se admite un fallo). Cambiar de mano.
1.6.14g.	En el suelo sobre un cordón recto (que será el eje de simetría el alumno buscará tres posiciones en las que brazos y piernas queden colocadas de la misma forma y simétricas con el eje. De tres veces se admite un fallo.
1.6.14h.	Colocado el alumno de pie adoptará cuatro posiciones asimétricas de brazos y piernas respecto de una línea trazada en el suelo. Tres intentos, un error.
1.6.15.	Sentado frente al profesor, el alumno imitará reproduciendo cuatro posiciones diferentes de brazos o piernas. Se admite un fallo.
1.6.16.	El alumno, colocado en un corro llevará un balón al segundo de su derecha y al quinto de su izquierda, sin error.



# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.7. Desarrollo del equilibrio

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.7.1.	El alumno, se pondrá de pie, apoyándose en objetos apropiados (mesilla parquet), manteniéndose al menos durante diez o quince segundos.
1.7.2.	El alumno, avanzará tres metros empujando una silla, sin caerse.
1.7.3.	El alumno, caminará tres metros arrastrando un juguete de ruedas sin caerse.
1.7.4.	De la mano del profesor, el alumno caminará sobre firme de diferente dureza y de estabilidad dificultosa, sin caerse.
1.7.5a.	De la mano del profesor, el alumno caminará sin caerse sobre una superficie de diez metros de longitud compuesta por tacos de una anchura de cuarenta centímetros y una altura de diez centímetros.
1.7.5b.	De la mano del profesor, el alumno caminará evitando pisar rayas transversales pintadas en el suelo a cincuenta centímetros de distancia.
1.7.5c.	El alumno subirá a un banco sueco permaneciendo inmóvil y en posición «de pie», durante diez segundos.
1.7.5d.	Imitando al profesor el alumno se mantendrá «de puntillas» durante un mínimo de cinco segundos permitiéndose el apoyo de una mano en pared o similar.
1.7.5e.	En posición «de pie» y con pies juntos, el alumno inclinará lateralmente el tronco sin mover los pies. (Bastará una leve inclinación perceptible, en dos de tres ocasiones).
1.7.6a.	En posición «de pie» y pies juntos el alumno realizará una genuflexión sobre una sola rodilla, manteniéndose así (tronco recto) durante tres segundos, y volviendo a la posición inicial sin perder el equilibrio.
1.7.6b.	En posición «de pie» y con ojos cerrados, el alumno a la orden del profesor se tocará el extremo de la nariz con el dedo índice, consiguiéndolo en una de tres ocasiones.
1.7.6c.	Partiendo de la posición «de pie» el alumno realizará una flexión de piernas sin perder el equilibrio, al menos una de tres ocasiones, permitiéndose el apoyo de una mano en pared o similar.
1.7.7a.	El alumno recorrerá un espacio de tres metros pisando por encima de tacos de cinco centímetros por veinticinco centímetros, situado a una distancia de veinte centímetros cada uno permitiéndose un fallo en cada tres intentos.
1.7.7b.	El alumno mantendrá sobre la cabeza en equilibrio durante cinco segundos un rodillo de trapo de quince centímetros de diámetro. (Sin error).
1.7.7c.	Imitando al profesor, el alumno se mantendrá sobre un solo pie al menos durante dos segundos.
1.7.7d.	El alumno caminará una distancia de diez metros con los brazos estirados al frente y llevando un objeto entre las palmas de las manos, sin dejarlo caer.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.7.8a.	El alumno caminará a lo largo tres metros, portando sobre su cabeza una almohadilla o saquito cuadrado de diez por diez centímetros de lado, sin que caiga la misma. (Conseguirlo en una de tres ocasiones).
1.7.8b.	El alumno saltará sucesivamente y con los pies juntos, al menos cinco veces seguidas sobre un trampolín, sin perder el equilibrio.
1.7.8c.	Imitando al profesor, el alumno (con los ojos abiertos, pies juntos y con las manos a la espalda), flexionará el tronco hasta formar con las piernas en ángulo recto, permaneciendo seis segundos al menos y sin mover los pies.
1.7.8d.	El alumno caminará sobre una tabla de seis centímetros de ancho colocada sobre neumáticos, sin caerse ni poner los pies en el suelo.
1.7.8e.	El alumno caminará por un espacio de diez metros saltando sobre una pierna y sujetando la otra por el tobillo, una vez flexionada, con la mano del mismo lado. Sin error.
1.7.8f.	Situado el alumno de pie sobre un banco sueco, cuando lo ordene el profesor, se agachará y se levantará sosteniendo un objeto (balón) en las manos. Lo realizará correctamente en cuatro de cinco ocasiones.
1.7.8g.	El alumno, recorrerá cuatro metros sobre el banco sueco, con pasos pequeños primero hacia adelante y después hacia detrás, sin caerse ni tener que agarrarse a ningún lado.
1.7.8h.	El alumno en posición de firmes, descenderá a la posición de cuclillas, para a continuación volver a la posición anterior. Al menos tres de cinco veces sin separarse ni caerse.
1.7.9a.	Sobre una escalera tumbada de cincuenta centímetros de anchura, el alumno marchará, colocando un pie en cada una de las bandas laterales sin tocar el suelo, en más de una ocasión.
1.7.9b.	El alumno recorrerá un espacio mínimo de tres metros sobre el banco sueco invertido, sin caerse, ni sujetarse.
1.7.9c.	El alumno se subirá y caminará libremente sobre dos MINI-HOP (zancos) sin caerse y tirando de las cuerdas con ambas manos. Recorrer por lo menos seis metros sin caerse.
1.7.9d.	El alumno recorrerá seis aros pequeños, saltando de aro en aro a la pata coja sin poner los dos pies en ninguno, permitiéndosele un solo error.
1.7.9e.	El alumno, con un pie sobre un balón, girará con el otro, dando una vuelta hacia adelante y otra hacia atrás, sin quitar el pie apoyado sobre el balón. Se admite un fallo.
1.7.9f.	El alumno subirá a una cama elástica de 1,50 x 2 metros y a 80 centímetros del suelo y estará dando saltos sobre ella durante dos minutos.
1.7.10a.	Sobre una escalera horizontal apoyada en el suelo, el alumno marchará libremente por encima de los travesaños, sin poner el pie en el suelo en más de una ocasión.
1.7.10b.	El alumno, sentado en el suelo apoyará sólo las nalgas (manos y pies al aire) manteniendo esta posición durante cinco segundos.
1.7.10c.	Sobre el banco sueco, el alumno dirigirá con el pie una pelota rodando,

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	sin que éste caiga por el lateral, permitiéndose un fallo de cada tres ensayos.
1.7.10d.	El alumno se mantendrá de puntillas y con los ojos cerrados durante diez segundos.
1.7.10e.	El alumno, de pie, con los ojos cerrados, mantendrá el equilibrio durante diez minutos, con oscilación alternativa de brazos.
1.7.10f.	Con un saquito encima de la cabeza, manos en la espalda. El alumno recorrerá diez metros caminando hacia atrás, entre dos líneas trazadas en el suelo.
1.7.10g.	El alumno caminará colocando un pie a continuación del otro: punta-talón; sin perder el equilibrio. Por encima de un cordón de cinco metros y colocado de forma ondulada. Se admite un fallo.
1.7.11a.	Sobre los pies «en cuclillas», y brazos en extensión al frente, el alumno intentará vencer, la fuerza de otro compañero durante siete segundos, apoyándose ambos, sólo en la superficie de las palmas del compañero (pelea de gallos).
1.7.11b.	Con un pie en el suelo y el otro sobre un balón, el alumno trasladará el mismo ocho metros sin poner el pie en el suelo. Sin error.
1.7.11c.	El alumno se desplazará diez metros valiéndose únicamente de dos tacos colocándose encima de uno y adelantando con las manos el otro para pasar a él, repitiendo el ciclo, sin poner pies en el suelo ni perder el equilibrio. Se admite un fallo.



# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.8. Desarrollo de la orientación espacio-temporal

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.8.1a.	El alumno, corriendo por un espacio libre (aula, jardín), se dirigirá a un punto determinado del espacio, previamente indicado. Se admite un error de cinco veces.
1.8.1b.	El alumno, colocará una pelota en un punto determinado, indicado por el profesor. Sin error.
1.8.2.	Dado un puente de madera o similar y a la orden del profesor, el alumno pasará por encima o por debajo del puente, según la orden dada. Sin error.
1.8.3a.	El alumno lanzará cinco veces verticalmente una pelota (hacia arriba) consiguiéndolo al menos en tres ocasiones.
1.8.3b.	Cuando lo indique el profesor, el alumno se situará con respecto a una silla en la posición indicada <i>delante</i> , <i>detrás</i> . (Sin error).
1.8.3c.	<i>Cuando lo indique el profesor, el alumno se situará con respecto a una mesa en la posición indicada por el profesor: arriba, debajo.</i> Sin error.
1.8.4a.	El alumno, con un objeto de distinto color en cada mano, a una orden del profesor colocará uno <i>dentro</i> de una caja dada y el otro <i>fuera</i> . Sin error.
1.8.4b.	Durante el transcurso de una carrera, el alumno cambiará de trayectoria al oír la señal sonora del profesor (palmada). Sin error.
1.8.5a.	A la orden del profesor, el alumno se desplazará <i>entre</i> laberintos contruidos con cuerdas en el suelo, encontrando la salida, sin volver hacia atrás, ni pasar por encima de la cuerda, permitiéndose un error de cinco ensayos.
1.8.5b.	Ante un laberinto con tres salidas o caminos, el alumno pasará por el <i>más largo</i> , colocando una pelota en el <i>más corto</i> . Sin error.
1.8.5c.	El profesor lanzará una pelota hacia la pared al tiempo que el alumno realiza corriendo la misma trayectoria que la pelota. Tras ello, el alumno <i>dirá cual llegó antes y cual después</i> . Sin fallos.
1.8.5d.	El alumno, botará la pelota <i>«alrededor de»</i> con aro situado en el suelo. Se admite un error de cinco veces.
1.8.5e.	Tras hacer rodar el profesor un balón que golpea una pared, el alumno dará una palmada <i>«antes»</i> que la pelota toque la pared. (Sin error).
1.8.5f.	Tras la orden del profesor el alumno lanzará una pelota <i>«después»</i> de haber dado un salto. Sin error.
1.8.6.	Caminando en forma dispersa por la clase, a una orden del profesor el alumno se colocará <i>cerca de</i> éste y a otra orden lo hará <i>lejos</i> . Sin error.
1.8.7a.	El alumno, en el centro de un corro formado por sus compañeros, lanzará la pelota a los mismos siguiendo las órdenes del profesor: <i>delante</i> , <i>detrás</i> , <i>a la derecha</i> , <i>por arriba</i> , <i>por abajo</i> . Sin error.
1.8.7b.	Situados cuatro aros alrededor del alumno, éste a la orden del profesor

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	saltará hacia el que se le indique: derecha, izquierda, atrás, delante. Sin error.
1.8.7c.	Después de oír dos sonidos emitidos por el profesor, de cinco segundos y quince segundos de duración, respectivamente, el alumno diferenciará el más corto y el más largo. Sin error.
1.8.8a.	El alumno se desplazará en línea, sin agarrarse y sin perder la distancia siguiendo la dirección que marque el profesor, hacia delante, atrás, a un lado... Sin error.
1.8.8b.	El alumno recogerá un balón lanzado por el profesor desde una distancia de cinco metros y que haya pasado por encima de la barra sueca, saltómetro, etc., a una altura de dos metros y medio. Se permite un fallo de cada cinco intentos.
1.8.8c.	El alumno lanzará la pelota que bote «entre» dos cuerdas paralelas, situadas en el suelo con un metro de distancia entre ellas permitiéndose un fallo de cada tres ocasiones.
1.8.8d.	El alumno reproducirá con palos el dibujo de una figura simple (triángulo, cuadrado, rectángulo), permitiéndose un error de cada cinco intentos.
1.8.8e.	El alumno elevará los dos brazos «al mismo tiempo», tras la orden del profesor. Sin error.
1.8.9a.	El alumno lanzará una pelota hacia arriba y dará una palmada cuando ésta alcance aproximadamente el punto más alto y otra cuando toque el suelo. Realizarlo correctamente en cuatro de cinco ocasiones.
1.8.9b.	El alumno lanzará una pelota hacia otra que se desplaza por el suelo lanzada por el profesor, acertándola en tres de cinco ocasiones.
1.8.9c.	El alumno construirá una casa en el suelo con cinco palos o picas ocupando con su cuerpo horizontal el lugar que ocuparía la sexta pica o palo. (Sin error).
1.8.9d.	Trazadas tres trayectorias en el suelo, indicadas con las flechas oportunas, a la orden del profesor el alumno las recorrerá siguiendo la dirección marcada por cada una de ellas. Sin error.
1.8.10.	El profesor realizará un recorrido entre diversos objetos situados irregularmente y el alumno repetirá la misma trayectoria, permitiéndose dos errores de cada cinco ensayos.
1.8.11.	Tras dibujar el profesor en el encerado un recorrido entre objetos, el alumno realizará la misma trayectoria entre los objetos dispersos por el aula, permitiéndose dos errores de cada cinco intentos.
1.8.12.	A la orden del profesor, el alumno lanzará una pelota «hacia» un punto de referencia dado (cuerda, situada en el suelo. Sin error).
1.8.13a.	El alumno situado en un punto determinado del aula o espacio libre se separará lentamente del mismo a una señal del profesor (palmada). A otra señal (dos palmadas) volverá rápidamente a ocupar el punto de referencia. Se permite un error de cinco intentos.
1.8.13b.	El alumno saltará con los pies juntos dando un giro en el aire de 180°, sin caerse ni perder el equilibrio en más de una ocasión de cinco intentos.
1.8.14.	El alumno realizará tres acciones señaladas por el profesor (saltar, correr,

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	gatear). A una señal del profesor volverá a realizar la acción que esta más lejos en el tiempo. (Primera acción), permitiéndose un error de cinco intentos.
1.8.15.	El alumno con los ojos cerrados tras escuchar al profesor indicará si éste está: <b>delante-detrás</b> ; <b>cerca-lejos</b> ; <b>izquierda-derecha</b> respecto a sí mismo. Permitiéndose un error de cada cinco ensayos.
1.8.16a.	A la orden del profesor, el alumno colocará dos o más objetos: <b>de frente</b> , <b>de espaldas</b> , <b>uno detrás de otro</b> , <b>al lado de</b> , <b>uno entre dos</b> . Realizándolo correctamente, permitiéndose un solo fallo.
1.8.16b.	Dada la consigna de colocarse: « <b>más alto que</b> », « <b>más bajo que</b> », « <b>tan alto cómo</b> » un objeto (mesa, sillas, piernas) el alumno lo realizará correctamente. Sin error.
1.8.16c.	El alumno a una orden del profesor realizará el itinerario que éste le irá marcando, para ir a... pasar primero por... y luego por... Sin error en tres ocasiones.
1.8.17.	El alumno a una orden del profesor realizará un itinerario que éste le irá indicando verbalmente: sales de <b>delante</b> del encerado, pasas a la <b>izquierda</b> del balón, después a la <b>derecha</b> del taco, y después por <b>debajo del banco</b> . Sin error.
1.8.18.	Colocados varios objetos por la clase, el alumno realizará un recorrido (el que él) y posteriormente lo dibujará en el encerado. Se permite un error en cada cinco ocasiones.



# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.9. Desarrollo de la capacidad de relajación

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.9.1.	Ante la audición de susurros, siseos y canciones de cuna del alumno reaccionará visiblemente, apaciguando su conducta. (Deja de moverse, etcétera).
1.9.2.	En pie, brazos caídos a lo largo del cuerpo, el alumno, respirará lentamente, inspirando por la nariz, mientras mantiene los brazos péndulos durante unos cinco segundos y espirando por la boca. (Seis repeticiones).
1.9.3a.	El alumno en posición de pie, brazos caídos a lo largo del cuerpo respirará lentamente, inspirando por la nariz, y tras extender tronco y cabeza hacia atrás expulsará el aire. (Seis repeticiones).
1.9.3b.	El alumno, de pie, brazos caídos a lo largo del cuerpo, respirará lentamente inspirando por nariz al tiempo de extender brazos arriba, y expirará mientras flexiona el tronco adelante, con brazos caídos. Bien cuatro de cinco ocasiones.
1.9.4.	El alumno, en tendido supino con piernas flexionadas inspirará lenta y profundamente al tiempo que realiza extensión de brazos atrás, volviendo a la posición de partida, mientras que expira lentamente. Sin error.
1.9.5.	El alumno, tumbado, libre y comodamente en una colchoneta centrará su atención en su aislamiento del mundo exterior, a través de palabras o música relajante.
1.9.6.	El alumno, sentado libremente, con un lápiz en una de sus manos, centrará su atención en que los dedos de la otra mano permanecen inmóviles. Correctamente.
1.9.7.	El alumno con los ojos cerrados centrará su atención durante un minuto en una de sus manos. Se entiende relajada la mano, cuando movida por el profesor, no se muestra rígida.
1.9.8a.	Tumbado libremente el alumno, con ojos cerrados y aislándose de su entorno, pensará durante un minuto: «el brazo no me pesa nada». Se considera alcanzado el objetivo cuando el miembro carezca de rigidez.
1.9.8b.	Tumbado libremente, el alumno cerrará los ojos y aislándose de su entorno pensará: «...la cabeza no me pesa nada...», durante un minuto. Se considera alcanzado el objetivo cuando la cabeza carezca de rigidez.
1.9.9.	Tumbado libremente, el alumno cerrará los ojos y se dormirá, al tiempo que suena una música tenue y relajante durante un minuto, pasando el cual la música sonará más fuerte, despertándose progresivamente.
1.9.10.	En posición de tendido supino, el alumno, centrando su atención en brazo y pierna del mismo lado, relajará éstas por espacios de dos minutos, comparando la diferencia existente comparándolo con los mismos miembros del lado opuesto. No deberán mostrarse tensos, la pierna y brazo relajado, cuando el profesor las mueva o los levante.
1.9.11.	En posición de tendido supino, el alumno, centrando su atención en brazos y piernas, relajará éstos por espacio de tres minutos. No deberán mostrarse tensos cuando el profesor los mueva o los levante.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.9.12.	Partiendo de la posición de pie, y ante el sonido de la música suave, el alumno adoptará sucesivamente diversas posturas hasta llegar a la más cómoda y en la que permanezca inmóvil y relajado, durante cinco minutos.

# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.10. Desarrollo de la potencia muscular

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.10.1.	El alumno cogido de una cuerda horizontal y teniendo a un compañero en el extremo opuesto de la misma, tirará de ella durante treinta segundos sin soltarla.
1.10.2.	El alumno, lanzará y recibirá un balón medicinal de un kilo de peso de otro compañero, situado a tres metros de distancia, describiendo un semicírculo, permitiéndose una pérdida de balón.
1.10.3a.	En posición de «tierra» y teniendo los pies sujetos por un compañero, el alumno caminará apoyando en el suelo las palmas de las manos durante un espacio de diez metros (carretilla).
1.10.3b.	Situado el alumno frente a un compañero, agarrándose con la mano, y con el pie del mismo lado en contacto lateral, tratará de vencer la resistencia del contrario, desplazándole hacia sí, permaneciendo en equilibrio al menos durante cinco segundos.
1.10.4a.	El alumno, sentado frente a otro con las piernas juntas, pies de ambos en contacto por las plantas, las manos fuertemente asidas, levantará al otro del suelo acercándole hacia sí, relajándose a continuación y dejándose llevar recíprocamente, estableciéndose un movimiento de vaivén continuo de diez segundos al menos.
1.10.4b.	El alumno, sentado en ángulo recto, con piernas separadas y apoyo de manos presionará con sus piernas a la altura de los tobillos los de otro compañero, situado en la misma postura frente a él, venciendo la resistencia de éste hasta conseguir que junte las piernas.
1.10.5a.	El alumno en posición de pie, con las piernas separadas y teniendo un banco sueco entre ellas; dará un salto poniéndose sobre el banco, volviendo después a la posición inicial, repitiendo el ciclo por lo menos diez veces.
1.10.5b.	De pie, soportando a un compañero a horcadas sobre los hombros y un apoyo de manos en espalderas a la altura de los hombros, el alumno realizará diez elevaciones de talones (de puntillas) sin descansar ni perder el equilibrio.
1.10.6a.	En posición de tendido supino con los brazos a lo largo del cuerpo y palmas hacia abajo a la altura de las caderas y sujetando un balón medicinal de un kilo entre los pies, el alumno, elevará piernas juntas portando el balón, pasando por la vertical y llegando por encima de la cabeza a tocar el suelo, volviendo a la posición de partida, sin perder el balón en más de una vez de cinco ensayos.
1.10.6b.	Sentado en ángulo recto, con pies apoyados en banqueta o similar y manos apoyadas en otra banqueta y a la misma altura, el alumno realizará diez flexiones de brazos con piernas en extensión y sin doblar la espalda.
1.10.7a.	El alumno realizará diez fondos (flexiones de brazos a partir de posición de tierra), con apoyo de pies y manos de taburete, banco o similar, inspirando durante la flexión y espirando durante la extensión. Sin error.
1.10.7b.	El alumno en suspensión vertical, situado entre dos trepas distantes un

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	metro, el alumno con una mano en cada una, subirá realizando tres flexiones alternativas con cada brazo.
1.10.8.	El alumno en posición de tendido supino y con manos sujetas en tobillos de un compañero, elevará piernas a la vertical, siendo éstas impulsadas por el compañero hasta la posición de partida, venciendo la resistencia abdominal del ejecutor. Cinco repeticiones sin que las piernas lleguen a tocar el suelo.
1.10.9a.	El alumno recorrerá una distancia de cinco metros saltando con los pies juntos y mediante un solo bote a cada lado de un banco sueco alternativamente. Correctamente.
1.10.9b.	El alumno, de espaldas a un compañero y enlazándose por los codos fuertemente realizará una flexión del tronco al frente, llevando el peso del compañero a la espalda, facilitando éste el ejercicio, colocando sus piernas en ángulo recto. Repetir el ciclo recíprocamente en cinco ocasiones sin perder el equilibrio.
1.10.10a.	El alumno, elevando a un compañero sobre uno de sus hombros y cuello le transportará durante diez metros.
1.10.10b.	El alumno, tendido supino, debajo del extremo de un banco sueco que está enganchado al quinto travesaño de las espalderas por el otro extremo, con piernas en flexión y las plantas de los pies, elevará el banco y el alumno sobre él situado, mediante extensión de piernas. Cinco repeticiones.
1.10.10c.	El alumno, suspendido de la barra, escalera horizontal o similar, con agarre de supinación, realizará cinco flexiones de brazos hasta tocar con la barbilla sobre la barra.
1.10.10d.	En posición de tendido prono, con apoyo de talones, el alumno elevando el tronco, (arco tendido) recogerá un balón lanzado por el profesor, devolviéndoselo durante diez veces sin rozar con el tórax en el suelo, sin que se le caiga en más de una ocasión, y sin apoyo de codos o antebrazos.
1.10.11.	Suspendido en la espaldera, y dando frente al profesor, el alumno realizará elevación de piernas juntas llegando tan arriba como sea posible y dando alternativamente en cada lado. Repetir el ciclo en tres ocasiones seguidas.
1.10.12.	Partiendo de la posición «de pie», el alumno realizará cinco flexiones con la pierna derecha, al tiempo que la izquierda la mantiene en semiextensión o extensión al frente, permitiéndose un leve apoyo en espaldera o similar. Efectuar con la otra pierna.
1.10.13.	Apoyando las manos sobre las bandas de las paralelas y piernas en suspensión, el alumno recorrerá cuatro metros, avanzando con cada mano.

# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.11. Iniciación al deporte y actividades al aire libre

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.11.1.	El alumno jugará al <b>fútbol</b> , cumpliendo al menos las siguientes reglas: a) Jugar al balón con cualquier parte del cuerpo, salvo manos y brazos (excepto portero) y sin salirse de la demarcación del terreno de juego. b) Lanzar el balón a puerta con intención de meter gol.
1.11.2.	El alumno jugará <b>fútbol</b> , cumpliendo al menos las siguientes reglas: a) Jugar al balón con cualquier parte del cuerpo, salvo manos y brazos (excepto portero) y sin salirse de la demarcación del terreno de juego. b) Lanzar el balón a puerta con intención de meter gol. c) Pasar el balón a sus compañeros y recibirlos de los mismos. d) Parar de jugar cuando oiga el silbato del árbitro.
1.11.3.	El alumno jugará al <b>fútbol</b> , cumpliendo al menos las siguientes reglas: a) Jugar al balón con cualquier parte del cuerpo, salvo manos y brazos (excepto portero) y sin salirse de la demarcación del terreno de juego. b) Lanzar el balón a puerta con intención de meter gol. c) Pasar el balón a sus compañeros y recibirlo de los mismos. d) Parar de jugar cuando oiga el silbato del árbitro. e) Evitar que el balón le sea arrebatado por el contrario. f) Arrebatarse el balón al contrario sin realizar incorrecciones.
1.11.4.	El alumno jugará al <b>fútbol</b> , cumpliendo al menos las siguientes reglas: a) Jugar al balón con cualquier parte del cuerpo, salvo manos y brazos (excepto portero) y sin salirse de la demarcación del terreno de juego. b) Lanzar el balón a puerta con intención de meter gol. c) Pasar el balón a sus compañeros y recibirlo de los mismos. d) Parar de jugar cuando oiga el silbato del árbitro. e) Evitar que el balón le sea arrebatado por el contrario. f) Arrebatarse el balón al contrario sin realizar incorrecciones. g) Jugar sin golpear, empujar ni sujetar al adversario. h) Jugar sin cargar al adversario.
1.11.5.	El alumno se lanzará al agua desde el borde de la piscina, teniendo ésta una profundidad inferior a la altura del niño, sin tragar agua.
1.11.6.	El alumno nadará al menos veinte metros manteniendo una línea de flotación horizontal (hombros, caderas y tobillos a la misma altura).
1.11.7.	El alumno nadará al menos veinte metros «espalda» sin detenerse.
1.11.8.	El alumno nadará al menos veinte metros al estilo «crawl» sin detenerse.
1.11.9.	El alumno nadará estilo «braza» al menos veinte metros.
1.11.10.	El alumno jugará al <b>baloncesto</b> , cumpliendo por lo menos las siguientes reglas: a) Jugar al baloncesto con las manos, pasando o/y driblando en cualquier dirección, sin dar patadas ni puñetazos al balón. b) Cooperar a que el balón no salga del terreno de juego.
1.11.11.	El alumno jugará al <b>baloncesto</b> , cumpliendo por lo menos las siguientes reglas: a) Jugar al baloncesto con las manos, pasando o/y driblando en cualquier dirección, sin dar patadas ni puñetazos al balón. b) Cooperar a que el balón no salga del terreno de juego.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.11.12.	<p>c) No correr llevando el balón en la mano.  d) No retener el balón en las manos más de cinco segundos.</p> <p>El alumno jugará al <b>baloncesto</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Jugar al baloncesto con las manos, pasando o/y driblando en cualquier dirección, sin dar patadas ni puñetazos al balón.  b) Cooperar a que el balón no salga del terreno de juego.  c) No correr llevando el balón en la mano.  d) No retener el balón en las manos más de cinco segundos.  e) Evitar contactos físicos.  f) No cometer más de cinco faltas personales a lo largo del encuentro.</p>
1.11.13.	<p>El alumno jugará al <b>balonmano</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Pasar y golpear el balón con manos, brazos, cabeza, tronco, muslo y rodillas sin salirse de la demarcación del terreno de juego.  b) Lanzar el balón a puerta, con intención de meter gol.</p>
1.11.14.	<p>El alumno jugará al <b>balonmano</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Pasar y golpear el balón con manos, brazos, cabeza, tronco, muslo y rodillas sin salirse de la demarcación del terreno de juego.  b) Lanzar el balón a puerta, con intención de meter gol.  c) No retener el balón con las manos durante más de tres segundos.  d) No correr, llevando el balón en la mano.</p>
1.11.15.	<p>El alumno jugará al <b>balonmano</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Pasar y golpear el balón con manos, brazos, cabeza, tronco, muslo y rodillas sin salirse de la demarcación del terreno de juego.  b) Lanzar el balón a puerta, con intención de meter gol.  c) No retener el balón con las manos durante más de tres segundos.  d) No correr, llevando el balón en la mano.  e) No entrar dentro de las áreas de portería.  f) No devolver balón al portero.</p>
1.11.16.	<p>El alumno jugará a <b>voleibol</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Sacar el balón desde el lugar oportuno, pasándolo al terreno contrario, por encima de la red.  b) Golpear el balón que viene del campo contrario o de un compañero, de forma que pase por encima de la red y caiga dentro del terreno contrario.</p>
1.11.17.	<p>El alumno jugará a <b>voleibol</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Sacar el balón desde el lugar oportuno, pasándolo al terreno contrario, por encima de la red.  b) Golpear el balón que viene del campo contrario o de un compañero, de forma que pase por encima de la red y caiga dentro del terreno contrario.  c) No golpear al balón dos veces seguidas.  d) Realizar la rotación de sitio cuando le corresponda.</p>
1.11.18.	<p>El alumno jugará a <b>voleibol</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Sacar el balón desde el lugar oportuno, pasándolo al terreno contrario, por encima de la red.  b) Golpear el balón que viene del campo contrario o de un compañero, de forma que pase por encima de la red y caiga dentro del terreno contrario.  c) No golpear al balón dos veces seguidas.  d) Realizar la rotación de sitio cuando le corresponda.</p>

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.11.19.	<p>e) Realizar el bloqueo, intentando devolver el balón que viene del campo contrario.</p> <p>f) No golpear el balón con el pie.</p> <p>El alumno jugará a <b>voleibol</b>, cumpliendo por lo menos las siguientes reglas:</p> <p>a) Sacar el balón desde el lugar oportuno, pasándolo al terreno contrario, por encima de la red.</p> <p>b) Golpear el balón que viene del campo contrario o de un compañero, de forma que pase por encima de la red y caiga dentro del terreno contrario.</p> <p>c) No golpear al balón dos veces seguidas.</p> <p>d) Realizar la rotación de sitio cuando le corresponda.</p> <p>e) No tocar la red ni invadir el campo del contrario.</p> <p>f) No realizar un golpe acompañando a la pelota (acompañamiento).</p>



# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

## 1.12. Desarrollo de la capacidad para el salto

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.12.1.	Imitando al profesor, el alumno partiendo del reposo, saltará libremente sobre una cuerda colocada en el saltómetro (o equivalente) a una altura de cuarenta cms.
1.12.2.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera saltará de frente impulsándose con la pierna izquierda, sobre una cuerda colocada en el saltómetro o equivalente a una altura de cincuenta cms. Repetir impulsando con la otra pierna.
1.12.3.	Imitando al profesor, el alumno mediante carrera, saltará lateralmente apoyándose sobre la pierna izquierda y elevando la derecha en extensión («TIJERA»), sobre una cuerda, colocada en el saltómetro o equivalente a cincuenta cms. de altura. (Después repetir impulsándose sobre la otra pierna).
1.12.4.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera, saltará (impulsándose con pies juntos), una cuerda colocada en el saltómetro o equivalente a una altura de cincuenta cms.
1.12.5.	Imitando al profesor y partiendo del reposo el alumno saltará (impulsándose con pies juntos) una cuerda colocada en el saltómetro o equivalente a una altura de cuarenta y cinco cms.
1.12.6.	Imitando al profesor y mediante carrera el alumno saltará una longitud, con pies juntos, a partir de una señal trazada en el suelo, cayendo sobre una colchoneta (longitud mínima dos metros).
1.12.7.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera, saltará el potro con apoyo simultáneo de manos y con piernas por fuera («Salto exterior o de pídola») altura normal del potro. (Conseguirlo una vez de tres intentos).
1.12.8.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera y apoyando las dos manos simultáneamente saltará el potro (situado transversalmente) pasando las dos piernas juntas y rectas por el lateral del aparato (TORERA). (Conseguirlo una vez de cada tres intentos por cada lado).
1.12.9.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera saltará el potro situado transversalmente con apoyo simultáneo de manos pasando piernas flexionadas entre los brazos. (Salto interior). Realizar una vez de cada cinco intentos).
1.12.10.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera saltará el plinton con apoyo simultáneo de manos y con piernas por fuera (Salto exterior o de pídola). Altura del plinton: cuatro cajones o módulos. Conseguirlo en uno de cinco intentos.
1.12.11.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera y apoyando las dos manos simultáneamente saltará el plinton, situado transversalmente, pasando las dos piernas juntas y rectas por el lateral del aparato (TORERA). Conseguirlo una vez de cada cuatro intentos y con cuatro módulos.
1.12.12.	Imitando al profesor, el alumno mediante carrera, saltará el plinton situado transversalmente, con apoyo simultáneo de manos pasando piernas flexionadas entre los brazos. (Salto interior) (Realizar una vez de cada cinco intentos).

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
1.12.13.	Imitando al profesor el alumno mediante carrera saltará sobre el plinto dando un volteo sobre el mismo, estando éste compuesto por cuatro módulos. (Conseguir uno de cinco intentos).
1.12.14.	Imitando al profesor y mediante carrera el alumno realizará un volteo sin tocar una cuerda sobre la que efectuará dicho volteo situado a cuarenta centímetros de altura.
1.12.15.	<p>Aparato: «SILLA TURCA»  Saltos: Interior            semiexterior            exterior</p> <p>Efectuar igualmente que en el objetivo anterior realizados con aparatos más simples.  Interior.— A setenta centímetros de altura conseguir uno de tres intentos.  Semi-exterior.— A sesenta centímetros de altura. Conseguir en uno de cuatro intentos.  Exterior.— A cincuenta centímetros de altura. Conseguir en uno de cinco intentos.</p>

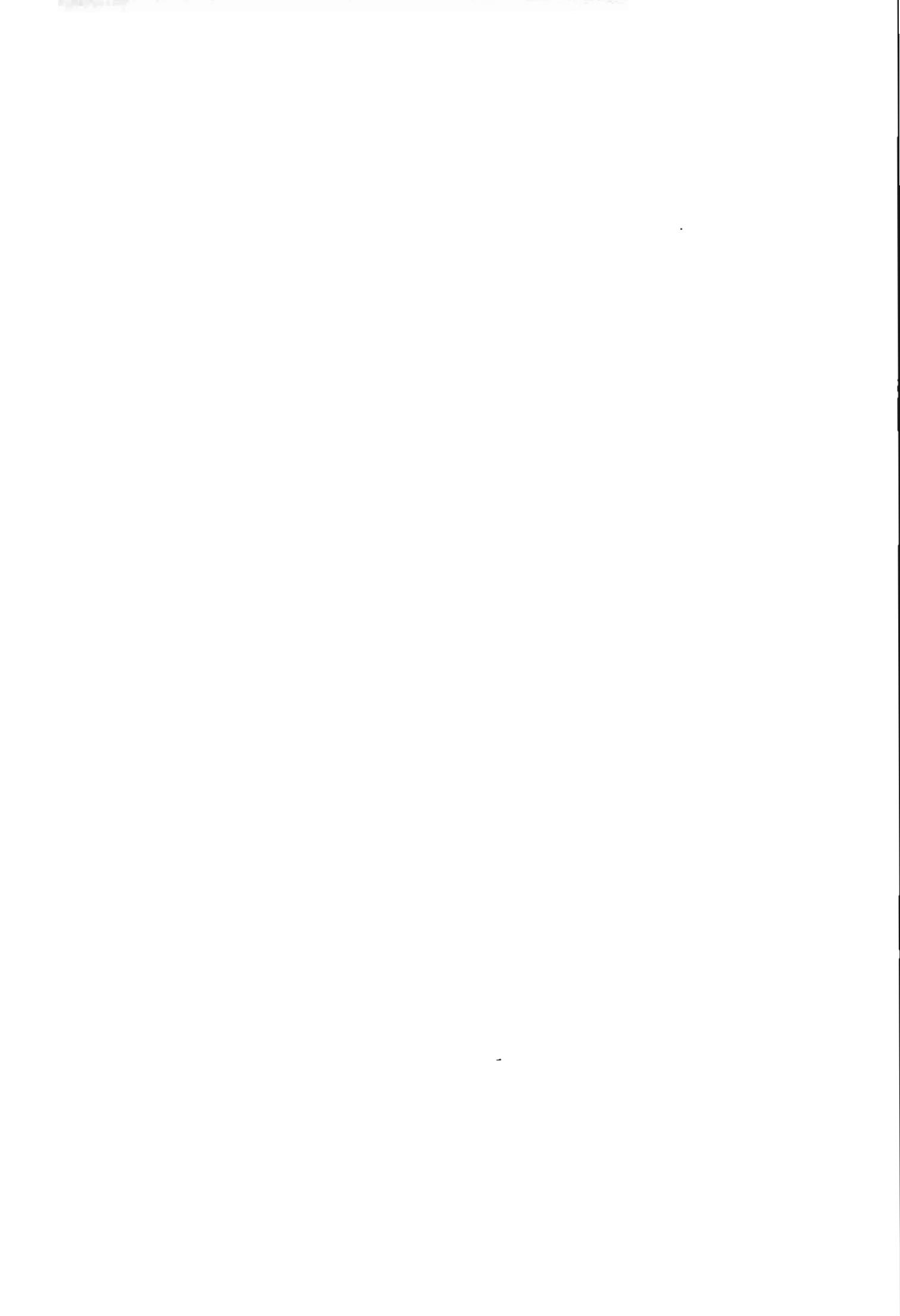
## 2. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES

### 2.1. Desarrollo de la capacidad de emisión y discriminación de sonidos y del manejo de instrumentos musicales

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.1.1.	Situado el alumno en un ambiente de tranquilidad, y ante un sonido, manifestará de un modo gestual haberlo percibido.
2.1.2.	Ante la audición de sonidos distintos, el alumno reaccionará de diferente forma según el sonido de que se trata.
2.1.3.	Después de ver al profesor tocando distintos instrumentos de percusión, el alumno tocará varios de ellos uno tras otro, siguiendo las órdenes del profesor.
2.1.4.	En el transcurso de coloquios, conversaciones o cantos en alta voz, por los alumnos de la clase, a una orden del profesor, guardará estricto silencio. En cuatro de cinco ocasiones.
2.1.5.	Estando de espaldas al profesor el alumno distinguirá entre un sonido producido por golpes en distintas partes del cuerpo y otro producido por instrumentos musicales.
2.1.6.	El alumno utilizará su propia voz para reproducir los sonidos propuestos o/y escuchados anteriormente. Se permiten dos errores en cada cinco ocasiones.
2.1.7.	El alumno demostrará reconocer el sonido producido por distintos instrumentos, cumpliendo sin error las consignas dadas por el profesor.
2.1.8.	El alumno dará pisadas fuertes o débiles de acuerdo con la intensidad de los golpes de panadero que da el profesor. Sin error.
2.1.9.	Tras escuchar una grabación, de cinco sonidos familiares (timbre de teléfono, pasos, golpes en las puertas, grifos abiertos, claxon de un coche), el alumno acertará al menos tres de los sonidos emitidos.
2.1.10.	Estando situado frente a tres instrumentos (flauta, bombo, tambor) el alumno hará sonar aquél cuyo sonido sea más parecido a un sonido previamente emitido por el profesor. Sin error.
2.1.11.	Tras escuchar un fragmento de una canción conocida en el mundo infantil, durante un tiempo de unos diez segundos, el alumno adivinará el nombre de la canción. De cada cinco canciones acertar al menos tres de ellas.
2.1.12.	El alumno libremente recordará los instrumentos naturales de su propio cuerpo, empleándolos ahora con la debida técnica, buscando además las posibles variantes de interpretación.
2.1.13.	El alumno acompañará una danza o música con palmas buscando distintas posibilidades de formulación de ritmos con distintos elementos corporales.
2.1.14.	El alumno tocara varios instrumentos de percusión siguiendo las normas más elementales de su uso, de manera que acompañe una melodía con un instrumento.
2.1.15.	Tras oír dos sonidos totalmente diferenciados en cuanto a su duración dirá «largo» o «corto» según se trate.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.1.16.	Tras oír dos sonidos emitidos por el profesor, utilizando un instrumento melódico, distinguirá el más grave sentándose, del más agudo «LA», levantándose.
2.1.17.	Tras la audición de cinco compases en ritmo binario, en que se imitan seis golpes fuertes y tres débiles, el alumno dirá el número exacto de golpes fuertes percibidos.
2.1.18.	Al mismo tiempo que se oye una sencilla composición en compas 2/4 con intención de las notas DO, RE, MI, SOL, LA, el alumno dará un golpe de pandero u otro instrumento (equivalente a cuatro negras) esto es, dos compases.
2.1.19.	El alumno reconocerá las distintas voces que cantan en una grabación magnetofónica interpretadas por personas conocidas.
2.1.20.	Al mismo tiempo que se oye una sencilla composición musical en compas 3/4 con intervención de las siete notas musicales, el alumno dará un golpe de pandero u otro instrumento en el tiempo fuerte de cada compas.
2.1.21.	Dados tres sonidos musicales (sol, la, do), a la orden del profesor el alumno dará un golpe de pandero cada vez que oiga la nota sol.
2.1.22.	El alumno, tras escuchar una canción, contestará acertadamente al menos siete de las siguientes cuestiones: a) ¿Quién canta? ¿Un grupo a uno sólo? ¿Un niño o una persona mayor? ¿Un hombre o una mujer? ¿Una voz aguda, grave o intermedia? b) ¿Se les entiende la letra? c) ¿Cantan en castellano? d) ¿Les acompañan instrumentos? e) ¿A qué familia pertenecen? f) ¿Entonan correctamente al cantar? g) ¿Se equivocan en la letra? h) ¿Dónde, exactamente, está el error? i) ¿Los instrumentos y voces van acompañados (o entran a tiempo)?
2.1.23.	Tras haber oído dos notas (la, do) emitidas por el profesor mediante un instrumento musical, el alumno dirá: La o Do según corresponda.
2.1.24.	Dado un metalofón con las notas marcadas y a la orden del profesor el alumno hará sonar el metalofón, tocando en el lugar correspondiente el nombre de la nota que el profesor indique.
2.1.25.	Dado un metalofón (en el que no figura el nombre de las notas) cuando el profesor pida una determinada nota, el alumno la reproducirá con el metalofón.
2.1.26.	Ante la audición de una obra de música descriptiva el alumno realizará la abstracción de sonido que puedan estar representados en el momento preciso.
2.1.27.	El alumno reconocerá al menos cinco de los diferentes instrumentos de la orquesta que intervienen en una obra musical.
2.1.28.	El alumno percibirá la diferencia de altura que existe entre los sonidos que forman una canción, para entonarla correctamente. De cinco canciones, se permite un fallo.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.1.29.	El alumno reproducirá con su propia voz el sonido diferente de la nota «do» grave al comienzo de la escala y agudo en su octava alta, inmediatamente después de escucharlos en un piano.
2.1.30.	El alumno reconocerá las distintas escenas, temas y personajes descritos en una obra de música de tipo argumental. Al menos tres por cada pieza musical.
2.1.31.	El alumno cantará la escala musical pronunciando los nombres de las notas a la vez que sube y baja la mano según sean estas agudas o graves.
2.1.32.	El alumno hará sonar la escala musical en el metalofón.
2.1.33.	El alumno frente a un metalofón, tocará una pieza que el profesor le va cantando (utilizando el nombre de las notas).
2.1.34.	El alumno identificará gráficamente las siete notas musicales con cifras arábigas que serán presentadas en forma de diagramas. (Según el método Ward).
2.1.35.	Tras la audición de una melodía muy conocida en la que hay cuatro compases no pertenecientes a la misma, el alumno indicará levantando el brazo que es lo que no forma parte de la pieza al oírla por segunda vez.
2.1.36.	El alumno intervendrá en el momento rítmicamente justo en la interpretación de una pieza musical, utilizando un instrumento de parche.
2.1.37.	El alumno aprenderá la técnica de los xilófonos: Bajo, alto y soprano, de los metalófonos (bajo, alto y soprano) y de los carillones (alto y soprano).
2.1.38.	El alumno tocará la flauta dulce.



## 2. DESARROLLO DEL SENTIDO DEL RITMO Y CAPACIDAD MUSICAL

### 2.2. Desarrollo del sentido del ritmo

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.2.1.	<i>Mientras escucha canciones infantiles, e imitando al profesor, el alumno realizará gestos rítmicos alusivos.</i>
2.2.2.	El alumno se desplazará libremente, siguiendo un ritmo rápido que marcará el profesor con un pandero y se dejará caer en el suelo cuando escuche un golpe seco del pandero.
2.2.3.	Al mismo tiempo que el profesor marca un ritmo binario con un instrumento de percusión, el alumno seguirá dicho ritmo con palmas u otro instrumento. Se permite un máximo de un error en un tiempo de cuarenta y cinco segundos siguiendo el ritmo.
2.2.4.	El alumno, formado en fila con otros compañeros, se desplazará marcando el paso al son de una marcha cantada por el profesor. Se permite un máximo de dos errores en toda la canción.
2.2.5.	Tras la emisión de una estructura con ritmo binario con elementos naturales e instrumentales, por parte del profesor, el alumno repetirá los mismos golpes.
2.2.6.	Tras tocar el profesor un determinado instrumento y dar las indicaciones oportunas, el alumno le contestará con el instrumento que quiera. (Hasta por lo menos cuatro veces seguidas).
2.2.7.	El alumno cambiará la forma de caminar según el ritmo marcado por el profesor (pasos largos, marcha normal, carrera).
2.2.8.	Tras oír las indicaciones del profesor y el ritmo que éste marca (lento o rápido), el alumno se balanceará de un lado a otro, cambiando el peso del cuerpo de un pie a otro (como una campana).
2.2.9.	El alumno acompañará rítmicamente canciones populares golpeando con sus puños sobre saquitos de lona con tierra, colocados sobre la mesa.
2.2.10.	El alumno intervendrá con instrumentos de percusión en un fragmento indicado de una canción.
2.2.11.	Estando sentado frente al profesor que da palmas, el alumno dará dos palmadas rápidamente por cada una de las que emita el profesor.
2.2.12.	Tras oír una estructura de ritmo ternario que es emitida por el profesor, el alumno la reproducirá correctamente, utilizando las partes de su cuerpo o instrumentos musicales de percusión.
2.2.13.	Dado un determinado instrumento de percusión (claves), el alumno tocará por indicación del profesor, cambiando la rapidez del ritmo, por indicación del mismo.
2.2.14.	A la orden del profesor, el alumno repetirá una estructura rítmica dada un número determinado de veces (inferior a diez), utilizando un instrumento de percusión.
2.2.15.	Tras las indicaciones oportunas y oír una determinada palabra, el alumno la reproducirá dando palmadas, haciendo coincidir la palabra o golpe fuerte al decir la sílaba acentuada (tónica).

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.2.16.	Tras la audición de una composición rítmica de seis compases combinados ritmos binario y ternario con figura «negra», el alumno la reproducirá.
2.2.17.	El alumno, caminando por el espacio, apreciará los distintos cambios de tiempo en una obra musical que escuche, y lo expresará haciendo variaciones en su propia marcha.
2.2.18.	Tras la audición de una composición rítmica de diez compases (obstinato) cambiando ritmos binarios y ternarios con figuras «negras» y «corchea» sin intervención de silencios, el alumno la reproducirá utilizando instrumentos de percusión.
2.2.19.	El alumno expresará conocer los conceptos mucho-poco, largo-corto, interpretando ritmos con un instrumento de percusión cambiando la rapidez por indicación del profesor.
2.2.20.	El alumno responderá con distintos movimientos a los cambios de ritmo que aprecie en la música o esquemas rítmicos que escuche, siempre que se le pida.
2.2.21.	Mirando una composición rítmica (binario, ternario o combinados) el alumno la reproducirá utilizando, pies para blancas, palmas para negras y pitos para corcheas.
2.2.22.	El alumno interpretará correctamente el esquema rítmico que corresponda a una canción que vaya a aprender posteriormente, siempre que se le pida.
2.2.23.	El alumno realizará gráficas que se ajusten rítmicamente a una canción, primero en el espacio después en la pizarra, pintando y borrando en el tiempo justo. Guardando el orden y la debida proporción.
2.2.24.	El alumno distinguirá el lugar (principio o final) en que va el acento rítmico de una agrupación rítmica binaria, dando una palmada en ese momento.
2.2.25.	El alumno realizará ejercicios rítmicos componiendo e interpretando partituras convencionales.

## 2. DESARROLLO DEL SENTIDO DEL RITMO Y CAPACIDAD MUSICAL

### 2.3. Iniciación al canto individual y grupal

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.3.1.	El alumno realizará correctamente los ejercicios de respiración que el profesor solicite, en todas las ocasiones.
2.3.2.	El alumno realizará las vocalizaciones que le indique el profesor, de la forma adecuada, siempre que se le pida.
2.3.3.	El alumno realizará imitaciones de sonidos, partiendo del grave al agudo y viceversa.
2.3.4.	El alumno realizará, a indicación del profesor, los ejercicios de técnica vocal, correspondientes a la búsqueda de la resonancia de su propia voz, siempre que se le pida.
2.3.5.	El alumno cantará vocales, fonemas y conciones articulando sus pronunciaci3n debidamente, en todas las ocasiones.
2.3.6.	El alumno identificará la altura de los sonidos musicales con el gesto melódico de su mano.
2.3.7.	El alumno, con su organo de fonaci3n, imitará lo más exactamente posible desde el punto de vista musical, sonidos de su mundo exterior.
2.3.8.	El alumno tarareará o cantará al menos estribillos de canciones.
2.3.9.	El alumno entenderá indicaciones gestuales elementales del profesor: (empezar-terminar, acelerar-retardar, acentuar-apianar). Se permite un error por cada siete órdenes.
2.3.10.	El alumno interpretará canciones captando la poesia del contenido y la belleza en la música.
2.3.11.	El alumno realizará improvisaciones musicales con su propia voza, dialogando con el profesor y los otros compa3eros.
2.3.12.	Dada la se3al oportuna por parte del profesor, el alumno continuará cantando el fragmento siguiente al interpretado por otro alumno de una determinada canci3n hasta que el profesor de la se3al de cesar de cantar.
2.3.13.	El alumno participará en el canto colectivo, cantando al menos cuatro de las cinco canciones propuestas (se admiten alteraciones).
2.3.14.	El alumno intervendrá y dejará de intervenir en la interpretaci3n de un canon cuando le corresponda.
2.3.15.	El alumno formando parte de un subgrupo dentro del «coro» mantendrá un dialogo cantando con el otro subgrupo.
2.3.16.	Estando oyendo una canci3n infantil, el alumno ante una indicaci3n del profesor repetirá en forma de «eco» las palabras o sílabas finales de cada copla, mientras el resto del grupo mantiene la boca cerrada.
2.3.17.	Dada la orden de cantar cuando corresponda en su cuerda, el alumno intervendrá en la interpretaci3n de canciones a dos o más voces, siempre que se le pida.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.3.18.	El alumno distinguirá las distintas voces de hombre y de mujer, según su tesitura, en una grabación o representación de ópera, zarzuela, saine, comedia musical, etc.
2.3.19.	Los alumnos interpretarán partituras sencillas a una o varias voces.
2.3.20.	El alumno cantará en el grupo lo más afinadamente posible, siguiendo a los demás. Deberá encontrarse a gusto, apreciando la belleza del canto y de la música.

## 2. DESARROLLO DEL SENTIDO DEL RITMO Y CAPACIDAD MUSICAL

### 2.4. Iniciación a la danza

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
2.4.1.	El alumno danzará libre y espontáneamente, ante una música grabada o cantada, durante treinta segundos.
2.4.2.	El alumno situado frente a un compañero, balanceará los brazos de izquierda a derecha, al mismo tiempo que esta siguiendo un ritmo de valls muy marcado, cometiendo como máximo un error en un tiempo de actuación de un minuto.
2.4.3.	Tras las indicaciones oportunas del profesor, el alumno dará hasta cinco pasos a derecha, izquierda, adelante o atrás según se le haya indicado.
2.4.4.	El alumno acompañará durante treinta segundos una pieza musical utilizando «paso salto». NOTA: El «paso salto» es dar un salto sobre el pie que ha dado un salto.
2.4.5.	El alumno moverá los brazos de forma acompasada a los pies. Durante un baile de un minuto de duración, debe de realizar al menos diez cambios.
2.4.6.	El alumno, formando corro con el profesor y dos compañeros más, girará en el corro sin soltarse de las manos durante todo el tiempo que dure la canción.
2.4.7.	A la orden del profesor, el alumno integrado en un coro, pero sin agarrarse de las manos girará: <ul style="list-style-type: none"><li>— a la derecha</li><li>— a la izquierda</li><li>— hacia dentro</li><li>— hacia fuera.</li></ul>
2.4.8.	El alumno, conociendo distintos movimientos de pies, acompañará una pieza musical, folclórica de un minuto de duración, utilizando al menos dos tipos de punteos, en combinación con pasos simples.
2.4.9.	El alumno, evolucionará en distintas direcciones, portando entre sus manos un objeto como parte integrante de la danza.
2.4.10.	Los alumnos interpretarán rítmicamente los gestos que están contenidos en algunas canciones infantiles.
2.4.11.	A la orden del profesor, el alumno trabajará grupalmente la forma de hilera.
2.4.12.	Mientras suena la música el alumno, integrado en grupo realizará la evolución de la forma dancística de corro a la de fila o hilera.
2.4.13.	A la orden del profesor y siguiendo las indicaciones de éste, el alumno seguirá una música durante un minuto, formando pareja con otro compañero.
2.4.14.	El alumno participará en la improvisación grupal de coreografías sencillas sobre canciones que vaya aprendiendo. Deberá participar respetando las normas y manteniendo el estado de ánimo, propio de las actividades recreativas.
2.4.15.	Al tiempo que suena una canción popular el ritmo muy marcado, el

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	<p>alumno marcará los pasos señalados, tales como «dos hacia la derecha, uno hacia atrás, vuelta en semicírculo y a la inversa».</p>
2.4.16.	<p>El alumno realizará una danza en la que se convinen pasos, movimientos y palmadas. Las palmadas deberán realizarse rítmicamente en el tiempo justo, según las distintas combinaciones que se realicen.</p>
2.4.17.	<p>El alumno participará en la ejecución de una danza popular en forma de hilera. Se permite un error en toda la danza.</p>
2.4.18.	<p>El alumno escuchando una música adecuada, la interpretará en círculo formando una «cadena». Junto con sus compañeros debe realizar al menos seis cambios sin error.</p>
2.4.19.	<p>El alumno escuchando durante dos minutos «Barcarola» bailará al ritmo marcado cambiando al menos, dos veces los movimientos corporales para acompañar ésta pieza.</p>
2.4.20.	<p>El alumno bailará durante un minuto una jota, utilizando al menos dos cambios de posición.</p>
2.4.21.	<p>Cuando lo indique el profesor, el alumno se incorporará al grupo de compañeros que efectúan una danza conocida por todos ellos.</p>
2.4.22.	<p>Ante la audición de una determinada pieza musical, el alumno realizará los movimientos indicados en la pizarra.</p>
2.4.23.	<p>El alumno realizará correctamente las cinco posturas básicas de los pies, de la escuela clásica internacional.</p>
2.4.24.	<p>El alumno realizará las cinco posturas básicas de brazos, de la escuela clásica internacional.</p>
2.4.25.	<p>El alumno realizará las posturas básicas de pies y brazos de modo combinado, de la escuela clásica internacional.</p>
2.4.26.	<p>Dominadas las posturas básicas, los alumnos realizarán el «Porte de bras», de modo libre totalmente improvisado, ante la audición de una melodía, teniendo cuenta el inicio y conclusión de las frases musicales. NOTA: <b>Porte de bras.</b> Llevar los brazos. En este caso, se trata de combinar las posturas básicas.</p>

### 3. DESARROLLO DE LA COMUNICACION Y REPRESENTACION DE VIVENCIAS POR MEDIO DEL GESTO

#### 3.1. Desarrollo de la expresión, imitación y representación de acciones, sentimientos y emociones a través del gesto

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
3.1.1.	El alumno imitará movimientos realizados por el profesor con elementos inmediatos usuales. Realizar correctamente dos veces de cada cinco intentos.
3.1.2.	El alumno imitará expresiones faciales realizadas por el profesor. Dos veces correctamente de cada cinco intentos.
3.1.3.	El alumno manifestará de forma gestual su agrado ante una acción, hecho o estímulo. Deberá cambiar el gesto de una acción a otra.
3.1.4a.	El alumno imitará gestualmente acciones de la vida cotidiana sencilla, efectuadas por el profesor correctamente tres de cada seis intentos.
3.1.4b.	El alumno imitará los gestos de manos del profesor, referidos a una determinada canción infantil. Bastará con que intente la imitación.
3.1.5.	El alumno, de pie frente del profesor, imitará gestos hechos por éste, con cualquier parte del cuerpo realizando correctamente tres de cada cinco intentos.
3.1.6a.	El alumno imitará al profesor delante del espejo gestos muy abiertos y muy cerrados con todo el cuerpo. Bastará con que diferencie un gesto de otro.
3.1.6b.	El alumno imitará al profesor delante del espejo, movimientos cortados <i>(como un robot)</i> usando todo el cuerpo. Bastará con que el alumno permanezca tres segundos en cada postura.
3.1.6c.	El alumno imitará al profesor gestos realizados con la cara y las manos que expresen acciones simples de la vida cotidiana. De forma comprensible en tres de las cinco ocasiones.
3.1.7a.	El alumno moverá rítmicamente todo el cuerpo jugando con una bola de papel realizada previamente por el mismo. Bastará con que se desplace por la sala.
3.1.7b.	El alumno hará movimientos rápidos y lentos (según la música) con todo el cuerpo llevando en las manos tiras de papel. Bastará con que el alumno se exprese libremente.
3.1.7c.	El alumno llevando las manos llenas de trocitos de papel y ante una orden del profesor los lanzará hacia arriba. Bastará con que participe en toda la secuencia efectuada en grupo.
3.1.8a.	El alumno interpretará gestualmente, con ayuda de dos palos de treinta centímetros, los siguientes instrumentos musicales: trompeta, guitarra, tambor, violón, armónica. No se permite ningún fallo.
3.1.8b.	El alumno gestualmente, con su cuerpo imitará las posturas de los siguientes animales: toro, elefante, paloma y tortuga. Bastará con que cambie el gesto corporal de un animal a otro.
3.1.8c.	Al tiempo que oye una canción conocida («los peces en el río») el alumno

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
	representará mímicamente al menos cuatro de las distintas secuencias del contenido de la letra de la canción, con un orden cronológico.
3.1.9.	El alumno imitará al profesor acciones a través del gesto, en las que sean necesarias manipular objetos imaginarios. Bastará con que el niño se aproxime al gesto adecuado.
3.1.10.	El alumno imitará acciones que exijan esfuerzo, simbolizados con el gesto correctamente en tres de cinco ocasiones.
3.1.11a.	Dado el nombre de cuatro acciones para ser realizadas en pantonima andando, el alumno realizará al menos tres de ellas (caminar cansado, caminar con mucha prisa, caminar como si se tuviera frío, caminar a gatas).
3.1.11b.	Ante las diferentes frases dichas por el profesor el alumno hará la oportuna representación mímica con todo el cuerpo. Basta con que haga cinco de ocho.
3.1.11c.	El alumno realizará la acción que represente el deporte que diga el profesor, acertando al menos en tres de cada cinco ocasiones.
3.1.12.	El alumno pedirá un objeto gestualmente con cualquier parte del cuerpo. Bastará con que se aproxime el gesto a lo que desea pedir. En tres ocasiones de cinco intentos.
3.1.13.	Ante una representación gestual determinada, por parte del profesor; el alumno indicará verbalmente la actividad de que se trata. Se permite un fallo de cada cuatro ocasiones.
3.1.14.	El alumno responderá con un gesto diferente y que tenga relación a la acción gestual previamente realizada por un compañero, en tres de cada cinco ocasiones.
3.1.15a.	En una representación gestual narrada por el profesor, el alumno, con otros compañeros, usará su cuerpo para simbolizar los elementos de dicha narración. Bastará con que sepa simbolizar tres elementos.
3.1.15b.	El alumno participará junto con otro compañero en un diálogo gestual de situaciones de acciones cotidianas. Interviniendo al menos en cuatro de cada cinco proposiciones.
3.1.16a.	El alumno realizará sucesivamente tres gesticulaciones (rostro, sonriente, rostro triste, rostro estático) durante como mínimo cinco segundos para cada tipo de emoción representada.
3.1.16b.	El alumno representará los sentimientos de alegría o de tristeza de forma que lo entiendan así todos los compañeros. (También pueden ser gestos de asombro, de rechazo, de aburrimiento, de dolor, de paz).
3.1.16c.	Estando el niño observando una representación mímica, a la orden del profesor, el alumno indicará si es triste o alegre. Acertando en tres de cada cuatro ocasiones.
3.1.17.	El alumno cambiará el gesto de su cara mientras el profesor narra una breve historia en la que se produzcan al menos dos situaciones emocionales opuestas (tristeza-alegría, etc.). (Se tiene que discriminar claramente el cambio de gesto).
3.1.18a.	El alumno, con otros compañeros formará parte de un determinado grupo escultórico, cuatro de cada cinco ocasiones que se pida.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
3.1.18b.	El alumno formará parte con sus compañeros de una máquina organizada por el profesor. Bastará con que se coloque en el lugar adecuado a la primera orden del profesor.
3.1.19a.	El alumno realizará gestualmente tres acciones que representan un determinado oficio (albañil, médico, costurera, etc.). Tiene que acertar el gesto adecuado dos de cada cinco veces.
3.1.19b.	El alumno participará en una representación gestual sobre un tema dado por el profesor, interpretando uno o más papeles. Se considera conseguido si entra en escena cuando en su turno y ejecuta el gesto correspondiente.
3.1.20.	El alumno con otros niños, participará en una sencilla representación sobre acciones cotidianas con diálogo, logrando captar la atención y el silencio de los niños que observan, al menos en tres de cinco intervenciones en representaciones distintas.
3.1.21.	El alumno participará en la representación de un cuento, que previamente ha preparado con sus compañeros. El alumno debe de recordar su personaje y entrar en escena cuando le corresponda.
3.1.22.	El alumno se caracterizará al menos con dos distintivos del personaje de una historieta narrada por el profesor. Sin error.
3.1.23a.	El alumno dramatizará una escena junto a sus compañeros, tras haber observado un grabado donde se representa una escena de la vida familiar.
3.1.23b.	El alumno representará con otros compañeros, hechos actuales sacados de la prensa. Sin error y comprendido por los demás.
3.1.23c.	El alumno representará gestualmente, junto con otros compañeros, los contrastes siguientes: fealdad-belleza, guerra-paz. Tendrá que discriminarse claramente un gesto del otro.
3.1.24.	El alumno manejará un títere, siguiendo las órdenes verbales del profesor. Basta con que sepa colocar el guiñol en las manos y moverlo.
3.1.25.	El alumno imitará con su títere, los gestos y movimientos que realice el profesor con su títere. Buena imitación tres de cada cinco gestos distintos.
3.1.26.	El alumno situado detrás del escenario del guiñol, mantendrá un diálogo de manera espontánea con un títere. Bastará con que se establezca el diálogo entre el alumno y el títere durante un minuto.
3.1.27.	El alumno representará con marionetas de guiñol una escena simple al menos con tres acciones de las cinco realizadas por el profesor con los mismos muñecos.
3.1.28.	Situado profesor y alumno frente a frente, teniendo cada uno de ellos un títere en sus manos, el alumno mantendrá un diálogo con el profesor durante un minuto.
3.1.29.	Situado el alumno como espectador de una representación de guiñol, responderá verbalmente como mínimo a tres preguntas que le formule el profesor relacionadas con la historieta representada.

Código	OBJETIVOS OPERATIVOS
3.1.30.	El alumno, tras escuchar una narración en la que intervienen cinco personajes (abuela, niño, niña, perro, guardia), elegirá de entre la caja de títeres, al menos tres que se acoplen a los personajes que han intervenido.
3.1.31.	Situado el alumno detrás de un teatro de guiñol y con un títere en cada mano, a la orden del profesor interpretará una historia simple inventada por él. Deberá intervenir una vez como mínimo cada personaje, y durante dos minutos.

**ACTIVIDADES SUGERIDAS Y MATERIAL**



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS /	MATERIAL
1.1.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Levantar la cabeza siendo es- timulado por el profesor.</li> <li>— Seguir con la cabeza el movi- miento de un objeto.</li> <li>— Mover los brazos, piernas, etc. ante la presencia muy cercana de objetos.</li> <li>— Abrir la boca, mover los ojos, etc., ante la presencia de un estímulo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Objetos motiantes (sonajeros, llaves de plástico de colores, chupete, luces de distintos colores, etc.).</li> </ul>
1.1.2a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Contactar con el suelo.</li> <li>— Estar en suspensión sujeto por el profesor.</li> <li>— Elevarse y bajar (con ayuda del profesor).</li> <li>— Tocar el suelo con un pie, con el otro, con los dos, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Alfombra.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.1.2b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mantener objetos con ambas manos.</li> <li>— Extender y flexionar los brazos.</li> <li>— Coger un sonajero, aro, etc., con una mano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Somajero, pelota, aros, chu- pete.</li> <li>— Cuna, cama, colchoneta.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.1.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Extender los brazos.</li> <li>— Intentar coger el objeto que tiene delante.</li> <li>— Coger objetos con una mano.</li> <li>— Coger objetos con ambas manos.</li> <li>— Pasarse objetos de una mano a otra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñeco, sonajero, aros, etc.</li> <li>— Alfombra, moqueta.</li> </ul>
1.1.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar de decúbito prono a decúbito supino.</li> <li>— Tumbarse sobre una manta.</li> <li>— Dar giros de 180º sobre un eje transversal en ambos sentidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta, parquet, manta, al- fombra.</li> </ul>
1.1.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar de decúbito prono a decúbito prono.</li> <li>— Tumbarse sobre una manta.</li> <li>— Dar giros de 180º sobre un eje transversal en ambos sentidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta, parquet, manta, al- fombra.</li> </ul>
1.1.6a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbarse sobre la colchoneta boca abajo.</li> <li>— Elevar ligeramente el tronco.</li> <li>— Apoyar antebrazos, abdomen y piernas.</li> <li>— Volver a la posición inicial.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Manta.</li> <li>— Alfombra.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.1.6b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar de sentado a tendido supino.</li> <li>— Apoyando los brazos en el suelo y con la ayuda física del profesor, pasar de tendido su- pino a la posición de sentado.</li> <li>— Pasar de tendido supino a la posición de sentado agarrán- dose a algo con ambas manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.1.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cambiar de posición de sentado a tendido supino.</li> <li>— Apoyar antebrazo y manos.</li> <li>— Sentarse sobre la colchoneta.</li> <li>— Dejarse caer hacia atrás.</li> <li>— Incorporarse con ayuda de manos, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.1.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse en el suelo; en una silla; en un peldaño de las escaleras, etc. con la ayuda física del profesor, apoyándose en objetos.</li> <li>— Sentarse en el suelo apoyando primeramente las manos.</li> <li>— Colocarse en cuclillas, con apoyo desde la posición de pie.</li> <li>— Colocarse en cuclillas, con apoyo desde la posición de sentado.</li> <li>— Colocarse en cuclillas, con apoyo desde la posición de rodillas.</li> <li>— Sentarse con apoyo desde la posición de pie.</li> <li>— Elevar los brazos al frente.</li> <li>— Elevar los brazos al frente, (primero uno, luego el otro).</li> <li>— mantener esta posición.</li> <li>— Volver a la posición inicial.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Parquet.</li> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Muebles.</li> <li>— Pared.</li> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Moqueta, cuna, parquet, sillas y otros muebles.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.1.9b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Arrodillarse, con apoyo de la mano del profesor en una colchoneta.</li> <li>— Arrodillarse sin apoyo en una colchoneta.</li> <li>— Pasar de la posición de rodillas a la de sentado.</li> <li>— Pasar de la posición de sentado a la de rodillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Parquet.</li> </ul>
1.1.9c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir al plano indicado.</li> <li>— Bajar del plano indicado.</li> <li>— Mantenerse en posición de pie, con manos a la nuca, cintura, al frente, etc. <ul style="list-style-type: none"> <li>—mirando hacia la parte superior del plano.</li> <li>—mirando hacia la parte inferior del plano.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tabla.</li> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Espalderas.</li> </ul>
1.1.9d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexión de rodillas.</li> <li>— Sentarse sobre los muslos.</li> <li>— Flexionar cada pierna por separado.</li> <li>— Flexión de rodillas.</li> <li>— Sentarse sobre los muslos.</li> <li>— Flexionar cada pierna por separado.</li> <li>— Coger objetos del suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Objetos varios.</li> <li>— Pelota.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.1.9e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar mano en nuca. Colocar manos en la cintura.</li> <li>— Eleación alternativa de piernas hacia delante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Alfombra.</li> </ul>
1.1.9f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Movimientos hacia delante, hacia un lado, hacia el otro con las piernas abiertas y con ayuda del profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Juguetes.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.1.10a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Elevarse de puntillas, apoyándose en el profesor, mueble, pared, etc.</li> <li>— Volver a la posición de partida (posición de pie).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Muebles y otros objetos de altura acomodada a la altura del niño.</li> <li>— tacos para apoyo de talones de diversos colores y tamaños.</li> </ul>
1.1.10b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Elevación de piernas al frente.</li> <li>— Elevación de piernas lateral.</li> <li>— Movimiento de piernas, en cualquier dirección.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.1.10c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Movimiento de cabeza hacia delante.</li> <li>— Movimiento de cabeza hacia atrás.</li> <li>— Giro de cabeza a un lado y otro.</li> </ul>	
1.1.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agacharse.</li> <li>— Sentarse en el suelo.</li> <li>— Ponerse de rodillas.</li> <li>— Pasar de la posición de rodillas a sentado.</li> <li>— Pasar de la posición de sentado a de rodillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Parquet.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.1.12a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Elevarse de puntillas, apoyándose en el profesor, muebles, pared, etc.</li> <li>— Apoyarse en la pared, profesor, muebles, etc. y posteriormente levantar una pierna.</li> <li>— Volver a la posición de partida (de pie).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Objetos de apoyo.</li> <li>— Espejo.</li> <li>— Tacos.</li> </ul>
1.1.12b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mover brazos libremente.</li> <li>— Entrelazar las manos.</li> <li>— Mover la cabeza en todas las direcciones (derecha, izquierda, delante, atrás, rotaciones en ambos sentidos).</li> <li>— Llevar manos encima de la cabeza sin unir dedos.</li> <li>— Manteniendo la cabeza erguida, llevar manos entrelazadas a la nuca.</li> </ul>	
1.1.12c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse al oír una señal convenida, mientras se está corriendo.</li> <li>— Al tiempo que se corre y se oye</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>una determinada señal, ponerse en posición de sentado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Al tiempo que corre y se oye una consigna previamente convenida, el alumno para bruscamente.</li> <li>— Pasar a la posición de cuclillas, desde la posición de: <ul style="list-style-type: none"> <li>— de pie.</li> <li>— sentado.</li> <li>— de rodillas.</li> </ul> </li> </ul>	
1.1.12d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Llevar brazos a distintas posiciones (a la nuca, arriba de la cabeza, adelante, atrás) y flexionar y extender las piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.1.12e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar pecho a espalda con barbilla y nuca.</li> <li>— Realizar el ejercicio sentado en una silla o en una colchoneta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gimnasio.</li> <li>— Silla.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.1.13a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En tendido prono, manos a la nuca, separar: <ul style="list-style-type: none"> <li>-piernas simultáneamente.</li> <li>-piernas alternativamente.</li> </ul> </li> <li>— En tendido supino, manos encima de la nuca, manos en la cintura, etc. separar las piernas alternativamente.</li> <li>— En tendido prono, elevar alternativamente piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.1.13b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balanceo de los dos brazos al mismo tiempo hacia delante y detrás.</li> <li>— Balanceo alternativamente de un brazo hacia delante y hacia atrás.</li> <li>— Balancear alternativamente los brazos hacia la derecha y la izquierda.</li> <li>— Realizar circunvalaciones de brazos en cualquier sentido.</li> </ul>	
1.1.14a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse sobre los talones, tronco recto, sentarse junto al pie derecho, cruzando ambos brazos al lado izquierdo, lo mismo al contrario.</li> <li>— Sentarse a derecha e izquierda de sus pies, manteniendo los brazos en cruz.</li> <li>— Sentarse a derecha e izquierda de sus pies, brazos en la nuca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.1.14b.	<ol style="list-style-type: none"> <li>a) Aproximar a los glúteos primero un talón, después el otro alternativamente,</li> <li>b) Con apoyo en los talones, levantar el tronco hasta que-</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plano horizontal.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.1.14c.	<p>darse de rodillas, y vuelta a la posición inicial.</p> <p>c) Elevar a los glúteos los dos talones juntos.</p> <p>--- Descenderá el tronco hasta que éste tome contacto con el mósculo, mientras adelanta la pierna derecha en flexión. Brazos cruzados en la espalda.</p> <p>— Estirará los brazos arriba mientras adelanta la pierna derecha en flexión.</p> <p>— Partiendo de la posición anterior, girar sobre sí mismo adelantando la pierna izquierda en flexión y cargando el peso sobre ésta.</p> <p>— Adelantará la pierna derecha en flexión manteniendo las manos sobre las caderas. Repetir con la otra.</p> <p>— Tras la flexión de la pierna derecha a la posición de gran fondo; inclinará el tronco de tal manera que la mano izquierda pueda hacer el ademán de recoger algo del suelo.</p> <p>— Repetir con la otra pierna y brazo.</p>	
1.1.15.	<p>a) Cargando el peso sobre los brazos y descendiendo la cabeza, saltar elevando las piernas juntas y estiradas al máximo posible.</p> <p>b) De la posición de «tierra cuclillas», pasar a la de «tierra» o viceversa.</p> <p>c) De la posición de «tierra», realizar una flexión alternativa de piernas, aproximando la rodilla al pecho.</p>	
1.1.16a.	<p>— Partiendo de la posición de tumbado prono con tronco elevado sobre el suelo, el alumno extenderá los brazos a lo largo del cuerpo para volver a la posición de puños en los hombros.</p> <p>— Realizará los dos ejercicios anteriores de forma sucesiva pasando por la posición de puños en los hombros.</p> <p>— Realizará los ejercicios a) y b) sin apoyo en los pies y sin despegar éstos del suelo.</p>	<p>— Moqueta.</p> <p>— Colchoneta.</p> <p>— Cronómetro.</p>
1.1.16b.	<p>— Partiendo de la posición inicial del operativo, pasará lo más lejos posible las manos sobre el</p>	<p>— Moqueta.</p> <p>— Colchoneta.</p>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>suelo, manteniendo los brazos paralelos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— De rodillas, sentado sobre los talones y troncos flexionado sobre el muslo para con los brazos elevados del suelo y paralelos. Estirará hacia delante todo lo posible los brazos, relajar a continuación.</li> </ul>	
1.1.16c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Extensión alternativa de brazos al frente y arriba.</li> <li>— Extensión alternativa de piernas atrás sin doblar la rodilla.</li> <li>— Extensión atrás alternativa de brazo y pierna del mismo lado.</li> <li>— Extensión atrás alternativa de brazos y pierna antagónicos.</li> </ul>	
1.1.17a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentado en escuadra y apoyo de manos, flexión y extensión alternativa de piernas, flexión y extensión simultánea de piernas, elevación simultánea de piernas.</li> <li>— Realizar círculos con las piernas por separado, realizar círculos con las piernas juntas.</li> <li>— En tendido supino, elevar piernas y brazos simultáneamente hasta tocarse.</li> </ul>	
1.1.17b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En tendido supino; elevación alternativa de piernas en extensión a la vertical.</li> <li>— Elevación simultánea de piernas en extensión a la vertical.</li> <li>— Flexionar piernas simultáneamente, extensión a la vertical volviendo a la posición inicial.</li> <li>— Elevar piernas a la vertical, flexionar rodillas al pecho, volviendo a la posición inicial.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Asir objetos de diversos tamaños y colores.</li> <li>— Golpear con objetos sobre otros, produciendo sonidos.</li> <li>— Dejar caer objetos al suelo, debidamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Objetos de diversos tamaños y colores vistosos (sonajeros, cubos, llaves, tacos de pequeño tamaño, etc.).</li> </ul>
1.2.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Imitación de distintos gestos motores apropiados, en relación con el objetivo.</li> </ul>	
1.2.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Imitación de distintos gestos motores apropiados, en relación con el objetivo.</li> </ul>	
1.2.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar de la mano del profesor.</li> <li>— Caminar arrastrando silla.</li> <li>— Caminar con cualquier clase de apoyo.</li> <li>— Caminar libremente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Silla o similar.</li> </ul>
1.2.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse libremente en escalones o tarimas de diversas alturas.</li> <li>— Sentarse en silla infantil sin apoya-brazos.</li> <li>— Sentarse en silla infantil con apoya-brazos.</li> <li>— Realizar todas las actividades en principio con ayuda del profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Silla infantil con y sin apoya-brazos.</li> <li>— Tarimas y tacos enmoquetados de diversas alturas y dimensiones apropiadas.</li> </ul>
1.2.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Asir de una cuerda y tirar.</li> <li>— Arrastrar objetos, a través de una cuerda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerda.</li> <li>— Caja de zapatos.</li> <li>— Juguetes con ruedas o sin ellas.</li> </ul>
1.2.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse en un escalón y sentarse en los demás escalones descendiendo en esa posición.</li> <li>— Descender de un escalón a otro libremente.</li> <li>— Descender de un escalón a otro sin levantarse, con apoyo de pies y manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escalera enmoquetada.</li> </ul>
1.2.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manipular pelotas y otros objetos redondos.</li> <li>— Lanzar objetos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Objetos pequeños.</li> </ul>
1.2.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar.</li> <li>— Detenerse ante la presencia de un determinado estímulo auditivo o visual.</li> <li>— Ofrecer diversos estímulos durante la marcha.</li> </ul>	
1.2.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar libremente.</li> <li>— Correr libremente en cualquier dirección.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ofrecer estímulos hacia los que se dirija con rapidez, motivando la carrera.</li> <li>— Desplazar objetos redondos con el pie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Globos redondos de diversos tamaños.</li> <li>— Pelotas de goma de diversos tamaños.</li> </ul>
1.2.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir encima de varias colchonetas.</li> <li>— Subir escalones de la mesa del profesor.</li> <li>— Subir encima de tacos de diferentes alturas de la mano del profesor.</li> <li>— Realizar las mismas actividades con apoyo.</li> <li>— Realizar las mismas actividades libremente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.2.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manipular pelotas de diferentes tamaños.</li> <li>— Pasar objetos pequeños de una mano a otra.</li> <li>— Manipular y pasar de una mano a otra pelotas con huellas digitales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas de tenis o de diámetro similar.</li> <li>— Globos redondos.</li> <li>— pelotas de varios tamaños.</li> <li>— Pelotas con huellas digitales.</li> </ul>
1.2.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Golpear con el pie globos, pelotas de plástico y de goma, de diversos tamaños.</li> <li>— Golpear con el pie objetos apropiados y de diferentes materiales que se desplacen al ser golpeados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Globos, pelotas de caucho, plástico y goma de tamaños varios.</li> <li>— Globos de diferentes tamaños y colores.</li> <li>— Pelotas de plástico.</li> <li>— Pelotas de goma.</li> <li>— Cajas pequeñas de cartón.</li> </ul>
1.2.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir escalones libremente.</li> <li>— Bajar de n taco o colchoneta con ayuda del profesor.</li> <li>— Subir y bajar a tacos de diferentes colores y alturas.</li> <li>— Salvar obstáculos de pequeñas alturas de la mano del profesor.</li> <li>— Bajar varios escalones de la mano del profesor.</li> <li>— Bajar escalones libremente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tacos de madera de diversos tamaños y colores.</li> <li>— Escalones.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.2.16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir a colchonetas superpuestas.</li> <li>— Subir a tacos de diversas alturas.</li> <li>— Subir escalones.</li> <li>— Se permitira apoyo y se le prestará ayuda hasta qe consiga cierta autonomía y seguridad, en estas actividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Tacos.</li> <li>— Escalera.</li> </ul>
1.2.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar botes estimulantes con ambos pies al tiempo sin desplazamientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo enmoquetado o alfombra.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.18a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Se puede comenzar dando las manos al profesor.</li> <li>— Empujar un triciclo.</li> <li>— Montar en triciclo siendo empujado.</li> <li>— Montar en triciclo desplazándose por sí mismo (triciclo sin pedales).</li> <li>— Montar en triciclo desplazando por sí mismo (con pedales).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Triciclo.</li> </ul>
1.2.18b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manipular pelotas y globos de diferentes tamaños.</li> <li>— Botar pelotas libremente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Globos.</li> <li>— Pelotas de diferentes tamaños.</li> </ul>
1.2.18c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Abrir manos de forma simultánea.</li> <li>— Cerrar manos de forma simultánea.</li> <li>— Abrir una mano y cerrar otra de forma simultánea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mesa.</li> <li>— Silla.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.18d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Golpear hacia arriba globos a fin de conseguir que no toquen el suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Globos esféricos de diversos tamaños.</li> </ul>
1.2.19a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar en el suelo libremente.</li> <li>— Saltar en el suelo y de la mano del profesor libremente.</li> <li>— Impulsarse con ambos pies dando botes estimulantes.</li> <li>— Bajar de colchonetas y tacos de distintas alturas impulsándose con los dos pies a la vez, adelantando uno.</li> <li>— Subir a colchoneta impulsándose libremente con uno o los dos pies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo enmoquetado.</li> <li>— Alfombra.</li> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Tacos de diversas alturas y colores.</li> </ul>
1.2.19b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Bajar escalones: <ul style="list-style-type: none"> <li>-de la mano del profesor.</li> <li>-libremente con apoyo.</li> <li>-apoyando dos pies en cada escalón.</li> <li>-apoyando alternativamente un pie en cada escalón.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escalera.</li> <li>— Tacos de altura diversas.</li> </ul>
1.2.19c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzamiento de pelotas y objetos semejantes.</li> <li>— lanzar y golpear globos libremente.</li> <li>— Lanzar pelotas de pequeño tamaño hacia puntos determinados.</li> <li>— Lanzar pelotas de pequeño tamaño al profesor o compañero.</li> <li>— Lanzar pelotas a través de un aro suspendido en el techo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Diana.</li> <li>— Pelotas.</li> <li>— Globos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.19d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar pelotas contra una pared y observar la trayectoria.</li> <li>— Lanzar contra la pared libremente y comprobar el bote en el suelo.</li> <li>— Lanzar contra la pared y recoger después de haber botado en el suelo una o varias veces.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balones de goma.</li> </ul>
1.2.20a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar libremente.</li> <li>— Saltar con los dos pies al tiempo sin salirse de un círculo marcado.</li> <li>— Saltar alternativamente con cada pie, libremente.</li> <li>— Saltar alternativamente con cada pie, sin salirse de un círculo marcado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Alfombra.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.2.20b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Asirse a los diferentes barrotes de la espaldera, a varias alturas, dando frene y dorso a la misma.</li> <li>— Subir por la espaldera libremente.</li> <li>— Realizar flexiones alternativas de piernas con apoyo.</li> <li>— Realizar flexiones simultáneas de piernas con apoyo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espaldera.</li> <li>— Larguero o viga.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.2.20c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir en bicicleta con estabicclos.</li> <li>— Recorrer una distancia en bicicleta con estabicclos, siendo empujado apropiadamente.</li> <li>— Recorrer un espacio en una bicicleta con estabicclos impulsando los pedales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Bicicleta con estabicclos.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.2.20d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar con pies y manos.</li> <li>— Apoyar en colchoneta cabeza, manos y pies.</li> <li>— Dar vueltas libremente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Alfombra.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.2.21.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse en el suelo y levantarse.</li> <li>— Tumbarse en el suelo y levantarse libremente.</li> <li>— Colocarse tendido prono y tendido supino.</li> <li>— En posición de pie elevar brazos en cruz.</li> <li>— Tendido supino abrir brazos libremente.</li> <li>— Tendido supino separar piernas libremente.</li> <li>— Tendido supino separar brazos y piernas simultáneamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta o alfombra.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.2.22a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar palmadas libremente.</li> <li>— Dar palmadas siguiendo un ritmo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo de madera.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.22b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Golpear con ambos pies libremente y de forma simultánea.</li> <li>— Golpear con ambos pies libre y alternativamente.</li> <li>— Golpear alternativamente con los pies, siguiendo un ritmo.</li> <li>— Lanzar un balón sobre una pared.</li> <li>— Recogerlo al rebote.</li> </ul>	— Balón.
1.2.22c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar levantando alternativamente piernas y brazos opuestos.</li> <li>— Elevar alternativamente los brazos, siguiendo un ritmo.</li> <li>— Elevar alternativamente las piernas en extensión, desde la posición «de pie», sin desplazarse.</li> <li>— Caminar elevando lo más posible las piernas en extensión.</li> <li>— Caminar elevando simultáneamente y en extensión brazo y pierna opuestos.</li> </ul>	
1.2.22d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manipular pelotas de varios tamaños.</li> <li>— Lanzar la pelota contra la pared, desde diferentes distancias.</li> <li>— Lanzarla hacia un objeto dado.</li> <li>— Lanzar la pelota hacia un compañero.</li> <li>— Lanzar la pelota para que la reciba el compañero.</li> <li>— Lanzar la pelota contra la pared libremente y recogerla.</li> <li>— Recoger la pelota lanzada por el profesor.</li> <li>— Recoger la pelota lanzada por el compañero.</li> </ul>	— Pelota de 20 cm. de diámetro.
1.2.22e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar un brazo y simultáneamente extender el otro.</li> <li>— Abrir una mano y simultáneamente cerrar la otra con los brazos en extensión al frente, en cruz, arriba, libremente (con su propio ritmo).</li> <li>— Lo mismo con un ritmo dado.</li> </ul>	— Metrónomo.
1.2.23a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Botar pelotas de diversos tamaños con la mano dominante.</li> <li>— Botar pelotas de diversos tamaños con la mano no dominante.</li> <li>— Botar pelotas de diversos tamaños, alternativamente con cada mano.</li> <li>— Botar pelotas de diversos tamaños 3 veces con una mano y</li> </ul>	— Pelotas de diversos tamaños y material.

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.23b.	<p>cuatro con la otra, repitiendo el ciclo varias veces.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar con precisión dando uno o varios botes previos en el suelo.</li> <li>— Lanzar la pelota a objetos o espacios determinados.</li> <li>— Lanzar la pelota a objetos, espacios o personas después de botar una vez en el suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas de varios tamaños y materiales.</li> <li>— Objetos varios.</li> </ul>
1.2.24a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Desde un taco plataforma o banco suelo lanzar, recoger y gotar pelotas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tacos, banco sueco y pelotas.</li> <li>— Tacos.</li> <li>— Plataforma.</li> <li>— Banco sueco.</li> <li>— pelotas.</li> </ul>
1.2.24b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Separar las piernas simultáneamente mediante salto (libremente).</li> <li>— Volver a la posición inicial mediante salto (libremente).</li> <li>— Separar y juntar piernas mediante salto siguiendo su propio ritmo.</li> <li>— Separar y juntar piernas mediante salto siguiendo un ritmo impuesto.</li> <li>— Estas actividades se pueden y deben complicar llevando simultáneamente las manos a: <ul style="list-style-type: none"> <li>cintura.</li> <li>cruz.</li> <li>hombos.</li> <li>nuca.</li> </ul> </li> </ul> <p>y se realizarán:</p> <p>en espacio libre sin salirse de un espacio acotado.</p>	
1.2.24c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar pelotas rodando por el suelo en todas direcciones, libremente.</li> <li>— Lanzar pelotas rodando por el suelo hacia un punto o persona determinada.</li> <li>— Lanzar pelotas por debajo de las piernas y hacia detrás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas de diversos tamaños y materiales.</li> </ul>
1.2.24d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Golpear libremente sobre la mesa con ambas manos.</li> <li>— Golpear simultáneamente con ambas manos sobre la mesa en la forma elegida por el alumno.</li> <li>— Golpear simultáneamente con los puños sobre la mesa libremente.</li> <li>— Repetir las tres actividades anteriores siguiendo el ritmo de un metrónomo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mesa y silla.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.25.a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Botar balones desplazándose al mismo tiempo.</li> <li>— Botar la pelota mirando al frente.</li> <li>— Botar la pelota con mano dominante y no dominante.</li> <li>— Botar la pelota con ambas manos simultáneamente.</li> <li>— Botar la pelota con ambas manos alternativamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas y balones de diferentes tamaños.</li> </ul>
1.2.25b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar verticalmente pelotas y globos de diferentes tamaños, aumentando progresivamente <i>la altura</i>.</li> <li>— Lanzar verticalmente pelotas y dejar botar delante dos botes y recoger.</li> <li>— Lanzar verticalmente pelotas, dejar botar delante un solo bote y recoger.</li> <li>— Lanzar verticalmente pelotas a diferentes alturas y recoger directamente sin que bote.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas de diversos tamaños y materiales.</li> <li>— Globos esféricos.</li> </ul>
1.2.26a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dando un salto abrir longitudinalmente las piernas en el sentido delante-detrás. <ul style="list-style-type: none"> <li>1º libremente.</li> <li>2º marcando tiempos.</li> <li>3º de forma continuada.</li> <li>4º con ritmo libre.</li> <li>5º con ritmo impuesto.</li> <li>6º en espacio ilimitado.</li> <li>7º en espacio acotado.</li> <li>8º con las manos libres.</li> <li>9º con manos exclusivamente en cintura, hombros, nuca.</li> </ul> </li> <li>— De pie, con un pie delante de otro, saltar cambiando en el aire el orden de los mismos.</li> </ul>	
1.2.26b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Encestar balones de diferentes tamaños y desde diferentes posiciones y distancias.</li> <li>— Coger el balón con ambas manos y a la altura del pecho.</li> <li>— lanzar el balón desde esas posiciones en todas direcciones.</li> <li>— Lanzar el balón al profesor y compañeros.</li> <li>— lanzar el balón desde distintas distancias intentando encestar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balones.</li> <li>— Canastas.</li> </ul>
1.2.26c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Empujar pelotas con los pies.</li> <li>— Golpear globos, pelotas y balones con el pie.</li> <li>— Golpear pelotas y balones contra una pared.</li> <li>— Golpear con el pie una pelota o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelota o balón.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.27a.	<p>balón dirigiéndola hacia un lugar o persona determinada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr golpeando pelota o balón controlándole.</li> <li>— Dar saltos con pies junto recorriendo un espacio.               <ul style="list-style-type: none"> <li>1º sobre el suelo.</li> <li>2º sobre un banco sueco.</li> </ul> </li> <li>— Saltar a la «pata coja».</li> <li>— Saltar con pies juntos libremente.</li> <li>— Saltar con pies juntos siguiendo una dirección.</li> <li>— Saltar con pies juntos siguiendo un camino trazado.</li> <li>— Saltar con pies juntos por encima del banco sueco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.2.27b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir y bajar por la espaldera libremente.</li> <li>— Subir y bajar colocando ambos pies en el mismo travesaño.</li> <li>— Subir y bajar en el menor tiempo posible.</li> <li>— Subir y bajar coordinando manos y pies.</li> <li>— Subir y bajar pisando solo en determinados travesaños.</li> <li>— Realizar giros en la misma.</li> <li>— Suspensiones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espalderas.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.2.27c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar dando pasos lo más amplios posible.</li> <li>— Caminar exagerando el movimiento de los brazos.</li> </ul>	
1.2.28a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Recorrer espacios a «pata coja», con ambas piernas.</li> <li>— Caminar libremente sobre un banco sueco.</li> <li>— Caminar sobre un banco sueco:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-hacia adelante.</li> <li>-hacia detrás.</li> <li>-lateralmente hacia la derecha.</li> <li>-lateralmente hacia la izquierda.</li> <li>-de puntillas.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.2.28b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar flexiones de piernas con apoyo.</li> <li>— Realizar flexiones de piernas sin apoyo.</li> <li>— Realizar flexiones de piernas libremente.</li> <li>— Realizar flexiones de piernas con rebote.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espalderas.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.28c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr libremente.</li> <li>— Correr en fila sin adelantar.</li> <li>— Correr manteniendo un cierto ritmo.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.29b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr en fila manteniendo la distancia.</li> <li>— Correr dosificando el esfuerzo.</li> <li>— Elevar alternativamente brazos a la vertical, partiendo de «manos en los hombros».</li> </ul> Posición: <ul style="list-style-type: none"> <li>-de pie.</li> <li>-sentado.</li> <li>-de rodillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.2.29c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tendido supino:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-Flexionar y extender ambas <i>piernas simultáneamente y con apoyo</i> (2 tiempos).</li> <li>-Flexionar y extender alternativamente en 4 tiempos.</li> <li>-Flexionar y extender alternativamente en 2 tiempos.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.2.29d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realzar ejercicios de:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-manos de clavículas.</li> <li>-piernas abiertas de salto.</li> <li>-piernas abiertas de salto con <i>brazos en clavícula</i>.</li> </ul> </li> <li>— partiendo de la postura inicial realizará extensiones de brazos a su propio ritmo y sin rebote. Después con rebote. Después siguiendo un ritmo impuesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.30a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Montar en bicicleta libremente por el campo.</li> <li>— Montar libremente siguiendo una <i>trayectoria determinada</i>.</li> <li>— Montar en bicicleta siguiendo un circuito.</li> <li>— Montar en bicicleta por camino o calle sabiendo guardar la derecha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Bicicleta.</li> </ul>
1.2.30b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Botar pelotas y balones de diversos materiales y tamaños, disminuyendo progresivamente éste y efectuando todo tipo de variantes y ciclos. Ejem.: 5 botes con una mano y 3 con otra, etc. (complicar a voluntad).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Balones.</li> </ul>
1.2.31a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar flexiones de piernas sin rebote, libremente. Lo mismo con rebote. Lo mismo siguiendo un ritmo. Lo mismo con manos en la cintura, al frente, en cruz, en alto, en la nuca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.31b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición de tendido supino:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-flexión y extensión de una</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.31c.	<p>pierna y posteriormente de la otra. (1º con apoyo, después sin él) (en cuatro tiempos).            -flexión y extensión alternativa de piernas, con apoyo, (2 tiempos).            -idem. sin apoyo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr a la pata coja libremente.</li> <li>— Correr a la pata coja dando un número de saltos con una pierna y repetir con la otra.</li> <li>— Correr a la pata coja dando un número diferente de saltos con una y otra pierna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.32a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar flexiones de tronco con manos en cintura.            -lo mismo con rebote.            -flexiones de tronco tocando con las manos en los pies, libremente.            -lo mismo con rebote, libremente.            -lo mismo siguiendo un ritmo impuesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.32b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Las que implica el objetivo comenzado por el simple encestar, complicando sucesivamente aumentando la distancia, el nº de aciertos y modificando los ángulos de tiro.</li> <li>— Tirar a la canasta, tratando de encestar, desde distintas distancias, aumentando estas progresivamente.</li> <li>— Tirar a la canasta tratando de encestar, desde distintas posiciones variando el ángulo de tiro.</li> <li>— Tirar a la canasta, tratano de encestar, desde distintas posiciones y ángulos de tiro, al tiempo que se desplaza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cesta.</li> <li>— Balón.</li> </ul>
1.2.32c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suspensiones en espalderas y a diferentes alturas.</li> <li>— Realizar libremente flexiones de piernas.</li> <li>— Realizar siguiendo un ritmo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espalderas.</li> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.32d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar con los brazos ejercicios asimétricos:            Brazo derecho a hombro izquierdo y derecho a la cintura simultáneamente; también siguiendo el ritmo coordinado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.32e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición de tendido prono:            -elevación alternativa de brazos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.32f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-elevación alternativa de piernas.</li> <li>-elevación simultánea de brazos y piernas contrarias libremente.</li> <li>-lo mismo al ritmo marcado.</li> <li>— Elevación alternativa de brazos.</li> <li>— Oscilación alternativa de piernas hacia detrás.</li> <li>— Oscilación simultánea de brazo y pierna contraria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.2.33a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar a la cuerda libremente.</li> <li>— Saltar a la cuerda con pies juntos.</li> <li>— Saltar a la cuerda alternativamente con cada pie.</li> <li>— Saltar a la cuerda avivando y retardando el ritmo.</li> <li>— Saltar a la cuerda girando la misma hacia delante.</li> <li>— Saltar a la cuerda girando la misma hacia detrás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerda.</li> </ul>
1.2.33b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manejar una «pica».</li> <li>— Con «pica» en la posición correcta realizará torsiones laterales sin rebote, y al propio ritmo del alumno (libre).</li> <li>— Realizará torsiones a su propio ritmo y con rebote.</li> <li>— Realizar torsiones con rebote y consiguiendo un ritmo impuesto.</li> <li>— De pie y con pica entrelazada (brazos en cruz), realizar flexión lateral del tronco (sin y con rebote).</li> <li>— De pie y con pica entrelazada (brazos en cruz) realizar flexión frontal de tronco y extensión atrás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— «Pica».</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.33c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar flexión frontal de tronco (ángulo recto), con brazos en cruz.</li> <li>— Con tronco flexionado (ángulo recto) y pernas separadas: <ul style="list-style-type: none"> <li>-realizar torsiones laterales libremente.</li> <li>-realizar torsiones laterales con manos en la cintura.</li> <li>-realizar torsiones laterales con manos en la cintura y siguiendo un ritmo.</li> <li>-realizar torsiones laterales con brazos en cruz, libremente.</li> <li>-realizar torsiones laterales con brazos en cruz y siguiendo un ritmo impuesto.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.33d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Abrir y cerrar piernas de un salto, a un ritmo impuesto.</li> <li>— Extensión de brazos en cruz y vuelta al punto de partida, a un ritmo impuesto.</li> <li>— Simultanear ambas actividades con ritmo libre.</li> <li>— Con un ritmo impuesto, mediante salto, abrir y cerrar piernas al tiempo que eleva lateralmente los brazos dando palmadas por encima de la cabeza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.2.33e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizará movimientos cruzados: <ul style="list-style-type: none"> <li>-tocar con una mano dada una parte determinada del cuerpo (derecha e izquierda).</li> </ul> </li> <li>— Progresión: <ul style="list-style-type: none"> <li>-Con una mano sola.</li> <li>-Con las dos manos alternativamente.</li> <li>-Con las dos manos en orden variado mezclar los movimientos cruzados y monolaterales.</li> </ul> </li> <li>— Realizar movimientos separados de todo tipo y variedad. Ejem. Pie derecho con mano izquierda. Pie izquierdo con mano derecha. <ol style="list-style-type: none"> <li>1) simultáneamente.</li> <li>2) alternativamente.</li> </ol> Combinar estos movimientos «llevando mano izquierda a oreja derecha». </li> <li>— Realizar múltiples combinaciones: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) de forma libre.</li> <li>2) a un ritmo impuesto.</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.2.34a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tendido supino: <ul style="list-style-type: none"> <li>-flexión y extensión simultánea de piernas.</li> <li>-oscilación alternativa de brazos atrás.</li> <li>-oscilación simultánea de brazos atrás.</li> <li>-flexión y extensión de piernas simultaneando el movimiento con oscilación de brazos atrás.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.34b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar en posición prono solamente con apoyo de pies y manos.</li> <li>— Realizar flexión-extensión de una y otra pierna sucesivamente; en cuatro tiempos de forma libre.</li> <li>— Realizar flexión-extensión alternativa de piernas libremente.</li> <li>— Idem. al ritmo impuesto.</li> </ul>	
1.2.34c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición supino con apoyo solo de manos y pies:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-separar y juntar piernas libremente.</li> <li>-separar y juntar piernas libremente mediante salto.</li> <li>-separar y juntar piernas coordinadamente y al ritmo impuesto.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.2.34d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición supina con apoyo de manos y pies:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-flexionar y extender simultáneamente ambas piernas, de forma libre.</li> <li>-Idem. al ritmo impuesto por el profesor.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.2.34e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Extensión de brazos en alto llevando pica (distancia entre las manos = aproximadamente la anchura escapular).               <ul style="list-style-type: none"> <li>-libremente (sin ritmo).</li> <li>-al ritmo del alumno.</li> <li>-al ritmo marcado por el profesor.</li> </ul> </li> <li>— Abrir piernas mediante salto.               <ul style="list-style-type: none"> <li>-libremente.</li> <li>-al ritmo del alumno.</li> <li>-al ritmo marcado por el profesor.</li> </ul> </li> <li>— Combinará simultáneamente ambas actividades en todas sus variantes.</li> <li>— Todo ello 1º imitando al profesor. Después a la orden de mando solamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— «Pica».</li> </ul>
1.2.34f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir mediante salto al 1º travesañ de la espaldera libremente.               <ul style="list-style-type: none"> <li>-de forma coordinada al ritmo del alumno.</li> <li>-idem. al ritmo marcado por el profesor.</li> </ul> </li> <li>— La misma secuencia para subir al 2º y 3º travesañ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espaldera.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.2.35a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manos a nuca y volver a posición inicial.</li> <li>— Flexión de piernas:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.2.35b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-libremente.</li> <li>-con manos en cintura al ritmo marcado por el profesor.</li> <li>-con manos en hombros.</li> <li>-con manos en nuca, ritmo libre.</li> <li>-con manos en nuca y ritmo impuesto.</li> <li>— Flexión de piernas. Llevando simultáneamente brazos a nuca.</li> <li>— Flexiones de tronco: (piernas separadas).</li> <li>-llevando 2 manos a cada pie (4 tiempos).</li> <li>-idem. con rebote (6 tiempos).</li> <li>-idem. con pica (4 tiempos).</li> <li>-idem con pica y con rebote (6 tiempos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— «Pica».</li> </ul>
1.2.35c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tendido prono, extensión de tronco atrás con apoyo de brazos en el suelo.</li> <li>Extensión de tronco atrás con:</li> <li>-manos en cintura (2 tiempos).</li> <li>-idem. con rebote (3 tiempos).</li> <li>-manos en hombros (2 tiempos).</li> <li>-idem. con rebote (3 tiempos).</li> <li>-con mano en nuca (2 tiempos).</li> <li>-idem. con rebote (3 tiempos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Espaldera.</li> <li>— De no existir espaldera la supección se efectuará perfectamente por un compañero.</li> </ul>
1.2.36.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oscilación alternativa de brazos en alto.</li> <li>— Oscilación de brazos en cruz.</li> <li>— Oscilación lateral de brazos con palmada arriba (libremente y con ritmo impuesto).</li> <li>— Abrir piernas mediante salto:</li> <li>-libremente.</li> <li>-al ritmo del alumno.</li> <li>-al ritmo marcado por el profesor.</li> <li>— Combinar y simultanear las oscilaciones de brazos con las aperturas de piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Metrónomo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.3.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con la rodilla del niño, ejercer ligera presión sobre el vientre provocando una contracción abdominal.</li> <li>— Empujar el abdomen del niño hacia arriba con las palmas de las manos, para que expulse aire.</li> <li>— Repetición de ejercicios rítmicamente.</li> <li>— El niño acompañará a este movimiento con inspiraciones profundas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mesa.</li> <li>— Camilla.</li> </ul>
1.3.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Soplar.</li> <li>— Mover el papel, las bolas de corcho, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Papeles.</li> <li>— Bolas de corcho.</li> </ul>
1.3.3a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tomar y expulsar aire por la nariz.</li> <li>— Oler flores o perfumes.</li> <li>— Desplazar bolitas de papel de fuman soplando por la nariz.</li> <li>— Soplar por la nariz frente a una vela encendida; la llama se mueve.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Camilla de relajación.</li> </ul>
1.3.3b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oler.</li> <li>— Hinchar globos.</li> <li>— Soplar por una pajita, haciendo burbujas en un vaso de agua.</li> <li>— Soplar a diversos objetos ligeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Globos.</li> <li>— Flores.</li> <li>— Pajita.</li> <li>— Papeles.</li> <li>— Bolas de corcho.</li> <li>— Vaso de agua u otro líquido.</li> </ul>
1.3.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tomar y expulsar aire.</li> <li>— Levantar y bajar el papel colocado sobre el vientre, sin mover el resto del cuerpo.</li> <li>— Levantar y bajar el papel colocado sobre el vientre, moviendo los brazos acompañando la inspiración y la espiración.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Papel.</li> </ul>
1.3.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Inspiraciones y espiraciones <b>movilizando más el diafragma.</b></li> <li>— (Todo el contenido del vientre se va hacia el tórax).</li> <li>— Hacer flexiones sobre el banco inclinado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plano inclinado, banco sueco ancho, mesa de reanimación.</li> </ul>
1.3.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Soplar.</li> <li>— Soplar papeles.</li> <li>— Soplar bolas, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caja de laberintos.</li> <li>— Pelotas de ping-pong.</li> <li>— Papeles.</li> </ul>
1.3.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Apoyar los labios en el borde de un tubo de vidrio, metal, plástico, etc.</li> <li>— Soplar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tubo de vidrio, metal, plástico, etc...</li> </ul>
1.3.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Inspirar por la nariz y soplar por la boca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cronómetro.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.3.8a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tomar aire por la nariz y expulsarlo por la boca.</li> <li>— Ponerse de puntillas.</li> <li>— Separar brazos del cuerpo.</li> </ul>	
1.3.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Inclínaciones del tronco 30°.</li> <li>— Mover el cuerpo hacia los lados, adelante y atrás.</li> </ul>	
1.3.8c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición de tendido supino, levantar los brazos lateralmente.</li> <li>— Levantar los brazos por el frente.</li> <li>— Levantar por el frente y bajar por los lados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Gimnasio.</li> </ul>
1.3.8d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Inspirar por la nariz.</li> <li>— Mantener el aire.</li> <li>— Espirar por la boca de na vez.</li> <li>— Espirar por la boca en 2, 3 tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.3.8e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse sobre la colchoneta.</li> <li>— Cruzar las piernas.</li> <li>— Apoyar la cabeza en las rodillas.</li> <li>— Inspirar al mismo tiempo que se eleva cabeza y tronco.</li> <li>— Espirar mientras vuelve a la posición inicial.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gimnasio.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.3.9a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Elevación simultánea y lateral de brazos, procurando inspirar al tiempo. <ul style="list-style-type: none"> <li>a) partiendo de la posición de firmes.</li> <li>b) partiendo de la posición de tendido supino.</li> </ul> </li> <li>— Elevación de puntillas inspirando y volver a la posición inicial, espirando.</li> <li>— Elevación de puntillas con elevación simultánea lateral de brazos inspirando, volviendo a la posición de partida, espirando.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.3.9b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Siguiendo las pautas del objetivo, cabe la posibilidad de variantes en este orden: (siempre partiendo de la misma posición de tendido supino). <ul style="list-style-type: none"> <li>-oscilación alternativa de brazos.</li> <li>-partiendo de «brazos en vertical», abrir en cruz y cerrar brazos.</li> <li>-oscilación de brazos atrás volviendo a la posición de partida por el frente.</li> <li>-oscilación lateral de brazos</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.3.9c.	<p>atrás, volviendo igualmente a la posición de partida.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Espirar e inspirar aire por la boca a distinto ritmo.</li> <li>— Espirar e inspirar aire por la nariz a distintos ritmos:</li> <li>— Retención de aire en distintos tiempos. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Espirar profundamente.</li> </ul> </li> <li>— Inspirar al máximo.</li> <li>— Espirar e inspirar golpeándose el pecho suave y alternativamente con cada puño.</li> </ul>	
1.3.9d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexión y extensión de piernas, manos a la cintura espirando e inspirando respectivamente, a distintos ritmos.</li> </ul>	
1.3.9e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tendido supino: flexión y extensión de tronco, espirando e inspirando simultáneamente y respectivamente (con sujeción de pies).</li> <li>— Sentado en el banco sueco o taburete, flexionar el tronco (brazos caídos) espirando, volviendo a la posición de partida con extensión de brazos en cruz inspirando.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espaldera.</li> </ul>



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.4.1.	— Mover muñecas, codo, articulación escapulo-humoral (hombro), tobillo, rodilla, articulación codo-femoral (cadera).	— Camilla.
1.4.2.	— Estando el alumno en decúbito supino, el profesor coge las piernas por debajo de las rodillas y las flexiona sobre el vientre del niño y movimiento inverso.	— Camilla.
1.4.3a.	— El profesor girará la mano delante del alumno, cantando la canción de los «cinco lobitos», imitando el niño la acción. — Decir adiós. — Mover muñeco de guiñol.	— Muñeco de guiñol.
1.4.3b.	— Girar la cabeza lateralmente siguiendo la trayectoria de un estímulo visual. — Sentado, inclinarse hacia adelante para coger un determinado objeto. — Mover cualquier parte del cuerpo en respuesta al estímulo.	— Muñeco. — Sonajero. — Llaves de colores.
1.4.4a.	— Aproximar al alumno objetos sonoros que al acercar a sus pies producen sonido. — Colocar bajo sus pies cordón o goma, con objetos sonoros para que emita sonidos al golpear con sus pies.	— Bolas ensartadas. — Llaves de plástico de colores. — Sonajeros. — Gomas.
1.4.4b.	— Sentarse en el suelo sobre una manta. — Estirar las piernas. — Inclinarse con el tronco hacia delante. — Coger los objetos que se le presentan.	— Manta. — Pelotas. — Aros. — Muñecos. — Colchoneta. — Alfombra.
1.4.5.	— Tumbarse sobre la colchoneta. — Estirar y flexionar brazos y piernas. — Cogerse los pies con las manos a modo de juego; primero un solo pie, luego el otro, después los dos...	— Colchoneta.
1.4.6a.	— Atender la orden del profesor. — Agacharse (flexionando piernas). — Agacharse (flexionando tronco). — Coger objetos.	— Pelotas. — Aros. — Muñecos, etc...
1.4.6b.	— Mover las manos en todas las direcciones.	— Cronómetro.

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Juntar las palmas de las manos.</li> <li>— Tocar palmadas.</li> <li>— Tocarse una mano con la otra.</li> </ul>	
1.4.6c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Observar al profesor.</li> <li>— Mover la cabeza hacia delante.</li> <li>— Mover la cabeza hacia ambos lados.</li> <li>— Movimientos libres de cabeza.</li> </ul>	
1.4.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar giros de tórax hacia ambos lados.</li> <li>— Manteniendo los pies firmes en el suelo.</li> </ul>	
1.4.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Abrir las manos.</li> <li>— Flexionar el tronco hacia adelante.</li> <li>— Balancear brazos dándoles cada vez mayor impulso.</li> </ul>	— Moqueta.
1.4.8a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balancear los brazos.</li> <li>— Separar piernas.</li> <li>— Dar palmadas por encima de la cabeza.</li> <li>— Mismo ejercicio con pies juntos.</li> </ul>	— Moqueta.
1.4.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balanceo de piernas alternativamente y a cierta altura del suelo.</li> <li>— Subir y bajar del taco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plano horizontal.</li> <li>— Taco de 15 cms. altura.</li> </ul>
1.4.8c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ponerse de rodillas y sentarse sobre los talones. Extender y encoger el cuerpo.</li> <li>— Arrastrar el antepecho por el suelo, extendiendo los brazos.</li> </ul>	— Moqueta.
1.4.8d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizarlo con ambos pies en forma alternada.</li> <li>— Dar los giros en sentido dextrógiro y sistrógiro.</li> <li>— Sobre diferentes superficies, moqueta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Arena.</li> </ul>
1.4.8e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar de puños a dedos extendidos.</li> <li>— Con cada mano de forma alternada.</li> <li>— Las dos manos simultáneamente.</li> </ul>	
1.4.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Descripción de círculos con los brazos (iniciación). Primero en un sentido y después en el opuesto.</li> <li>— Elevar brazos.</li> <li>— Bajar brazos.</li> </ul>	— Plano horizontal.
1.4.10a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexión generalizado a todo el cuerpo, hacia atrás (iniciación).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plano horizontal.</li> <li>— Pelota.</li> </ul>

Código. Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.4.10b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Elevación de brazos hasta la altura de la cabeza.</li> <li>— Realizar las circundiciones con giro de derecha a izquierda y viceversa.</li> <li>— Con puño y con dedos extendidos.</li> <li>— De forma alternativa con ambos miembros.</li> </ul>	
1.4.11a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbarse en el suelo boca abajo.</li> <li>— Mover los brazos.</li> <li>— De pie, mover brazos arriba y abajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Parquet.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.4.11b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balanceo del tronco con las rodillas flexionadas.</li> <li>— Flexión y extensión de rodillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.4.11c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexión tronco hacia atrás.</li> <li>— Pasar de tendido prono a supino y viceversa.</li> <li>— El alumno en tendido supino, será estimulado por el profesor, quien le cogerá por los hombros facilitando la extensión de tronco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta o colchoneta.</li> </ul>
1.4.12a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar el tronco hacia delante y tocar el suelo.</li> <li>— Con piernas separadas, tocarse los pies, flexionando el tronco.</li> <li>— Con piernas separadas, tocar el suelo.</li> <li>— Recoger objetos del suelo de poco tamaño, flexionando el tronco y sin doblar rodillas.</li> <li>— Intentar meter la cabeza entre las piernas, sujetándose las pantorrillas con las manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.4.12b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con brazos en cruz, intentar describir círculos.</li> <li>— El alumno, con brazos en cruz, forzará la postura con ligero movimiento de vaivén.</li> <li>— Con los brazos en la nuca, intentar descubrir círculos con los dedos.</li> <li>— El alumno, con brazos en nuca será estimulado por el profesor, quien ejercerá una ligera presión hacia detrás en los codos del alumno, de forma simultánea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.4.12c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger la cintura con las manos.</li> <li>— Inclinar cabeza y tórax a derecha e izquierda.</li> <li>— Con pies separados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pica.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.4.12d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con pies juntos.</li> <li>— Con brazos en la nuca.</li> <li>— Con pica entrelazada por los brazos a la altura de los hombros.</li> <li>— Con extensión de brazos, sujetando una pica.</li> <li>— Sentarse en el suelo.</li> <li>— Cruzar las piernas.</li> <li>— Poner las manos en las rodillas.</li> <li>— Realizar giros de cabeza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gimnasio.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.4.12e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno en posición límite realizará intermitencias o rebotes suaves.</li> <li>— Sentado a la turca realizar: <ul style="list-style-type: none"> <li>-flexiones laterales.</li> <li>-oscilaciones del tronco delante-detrás.</li> <li>-extensión alternativa de piernas, tocando el pie de la misma con ambas manos.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.4.12f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar oscilaciones de piernas con y sin apoyo de mano: <ul style="list-style-type: none"> <li>-hacia adelante.</li> <li>-hacia detrás.</li> <li>-lateramente.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espaldera.</li> <li>— Barra de equilibrio.</li> <li>— Gimnasio.</li> </ul>
1.4.13a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— A partir de posición de sentado en ángulo recto: <ul style="list-style-type: none"> <li>-flexión del tronco, tocando los pies con las manos, siendo estimulado por el profesor que estimulará a la altura de los riñones, facilitando el movimiento.</li> <li>-con piernas separadas, flexión del tronco dando simultáneamente con las manos en los pies.</li> <li>-con las dos manos juntas en el mismo pie.</li> </ul> </li> <li>— Con ayuda del profesor, con las dos manos juntas, las llevará al mismo pie.</li> <li>— Sentado a la turca (postura buda), dar con la cabeza alternativamente en cada rodilla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> </ul>
1.4.13b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Extender las piernas hacia detrás con y sin impulso.</li> <li>— Tocar el suelo con las puntas de los pies y sin flexionar las piernas.</li> <li>— En posición de tendido prono, elevar las piernas en extensión hasta tocar el suelo, por encima de la cabeza.</li> <li>— Partiendo de: sentado en án-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.4.13c.	<p>gulo recto, oscilación de tronco atrás y extensión de brazos y piernas, tocando con los pies las manos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Levantarse del suelo sin apoyar las manos.</li> <li>— Realizar el mismo ejercicio partiendo de decúbito supino.</li> <li>— Realizar el mismo ejercicio estando frente a un compañero dándole las manos y al mismo tiempo que él.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.4.13d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar tronco hacia adelante y caer hacia atrás.</li> <li>— Sentarse en el suelo con las piernas abiertas y sin flexionar las rodillas.</li> <li>— Unir las plantas de los pies a las del compañero que tiene delante al mismo tiempo que le coge las manos.</li> </ul>	
1.4.13e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El posición de pies, flexiones laterales de tronco con; manos en cintura, manos en los hombros, manos en la nuca, brazos en extensión.</li> <li>— En tendido supino, efectuar flexiones laterales de tronco, siendo estimulado por el profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Espaldera.</li> </ul>
1.4.13f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno realizará el movimiento hasta la posición límite de forma continua.</li> <li>— El alumno realizará movimientos intermitentes suaves en la posición límite.</li> <li>— Sentarse sobre los talones y levantarse con rapidez, manos en la cintura.</li> <li>— De pie, piernas separadas, extensión del tronco atrás con: manos en cintura, manos en hombros, manos en nuca, brazos en extensión.</li> <li>— De espaldas a la espaldera, arqueándose y con apoyo de manos en travesaños, descender acentuando el arqueamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Muñeca grande de trapo.</li> </ul>
1.4.13g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno realizará elevaciones internas y continuas.</li> <li>— El alumno realizará elevaciones intermitentes y suaves en la posición límite.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.4.14a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Rotación simultánea y continua de brazos atrás.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.4.14b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Describir con los brazos, sin flexionar, círculos de delante hacia detrás y viceversa.</li> <li>— Sujetando una cuerda a una distancia de un metro, pasarla por encima de la cabeza con los brazos en extensión, situándolo detrás.</li> <li>— Flexión anteroposterior y lateral del tronco con manos en: <ul style="list-style-type: none"> <li>-cintura.</li> <li>-hombros.</li> <li>-nuca.</li> <li>-brazos en extensión.</li> </ul> </li> <li>— Torsiones de tronco con manos en: <ul style="list-style-type: none"> <li>-cintura.</li> <li>-nuca.</li> </ul> brazos en extensión, enlazando pica. </li> </ul>	
1.4.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbado supino con piernas flexionadas talones junto a glúteos, levantar las caderas estirando las piernas todo lo posible sin desplazar los pies de su sitio.</li> <li>— Levantar las caderas hasta quedar apoyado solo sobre los hombros.</li> <li>— Poniendo las manos sobre el suelo con dedos bajo las escápulas y codos proyectados arriba, elevar el tronco sobre el nivel del suelo.</li> <li>— De espaldas a una espaldera, arqueándose y con apoyo de manos en travesaños descender acentuando el arqueamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS ,	MATERIAL
1.5.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Darle un pequeño impulso al alumno sobre la parte a girar.</li> <li>— Estimular con una campana en el lado al que queremos que gire.</li> <li>— Mostrar un objeto para que lo coja y gire hacia el lado deseado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Objetos diversos: campana, juguetes mecánicos y luminosos, móviles, etc...</li> </ul>
1.5.2a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor empujará levemente al alumno, tendido prono este, asiéndole por las caderas y provocando su desplazamiento hacia un objeto motivante.</li> <li>— Tendido prono, ofrecerle un aro para que lo alcance. Tirar del aro trasladando al niño hasta que se suelte.</li> <li>— Cogerle los brazos cuando está tendido prono y tirar suavemente de ellos hacia un objeto.</li> <li>— Enseñarle un objeto luminoso a muy corta distancia, acercarlo hasta que lo toque, separándolo ligeramente para que nuevamente intente tocarlo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Alfombra.</li> <li>— Linternas de colores móviles.</li> <li>— Juguetes mecánicos.</li> </ul>
1.5.2b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sujetar al niño las piernas flexionándole las rodillas y colocarlo en esa posición en el suelo.</li> <li>— Colocar sus palmas de manos tocando el suelo y volverlas a colocar en la misma posición.</li> <li>— Poner una almohada a rodillo bajo s abdomen y girarlo lentamente para que gatee.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Rodillo.</li> </ul>
1.5.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agarrar un objeto y tirar de él para hacer que se levante del suelo.</li> <li>— Tenderle nuestras manos al niño y una vez las haya agarrado, hacer impulso hacia arriba para que vaya levantándose; ir disminuyendo nuestra ayuda cada vez más.</li> <li>— Poner sentado al niño dentro del parque y desde fuera llamarle la atención con objetos al fin de estimularle a cogerlos y ponerse en pie.</li> <li>— Colocar al niño en el suelo al lado de un sofá bajo, desde el sofá llamarle la atención con un objeto o algo que le agrada para impulsarle a buscarlo y ponerse de pie.</li> <li>— Dejarle agarrado a las patas de una silla y tirar suavemente para que se ponga en pie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mesa de 50 cms. de altura.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.4a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agarrar un aro que sostiene el profesor y hacerle ponerse de pie al elevarlo.</li> <li>— Girar el aro hacia uno y otro lado para que el niño dé los pasos hacia el lado indicado.</li> <li>— Sentarse en el suelo estando agarrado al aro.</li> <li>— Agarrar al profesor con las manos.</li> <li>— Agarrar las manos del niño con las del profesor, hacer que le siga hacia adelante, hacia uno y otro lado, sentarse, volverse a poner de pie, etc...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aro.</li> </ul>
1.5.4b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocarle un rodillo bajo el abdomen.</li> <li>— Apoyar las manos y rodillas en el suelo.</li> <li>— Darle ligeros movimientos de vaivén al rodillo para que el niño ponga manos y rodillas alternativamente en el suelo.</li> <li>— Hacerle ejercicio de coordinación, dándole el profesor un ligero empujoncito por el pie para que avance.</li> <li>— Hacer lo mismo con la mano y luego con el otro lado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñeco.</li> <li>— Sonajero.</li> <li>— Cubos.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Alfombra.</li> </ul>
1.5.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ayudar al alumno a ponerse de pie.</li> <li>— Ofrecerle objetos y puntos de apoyo que colaboren en la puesta en pie.</li> <li>— Caminar de la mano del profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sillas y mesas con patas redondas y sin aristas.</li> <li>— Palos redondos ofrecidos horizontalmente por el profesor.</li> <li>— Otros objetos.</li> </ul>
1.5.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar sujetándose a objetos (sillas, bastones, carritos, etc..).</li> <li>— Andar detrás de una cuerda y agarrando a ella mientras el profesor tira lentamente de la misma.</li> <li>— Andar dentro de un aro grande que el profesor mantendrá elevado a la altura del mismo para que ande y se sujete si hace falta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Aros.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Otros objetos.</li> </ul>
1.5.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ejercicios de desplazamiento por el espacio a distintas velocidades, a ritmo de pandero.</li> <li>— Desplazarse evitando obstáculos.</li> <li>— pasar entre dos niños sin chocarse.</li> <li>— Andar.</li> <li>— Correr.</li> <li>— Brincar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pandero.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Arrodillarse y levantarse.</li> <li>— Mover alternativamente las rodillas.</li> <li>— Avancar con las rodillas y manos hacia adelante.</li> <li>— Desplazarse de rodillas hacia atrás.</li> <li>— Desplazarse de rodillas hacia uno y otro lado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo, alfombra o moqueta.</li> </ul>
1.5.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ponerse de rodillas.</li> <li>— Apoyar manos en el suelo.</li> <li>— Mover al mismo tiempo la mano y rodilla del lado opuesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo, moqueta.</li> </ul>
1.5.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar las rodillas y saltar hacia adelante en posición de rodillas.</li> <li>— Cambiar las manos (adelantadas), al avanzar los pies en el salto.</li> <li>— Saltar hacia adelante con las rodillas flexionadas y sin separar excesivamente los pies de las nalgas al avanzar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo, alfombra.</li> </ul>
1.5.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse sobre el suelo y flexionar las piernas.</li> <li>— Apoyar las manos a la altura de las nalgas.</li> <li>— Deslizarse hacia atrás girando ligeramente el cuerpo hacia el lado que se desliza.</li> <li>— Deslizarse coordinando nalgas y piernas y naldas del mismo lado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo, moqueta o alfombra.</li> </ul>
1.5.12	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbarse boca-abajo.</li> <li>— Colocarse las manos a la altura de la cara.</li> <li>— Extender las piernas y mantenerlas así.</li> <li>— Arrastrarse en decúbito prono.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo de madera.</li> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.5.13a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar las piernas al correr.</li> <li>— Elevar los brazos a la altura del pecho o caja torácica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pista de deportes.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.5.13b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar los ritmos.</li> <li>— Andar a un ritmo impuesto.</li> <li>— Correr a un ritmo impuesto.</li> <li>— Golpear el tambor a un ritmo apetecido.</li> <li>— Pararse en seco cuando cese la música.</li> <li>— Pasar de un ritmo o marcha a otro.</li> <li>— Dar con palmadas ritmos, que se oyen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tambor.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.13c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ponerse tumbado en el suelo.</li> <li>— Flexionar y extender piernas sucesivamente.</li> <li>— Deslizarse con ayuda de pies, manos y hombros hacia atrás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo, moqueta.</li> <li>— Banco sueco.</li> </ul>
1.5.13d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Llevar un vaso o recipiente con más base.</li> <li>— Transportar objetos, al desplazarse.</li> <li>— Andar con un objeto en la mano y mirando a un punto situado enfrente del niño.</li> <li>— Andar siguiendo una línea marcada en el suelo, sin salirse de ella.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Vaso, plato, cubos, etc...</li> </ul>
1.5.13e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pisar por encima de tacos o aros.</li> <li>— Andar con un pie dentro y otro fuera de un aro.</li> <li>— Pisar por encima de tacos saltando los que se le vayan indicando (uno sí, otro no; cada dos saltar uno, etc.).</li> <li>— Pasar por encima de tacos u objetos no situado en fila o puestos irregularmente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros y tacos o pañuelos.</li> </ul>
1.5.14a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar las puntas de pies elevando los talones y sujetándose a sillas o bastones.</li> <li>— Apoyarse sobre las puntas de los pies y elevarse de talones sin apoyo.</li> <li>— Caminar sobre los talones.</li> <li>— Caminar con la cara externa de los pies (mirándose las plantas).</li> <li>— Caminar apoyando la cara interna del pie (plantas hacia afuera).</li> <li>— Avanzar sobre las puntas de los pies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sillas, bastones.</li> </ul>
1.5.14b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir a diferentes alturas: tacos, saquitos, etc.; salir de ellos al suelo.</li> <li>— Subirse a sillas, ponerse de pie en las mismas.</li> <li>— Subir de una altura a otra mayor.</li> <li>— Subir a potro, plintón, etc...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mesa y silla.</li> <li>— Tacos de madera, sacos de arena.</li> </ul>
1.5.14c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir por terraplenes o desniveles de terreno.</li> <li>— Subir por la parte deslizante de un tobogan bajo.</li> <li>— Subir por un plano inclinado de 15º de inclinación e ir aumen-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tablón de 2 m. de longitud y 50 cm. de ancho.</li> <li>— Semicírculo graduado.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.14d.	<p>tando la inclinación hasta los 35°.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Reptar siguiendo túneles hechos con sillas, mesas, etc.</li> <li>— Reptar por entre piernas de compañeros.</li> </ul>	
1.5.14e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar las piernas, inclinar ligeramente el cuerpo hacia delante.</li> <li>— Tocar con los talones sobre las nalgas.</li> <li>— Correr.</li> <li>— Brincar en un sitio fijo elevando progresivamente los talones hasta darse con ellos en las nalgas.</li> </ul>	
1.5.14f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar por caminos estrechos.</li> <li>— Andar hacia atrás.</li> <li>— Andar por caminos con curvas, esquinas y obstáculos.</li> <li>— Andar por caminos hechos con tacos de madera alineados, y dando una anchura de 60, 50, 45 y 40 cms. al camino; andar hacia atrás sin tocar ni correr los tacos.</li> <li>— Andar hacia atrás siguiendo trayectorias marcadas con tizas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tiza.</li> <li>— Aula.</li> <li>— Tacos de madera.</li> </ul>
1.5.14g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr libremente.</li> <li>— Correr por calles señaladas con cuerdas, tizas, etc., sin salirse.</li> <li>— Correr por espacios más estrechos y anchos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Campo de deportes.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.5.14h.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar por el aula en el que hayan esparcidos tacos de diferentes colores y pisar solo los de un color con el pie derecho y los de otro color con los del izquierdo.</li> <li>— Andar pisando pañuelos, aros, tacos, etc... que estarán separados unos de otros 15 cm. y estarán colocados irregularmente.</li> <li>— Empolvase los pies con talco pasando luego por el suelo y dejando la huella. Pasar de nuevo sobre las huellas marcadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Polvos de talco.</li> <li>— Tiza.</li> <li>— Plantillas.</li> <li>— Aros.</li> <li>— Pañuelos.</li> </ul>
1.5.15a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir escaleras.</li> <li>— Deslizarse y sujetarse al mismo tiempo que baja.</li> <li>— Deslizarse por un banco sueco inclinado 30°.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tobogán.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.15b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Deslizarse por toboganes de diferentes alturas.</li> <li>— Carreras de obstáculos.</li> <li>— Saltar avanzando hacia adelante.</li> <li>— Saltar diferentes alturas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-saltar un taco de 10 cms.</li> <li>-saltar un taco de 15 cms.</li> <li>-saltar un taco de 20 cms.</li> </ul> </li> <li>— Saltar un balón con pies juntos, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Patio de recreo.</li> <li>— Balones.</li> <li>— Tacos.</li> <li>— Sacos de carrera de diferentes tamaños (1 kg., 3 kg., y 5 kg.).</li> </ul>
1.5.15c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Juntar los pies al saltar.</li> <li>— Saltar con pies juntos.</li> <li>— Saltar abriendo los pies.</li> <li>— Alternar, al saltar, el abrir y cerrar las piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros grandes de madera o plástico.</li> </ul>
1.5.15d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Unir un pie al de un compañero.</li> <li>— Avanzar con el pie que está libre, dando paso corto.</li> <li>— Caminar con el mismo ritmo que lleva el compañero.</li> <li>— Andar con un pie mientras el otro se lleva arrastrado.</li> <li>— Ir a la «pata coja».</li> <li>— Ir andando llevando un objeto pesado atado a un pie: silla, saco de arena, etc...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerda.</li> </ul>
1.5.15e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir sobre alturas diferentes.</li> <li>— Caminar hacia la derecha.</li> <li>— Caminar a la izquierda.</li> <li>— Caminar lateralmente siguiendo marchas lentas y rápidas.</li> <li>— Caminar lateralmente cruzando las piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.5.16a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Avanzar primero a un lado del cuerpo y luego el otro sucesivamente.</li> <li>— Caminar 3 ó 4 mts. en esa posición, dejándose llevar por un compañero que tire de sus manos.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) de la posición de «firmes» pasar a la de «cuclillas».</li> <li>2) de «cuclillas» avanzar de las manos de un compañero.</li> </ol> </li> </ul>	
1.5.16b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Meterse dentro de un saco.</li> <li>— Juntar los pies dentro del saco.</li> <li>— Agarrar el saco con las manos a la altura de la cintura.</li> <li>— Saltar con los pies atados por los tobillos.</li> <li>— Andar igualmente con pasos cortos, como si llevara los pies atados.</li> <li>— Saltar a la comba.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saco de tela o plástico.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.16c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar de tendido supino a prono y viceversa, con brazos pegados al cuerpo, siendo impulsado por el profesor.</li> <li>— Pasar de tendido supino a prono y viceversa, brazos pegados al cuerpo, con propio impulso.</li> <li>— Girar sobre sí mismo en decúbito supino para recorrer una distancia, con brazos pegados al cuerpo, siendo impulsado por el profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Cronómetro.</li> <li>— Cinta métrica.</li> </ul>
1.5.16d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer «la carretilla».</li> <li>— Relajarse.</li> <li>— Apoyar las manos en el suelo.</li> <li>— Tumbarse en tendido prono.</li> <li>— Levantar las piernas.</li> <li>— Recorrer en posición de «carretillas». Alternando los movimientos de las manos.</li> <li>— Hacer el clavo sobre una pared.</li> <li>— Hacer el pino con apoyo.</li> </ul>	
1.5.16e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar con los pies juntos.</li> <li>— Saltar con pies juntos hacia delante.</li> <li>— Saltar con pies juntos a diferentes alturas.</li> <li>— Aumentar distancias en el salto hacia adelante en 10, 15 y 20 cms.</li> <li>— Saltar dentro y fuera de cubiertas.</li> <li>— Saltar dentro y fuera de neumáticos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Neumáticos.</li> </ul>
1.5.16f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Guardar distancias al correr con los compañeros de la fila.</li> <li>— Correr y adelantar a otros compañeros.</li> <li>— Correr y adelantar por la derecha o izquierda.</li> <li>— Guardar distancias al andar a un ritmo con los compañeros de la fila.</li> <li>— Guardar la misma distancia al correr detrás de un compañero.</li> <li>— Aumentar el ritmo en las carreras.</li> <li>— Adelantar a compañeros que van corriendo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gimnasio.</li> </ul>
1.5.16g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar por diferentes alturas.</li> <li>— Evitar obstáculos al andar.</li> <li>— Mantener el equilibrio al evitar los obstáculos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Objetos diversos.</li> <li>— Saquitos, ladrillos, bloques de madera...</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.5.17a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar con pasos cortos y largos.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.17b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar a pasos cortos en línea recta.</li> <li>— Andar a pasos largos en línea recta.</li> <li>— Andar alternativamente dando pasos cortos y largos.</li> <li>— Seguir señales en el suelo en las que alternen pequeñas distancias con distancias mayores.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> </ul>
1.5.17c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr distintas alturas.</li> <li>— Saltar una misma altura de forma continuada varias veces seguidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> </ul>
1.5.17d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger un balón entre rodillas y muslos.</li> <li>— Caminar con el balón entre rodillas y muslos.</li> <li>— Saltar estando en cuclillas hacia delante, atrás, a los lados, etc. llevando el balón entre las rodillas y muslos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espalderas.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.5.17e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir y bajar por la espaldera.</li> <li>— Suspenderse en la espaldera sin apoyo.</li> <li>— Desplazarse lateralmente por espaldera.</li> <li>— Desplazarse de una espaldera a otra libremente.</li> </ul>	
1.5.17f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar con los pies juntos.</li> <li>— Saltar sobre un pie teniendo el otro flexionado en el aire.</li> <li>— Caminar dando saltos a la «pata coja», alternando los pies.</li> <li>— Saltar cayendo sobre el pie derecho y luego sobre el izquierdo.</li> <li>— Ir a la «pata coja» a ritmo lento.</li> <li>— Ir a la «pata coja» a gran velocidad.</li> <li>— Alternar los ritmos según se lo indique el profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cinta métrica.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.17g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colgarse de diferentes objetos separándose del suelo.</li> <li>— Mover el cuerpo, sosteniendo de una cuerda, por impulso del profesor.</li> <li>— Mover el cuerpo por propio impulso, una vez en suspensión, hacia adelante y atrás.</li> <li>— Dejarse caer, saltando, de la altura que se le coloque.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerda del techo.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.5.17h.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Elevar talones.</li> <li>— Caminar sobre las puntas de los pies.</li> <li>— Caminar de puntillas llevando diferentes ritmos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tambor.</li> </ul>
1.5.18a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar las rodillas dando impulso al cuerpo hacia delante, arrastrándose.</li> <li>— Arrastrándose por el suelo, llevando una mano sujeta.</li> <li>— Reptar llevando en la mano diferentes objetos: primero en una mano y luego en la otra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balones y objetos.</li> </ul>
1.5.18b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr suavemente.</li> <li>— Saltar.</li> <li>— Correr y saltar alternativamente.</li> <li>— <i>Saltar cuando señale el profesor, mediante palmada.</i></li> <li>— Correr contando los pasos y saltar al paso que se le indique.</li> <li>— Alternar ritmos al correr (<i>suave-deprisa-suave</i>).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Metrónomo.</li> </ul>
1.5.18c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocarse de cuclillas.</li> <li>— Colocar las palmas planas, sobre el suelo a lo ancho de los hombros.</li> <li>— Meter la cabeza en el pecho.</li> <li>— Darse impulso para adelante.</li> <li>— Desplazarse dando volteretas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta o colchoneta.</li> <li>— Cinta métrica.</li> </ul>
1.5.18d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexionar el cuerpo hacia abajo y adelante.</li> <li>— Apoyar las manos en el suelo con flexión de cuerpo y piernas sin flexionar.</li> <li>— Caminar en posición cuadrúpeda en el suelo.</li> <li>— Caminar en posición cuadrúpeda sobre un banco sueco.</li> <li>— Caminar en posición cuadrúpeda entre dos bancos suecos paralelos y situados a distintas distancias entre ellas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Bancos suecos.</li> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Cinta métrica.</li> </ul>
1.5.19a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar saltos de altura simples, a distintas alturas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banquetas.</li> <li>— Sacos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.5.19b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr.</li> <li>— Correr saltando a diferentes alturas.</li> <li>— Saltos de obstáculos.</li> <li>— Saltar flexionando las rodillas.</li> <li>— Saltar echando piernas hacia atrás.</li> <li>— Saltar girando brazos atrás.</li> <li>— Tocarse los talones al saltar, dándose un impulso hacia: delante, atrás, un lado.</li> <li>— Saltar hacia adelante.</li> <li>— Saltar hacia los lados.</li> <li>— Saltar a la comba.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetros.</li> <li>— Cuerdas.</li> </ul>
1.5.19c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar con pies juntos.</li> <li>— Saltar por encima de una cuerda.</li> <li>— Rotar los dos brazos a la vez de atrás hacia delante y al contrario.</li> <li>— Flexionar las piernas al saltar alternativamente.</li> <li>— Desplazarse al saltar con una cuerda.</li> <li>— Saltar con los pies atados.</li> <li>— Saltar sobre un pie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Comba.</li> </ul>
1.5.20a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Deslizarse horizontalmente por bandas de paralelas o similar.</li> <li>— Suspender con y sin apoyo de pies del palo sueco.</li> <li>— Trepár libremente por el palo sueco.</li> <li>— Trepár con apoyo de pies por el palo sueco.</li> <li>— Trepár sin apoyo de pies por el banco sueco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Palo sueco.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.5.20b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar volteretas hacia adelante.</li> <li>— Sentarse con las rodillas dobladas y pegadas al pecho.</li> <li>— Doblar los brazos y colocar las manos sobre los hombros con las palmas hacia arriba.</li> <li>— Dar impulso hacia atrás colocando la cabeza y la espalda en la estera y las manos apoyadas en la misma detrás de los hombros.</li> <li>— Mover rodillas y caderas y ponerlas sobre la cabeza y rodar hacia atrás.</li> <li>— Caer sobre los pies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Cinta métrica.</li> </ul>
1.5.20c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agarrarse a las barras con las manos.</li> <li>— Elevar con impulso los pies hasta asirse a las barras, flexionando el cuerpo por su mitad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Vigas de suspensión.</li> <li>— Paralelas.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<ul style="list-style-type: none"><li>— Soltarse de una mano ganando espacio y luego avanzar la otra.</li><li>— Hacer igual con los pies.</li></ul>	



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con movimientos dirigidos por el profesor desplazar objetos apropiados que hay encima de la mesa.</li> <li>— Trasladar con una y otra mano de un lugar a otro, los objetos colocados al efecto sobre una mesa.</li> <li>— Levantar los objetos situados en una mesa y dejarlos caer sobre la misma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Llaves de plástico vistosas.</li> <li>— Muñecas pequeñas y manejables.</li> <li>— Pelotas encajables en los dedos.</li> <li>— Bolas de madera.</li> </ul>
1.6.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Distinguir su imagen de diferentes objetos (juguetes).</li> <li>— Distinguir su imagen de la del profesor frente al espejo.</li> <li>— Distinguir su imagen de la de otro compañero.</li> <li>— Distinguir su imagen entre 4 compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espejo.</li> <li>— Juguetes.</li> </ul>
1.6.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno dará palmas y a una consigna esconderá las manos.</li> <li>— Hacer ruido con los pies, al caminar o mover los pies <i>encima de papel ruidoso</i>.</li> <li>— Tapar con una mano, partes de la cara: un ojo, la nariz, na oreja, etc...</li> </ul>	
1.6.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocarse la cabeza, el pelo, los ojos, la boca, los brazos, las piernas, tras ver como lo hace el profesor con las dos manos.</li> <li>— Llevar las manos del alumno a la parte deseada del profesor a la vez que verbaliza.</li> <li>— Ejemplos similares sobre una muñeca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñeca grande de trapo.</li> </ul>
1.6.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Señalar en sí mismo las partes del cuerpo enumeradas sucesivamente por el profesor: <ul style="list-style-type: none"> <li>—cabeza.</li> <li>—pelo.</li> <li>—espalda.</li> <li>—hombro.</li> <li>—brazo.</li> <li>—culo.</li> <li>—dedos.</li> <li>—pies.</li> <li>—ojos.</li> <li>—pecho.</li> <li>—mano.</li> </ul> </li> <li>— Señalar, las mismas partes, en su propia figura reflejada en un espejo.</li> </ul>	
1.6.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— <i>Ejercicios de reconocimiento de partes del cuerpo en muñecas diversas. Señalar:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>—ojos.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñecas diversas.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— boca.</li> <li>— nariz.</li> <li>— pelo.</li> <li>— sien.</li> <li>— piernas, etc.</li> <li>— Por parejas jugar: a juntar y separar las piernas de la mano. juntar y separar: la espalda. juntar y separar: el talón.</li> <li>— Recorrer una pared, tocándola con las manos y levantándolas alternativamente.</li> <li>— Unirse por el costado a otro compañero de todas las formas posibles.</li> </ul>	
1.6.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Meter y sacar la mano abierta y cerrada en el bote de pintura.</li> <li>— Separar y juntar los dedos dentro del bote.</li> <li>— Marcar la huella hasta que no quede completa por falta de pintura.</li> <li>— Abrir y cerrar la mano, impregnada de pintura.</li> <li>— Marcar las huellas con dedos juntos y separados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pintura de dedos no tóxica y de varios colores.</li> <li>— Papel blanco de embalar.</li> <li>— Folios.</li> </ul>
1.6.7c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Bailar dentro del aro, cordón o papel.</li> <li>— Sentarse dentro de la superficie limitada.</li> <li>— Sentado colocar una mano fuera y otra dentro.</li> <li>— Colocarse en posiciones diferentes y limitar el espacio con: cordones, palos, etc.</li> <li>— Limitar parte de la superficie del suelo con cuerdas y meter objetos.</li> <li>— Pasar su silueta con tiza sobre el suelo.</li> <li>— Completar con su cuerpo, siluetas incompletas en el suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros grandes.</li> <li>— Cordones de 1 mts. de largo.</li> <li>— papel de embalar.</li> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Cajas de cartón.</li> </ul>
1.6.8a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— <i>Identificar cada una de sus manos sobre siluetas colocadas:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>-derecha e izquierda - juntas.</li> <li>-derecha delante - izquierda detrás.</li> <li>-izquierda detrás - derecha delante.</li> <li>-cruzar los brazos.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— <i>Cartulinas de colores.</i></li> <li>— <i>Pintura.</i></li> </ul>
1.6.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar el balón por las piernas, desde el pie hasta ambas rodillas.</li> <li>— Llevar el ritmo dando con el balón en los muslos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón plástico.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.8c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Deslizar el balón por el cuerpo tomando diversas posturas.</li> <li>— Pasear el balón por el cuerpo de un compañero.</li> <li>— Tumbarse en «tendido supino», apoyando pies contra pared.</li> <li>— Balancearse sobre la espalda, hacia un lado y hacia otro.</li> <li>— Arrastrarse por el suelo apoyándose en el pecho y vientre, en la espalda, etc.</li> <li>— Colcar la espalda sobre un pañuelo a una señal determinada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pared.</li> </ul>
1.6.9a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar con una mano partes del cuerpo que están delante.</li> <li>— Tocar partes simétricas con cada mano.</li> <li>— <i>Seguir un ritmo con las manos</i>, golpeando todo el cuerpo.</li> <li>— Golpear alternativamente las manos sobre el cuerpo, siguiendo un ritmo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Una muñeca grande.</li> </ul>
1.6.9b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Doblar sus rodillas y extenderlas.</li> <li>— Doblar sus codos y extender.</li> <li>— Mover la cabeza hacia adelante y hacia atrás.</li> <li>— Doblar y extender alternativamente 2 articulaciones (codos-rodillas).</li> <li>— Subir y bajar hombros.</li> <li>— Rotación de muñecas.</li> <li>— Flexión y extensión de muñecas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñecos articulados.</li> </ul>
1.6.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbarse y mirar hacia algo que está en un lado.</li> <li>— Ante 2 consignas distintas tumbarse una vez de cada lado.</li> <li>— Girar en el suelo hacia un lado y hacia el otro, con las piernas dobladas y recogidas con los brazos.</li> <li>— Tumbado, dar una vuelta en 4 tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Alfombra.</li> </ul>
1.6.11a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Marchar a diferentes ritmos y colocar un pie dentro de un aro al cesar la música.</li> <li>— Meterse en cuclillas dentro del aro a una orden dada.</li> <li>— Meterse de pie dentro del aro a una orden dada.</li> <li>— Colocar diferentes materiales (aros-pequeños; figuras-bloques, etc.) dentro de otro material; trapo de papel grande, tela o algo similar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros de plástico grandes.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.11b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Meter en el aro la cabeza.</li> <li>— Las piernas.</li> <li>— Un brazo y una pierna.</li> <li>— Colocar, los aros en bloques, encajables formando un túnel y el alumno pasará por 2 ó 3 aros como si fuese un túnel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros.</li> <li>— Bloques donde se encajan.</li> </ul>
1.6.11c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Buscar con cada pie su silueta correspondiente, desordenadamente.</li> <li>— Colocar las siluetas en línea recta y hacer el recorrido.</li> <li>— Poner las 2 siluetas, derecha e izquierda una al lado de la otra separadas por un bastón así dar 4 pasos.</li> <li>— Andar hacia detrás pisando por encima de siluetas de pies, correctamente ordenadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Rotuladores gruesos.</li> <li>— Papel de embalar.</li> </ul>
1.6.11d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Doblar al ritmo 1º un codo después de otro.</li> <li>— Doblar los dedos de una y otra mano.</li> <li>— Doblar los dos brazos libremente por partes diferentes.</li> <li>— Imitar acciones como: coger un vaso, pasar un balón, etc. sin mover las articulaciones de las manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñecos articulados.</li> </ul>
1.6.12a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ponerse de espaldas al profesor.</li> <li>— Ponerse de cara al profesor.</li> <li>— Decir la postura de un niño, reconociéndola con los ojos cerrados.</li> <li>— Colocarse por parejas: hombro con hombro, espalda con espalda.</li> <li>— Cambiar de la posición tumbado a estar de pie pasando por la postura de cuclillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Panadero.</li> <li>— Banqueta.</li> </ul>
1.6.12b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Buscar con cada pie su silueta correspondiente.</li> <li>— Colocar un determinado pie en la silueta dejando el otro fuera.</li> <li>— Recorrer las siluetas desordenadamente.</li> <li>— Recorrer las siluetas puestas la lado de un eje, quedando una delante de la otra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Rotuladores gruesos.</li> <li>— Papel de embalar.</li> <li>— Pintura de dedos.</li> </ul>
1.6.12c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar el aro por el brazo derecho desde la mano hasta el hombro.</li> <li>— Lo mismo en el brazo izquierdo.</li> <li>— Jugando con el aro, el alumno descubrirá 3 formas diferentes de llevar el aro, de un lugar a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros pequeños y medianos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.13a.	<p>otro del aula solo con un brazo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— mano.</li> <li>— codo (sujetando entre brazo y antebrazo).</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Ver en el espejo solo un brazo o una pierna.</li> <li>— Colocar una tira en el espejo y otra en el cuerpo y hacer que coincidan.</li> <li>— Inmovilizar una parte y mover la otra.</li> <li>— Ante el espejo, colocar partes simétricas de su cuerpo <i>manos-rodillas-brazos, etc. juntas.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espejo de cuerpo entero.</li> <li>— Cinta adhesiva de colores.</li> </ul>
1.6.13b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar las manos de manera diferente.</li> <li>— Derecho delante del espejo poner asimétrica la cara (ojos).</li> <li>— Colocar los brazos asimétricos.</li> <li>— <i>Por parejas jugar a imitarse, siendo uno espejo y otro el que se mueve.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espejo.</li> </ul>
1.6.13c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Marchar golpeando con los dos pies.</li> <li>— Marchar golpeando con un pie.</li> <li>— <i>Golpear con el pie derecho a la par que se da una palmada.</i></li> </ul>	
1.6.13d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dibujar con tiza la silueta completa del niño sobre el suelo.</li> <li>— Dibujar una silueta incompleta y que él busque la parte que <i>falta, cabeza, etc.</i></li> <li>— Sobre siluetas incompletas colocar una muñeca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Siluetas de figura humana en cartón o madera.</li> <li>— Muñeca de trapo.</li> <li>— Tiza.</li> <li>— <i>Papel de embalar.</i></li> <li>— Ceras de colores.</li> </ul>
1.6.13e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger y dejar cosas con la mano derecha.</li> <li>— Coger cosas con la derecha y <i>pasar a la izquierda.</i></li> <li>— Llevar un ritmo golpeando sobre el suelo con la mano derecha y con la izquierda alternativamente.</li> <li>— Sacar pelotas pequeñas de una caja con la mano derecha y meterlas en otra caja con la izquierda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Globos.</li> <li>— Juguetes.</li> </ul>
1.6.13f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar la mano derecha desde el pie al hombro del mismo lado.</li> <li>— Pasar la mano izquierda, por el lado izquierdo, desde el pie al hombro del mismo lado.</li> <li>— Pasar mano derecha por el lado izquierdo y viceversa.</li> <li>— Cubrirse con un trozo de papel</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.13g.	<p>grande o trapo; la parte derecha o izquierda del cuerpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Por parejas realizar en los compañeros el ejercicio anterior.</li> <li>— Escenificar, 3 personajes distintos, en diferentes posturas: de pie, sentado, tumbado.</li> <li>— Buscar dos modos diferentes para estar de pie.</li> <li>— Sentarse de 3 posturas diferentes.</li> <li>— Levantarse del suelo en 5 tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Imágenes de motivaciones diversas (atleta, oficios, etc.).</li> <li>— Muñeco articulado.</li> </ul>
1.6.14a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer ruido con la lengua.</li> <li>— Hacer movimientos con la lengua: <ul style="list-style-type: none"> <li>—hacia arriba.</li> <li>—hacia abajo.</li> <li>—hacia derecha.</li> <li>—hacia izquierda.</li> <li>—hacia delante.</li> <li>—hacia detrás.</li> <li>—circulares.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sala de psicomotricidad.</li> <li>— Espejo.</li> </ul>
1.6.14b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Localizar sobre sí mismo: <ul style="list-style-type: none"> <li>—mano derecha.</li> <li>—ojo izquierdo.</li> <li>—oreja izquierda.</li> <li>—etc.</li> </ul> </li> <li>— Colocar encima de una silueta: la mano izquierda y el pie derecho.</li> </ul>	
1.6.14c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger un balón.</li> <li>— Mover un pañuelo.</li> <li>— Empujar una silla.</li> <li>— Arrastrar una mesa.</li> <li>— Trasladar una tiza con los pies.</li> <li>— Vestirse y desnudarse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Objetos diferentes.</li> </ul>
1.6.14d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Recorrer la sala a la pata coja con el pie derecho, por los espacios libres.</li> <li>— Recorrer la sala a la pata coja con el pie izquierdo.</li> <li>— Ir a la pata coja con la derecha y volver con la izquierda en una distancia de 10 m.</li> <li>— Hacer alternativas de caminar a la pata coja con la derecha o la izquierda según 2 sonidos diferentes.</li> <li>— Dentro del aula diferenciar 2 espacios, donde realizar el recorrido a la pata coja con la derecha con la izquierda, según espacio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros de colores.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.14e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con aros de 3 colores esparcidos en el suelo, saltar por todo el espacio a la pata coja, en los amarillos detenerse y poner en pie derecho dentro.</li> <li>— Con aros amarillos y verdes, saltar a la pata coja por el espacio, detenerse a una orden, con la pierna izquierda dentro de los verdes.</li> <li>— Saltar libremente por todo el espacio a la pata coja a una orden, cambio de persona.</li> <li>— En una hilera de aros saltar de aro a aro, con los pies juntos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros de diferentes colores y tamaños.</li> </ul>
1.6.14f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tirar la pelota libremente por el espacio con la mano derecha y volver a recogerla.</li> <li>— Tirar con una mano e intentar detenerla aunque no la reenga con la otra.</li> <li>— Pasar la pelota de una mano a otra sin dejar caer ante una consigna determinada.</li> <li>— Con una pelota en cada mano lanzarla de la mano derecha hacia otra, la de la mano izquierda hacia delante siguiendo una consigna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balones de plástico manejables.</li> <li>— Pelotas de diferentes tamaños.</li> </ul>
1.6.14g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocado recto en el suelo sobre el cordón, que separe: brazo y pierna del mismo lado, seguidamente brazo y pierna del otro lado.</li> <li>— Separar a la vez los brazos siguiendo un ritmo. Tumbado sobre el listón que hace el eje.</li> <li>— Separar a la vez las piernas del eje. Tumbado —prono o supino— sobre el listón.</li> <li>— Siguiendo un ritmo o señal separar: brazo y pierna del mismo lado alternativamente.</li> <li>— Brazos y piernas.</li> <li>— Brazos y piernas cruzados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cordones de colores 2 m.</li> </ul>
1.6.14h.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ponerse muy derecho de pie, como el listón recto del suelo, colocado delante.</li> <li>— Tumbarse encima de una línea recta dejando una parte del eje inmóvil pegados al cuerpo (brazos y pierna) y la otra separada del eje.</li> <li>— Reproducir la postura del suelo de pie.</li> <li>— Colocar brazos y piernas de manera asimétrica situado encima del eje, línea o listón recto del suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Listones de colores.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.6.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar el pie izquierdo encima del muslo derecho y las manos debajo del muslo del mismo lado.</li> <li>— Mano izquierda encima de la derecha, las dos encima de la rodilla derecha, colocada encima de la izquierda.</li> <li>— La mano izquierda coge el tobillo derecho: la mano derecha se coloca encima del hombro izquierdo.</li> </ul>	
1.6.16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Numerar, objetos (mesas-sillas, etc.) al 1º, 3º, y 4º.</li> <li>— Colocarse en diferentes sitios de una hilera de niños y decir quien tiene a su derecha y quien a su izquierda.</li> <li>— Buscar el lugar que ocupa un niño, colocándole cada vez en un sitio diferente de la fila.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Objetos diversos y manejables.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Mesas.</li> <li>— Pelotas.</li> <li>— Pañuelos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.7.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agarrarle de la mano para ayudar a que se ponga de pie y se siente.</li> <li>— Estimularle a que se sujete a una anilla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Objetos apropiados.</li> </ul>
1.7.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Estimularle a desplazar objetos, arrastrar por el suelo los mismos gateando.</li> </ul>	
1.7.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ayudarle a arrastrar objetos sujetándole de las axilas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Juguetes con ruedas.</li> </ul>
1.7.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gatear sobre diferentes superficies.</li> <li>— Levantar alternativamente cada pierna (cuatro tiempos) con los pies descalzos sobre distintos firmes.</li> <li>— Caminar sobre diferentes superficies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Alfombra.</li> <li>— Suelo.</li> <li>— Arena.</li> <li>— Césped.</li> <li>— Espuma.</li> </ul>
1.7.5a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Andar por un camino de diferentes anchuras y material: tela - manta - papel - etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pañuelos.</li> <li>— Periódicos.</li> <li>— mantas.</li> <li>— Cordones.</li> <li>— Pizas.</li> </ul>
1.7.5b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar, con apoyo de la mano del profesor, sobre una superficie enmarcada sobre dos líneas.</li> <li>— Caminar con y sin apoyo pisando cruces trazadas en el suelo.</li> <li>— Caminar portando un objeto redondo y ligero entre sus manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tizas de colores.</li> <li>— Globos.</li> <li>— Pelotas.</li> </ul>
1.7.5c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subir y bajar al banco sueco con apoyo.</li> <li>— Subir, bajar al banco sin apoyo.</li> <li>— Subir al banco y mover los brazos y piernas (no estar estático).</li> <li>— Caminar por el banco sueco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.7.5d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger diversos objetos situados a alturas que le obliguen a ponerse de puntillas.</li> <li>— Agarrado a una silla ponerse de puntillas.</li> <li>— Caminar de puntillas por el espacio.</li> <li>— Dar dos pasos de puntillas, otros 2 normal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— objetos o pared que permitan apoyo.</li> </ul>
1.7.5e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con las piernas separadas inclinación antero-posterior de tronco con manos en cintura.</li> <li>— Flexiones laterales de tronco (piernas separadas).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta o colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.7.6a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Arrodillarse y levantarse libremente.</li> <li>— Levantarse adelantando una y otra pierna.</li> <li>— Ponerse de rodillas con la espalda muy recta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo enmoquetado.</li> </ul>
1.7.6b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar con la mano teniendo los ojos cerrados, la cabeza, el pecho, nariz, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suelo (al ser posible enmoquetado).</li> </ul>
1.7.6c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agacharse sin mover los pies del suelo y ponerse derecho. (Flexión de piernas), con y sin apoyo.</li> <li>— Lo mismo, colocando los brazos de diferentes formas: en la cabeza, a la espalda, encima de las rodillas, caderas, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pared u objetos que permitan apoyo.</li> </ul>
1.7.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar por hileras de baldosas.</li> <li>— Caminar por encima de tacos de diferentes tamaños: <ul style="list-style-type: none"> <li>— hacia delante.</li> <li>— hacia detrás.</li> <li>— lateralmente.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tacos de 5 x 25 x 25 cms.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.7.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer intentos de mantener sobre la cabeza diversos objetos: libros, figuras, saquito, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Figuras.</li> <li>— Saquitos.</li> <li>— Rodillo.</li> </ul>
1.7.7c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sostenerse sobre un solo pie, apoyándose con la mano en pared, espaldera u otro objeto apropiado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espalderas.</li> <li>— Alfombras.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.7.7d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar con brazos en cruz, al frente, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuartillas de papel.</li> <li>— Globos.</li> <li>— pelotas.</li> </ul>
1.7.8a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ponerse sobre la cabeza un objeto dado.</li> <li>— Caminar portando objetos adecuados y varios sobre la cabeza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Figuras geométricas, saquitos, tacos, etc.</li> </ul>
1.7.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar libremente sobre el suelo.</li> <li>— Saltar sobre el suelo de puntillas.</li> <li>— Saltar sobre el suelo sobre los talones.</li> <li>— Saltar libremente sobre el trampolín.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Moqueta.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Trampolín.</li> </ul>
1.7.8c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Inclinações de tronco con pies separados y juntos, sucesivamente.</li> <li>— Realizar flexión anterior del tronco con manos en caderas y pies respectivamente separados y juntos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Moqueta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.7.8d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar por encima de la tabla, colocada en el suelo.</li> <li>— Caminar con el pie derecho arriba y el izquierdo abajo.</li> <li>— Subir y bajar a la tabla.</li> <li>— Caminar sobre una escalera tumbada en el suelo.</li> <li>— Caminar sobre una colchoneta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tabla de 6 x 0,40 mts.</li> <li>— Neumáticos.</li> <li>— Escalera.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.7.8e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Apoyarse en el suelo con un pie y tocar el talón con la mano.</li> <li>— Elevar alternativamente las rodillas.</li> <li>— Mantenerse en equilibrio sobre una pierna flexionando hacia adelante la otra.</li> <li>— Mantenerse en equilibrio sobre una pierna, sujetando con la mano la otra por el tobillo.</li> <li>— En esta última posición describir diferentes trayectorias.</li> <li>— Sobre una sola pierna agacharse y recoger un balón u objeto del suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.7.8f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Subido sobre un banco sueco agacharse y levantarse con un objeto en las manos.</li> <li>— Caminar por el espacio con un objeto en las manos: balón, silla, etc.</li> <li>— Caminar por el espacio y a una orden agacharse para tocar el suelo.</li> <li>— Caminar por el espacio donde haya objetos y a una orden recoger uno y seguir caminando.</li> <li>— Ante una orden agacharse y a otra levantarse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Barra de 1 m.</li> <li>— Metro.</li> <li>— Balón.</li> </ul>
1.7.8g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar hacia atrás por el suelo.</li> <li>— Caminar hacia atrás por encima de periódicos.</li> <li>— Caminar hacia atrás entre dos líneas.</li> <li>— Caminar hacia adelante con pasos cortos sobre el banco.</li> <li>— Caminar hacia atrás con pasos largos y cortos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> </ul>
1.7.8h.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— a) El alumno en posición de cuclillas realizará rebotes sobre las puntas de los pies.</li> <li>— b) El alumno en posición de cuclillas, realizará tres rebotes, y vuelta a firmes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plano horizontal.</li> </ul>
1.7.9a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Recorrer cada lateral colocando un pie en el suelo fuera.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escalera de 0,50 de ancha.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.7.9b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lo mismo dentro el pie del suelo.</li> <li>— Caminar por el espacio interior de los peldaños.</li> <li>— Caminar por encima de una línea:               <ul style="list-style-type: none"> <li>—recta.</li> <li>—curva.</li> <li>—quebrada.</li> </ul> </li> <li>— Caminar por encima de un listón:</li> <li>— Con un pie a continuación del otro y dando pasos pequeños.</li> </ul>	
1.7.9c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar con el MINI-HOP, en una pierna alternativamente.</li> <li>— Subir y bajar a los MINI-HOP.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— MINI-HOP de: 10 cm. de diámetro y 55 cm. la cuerda doble que las suejta.</li> </ul>
1.7.9d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar a la pata coja con la derecha en aros rojos.</li> <li>— Saltar a la pata coja con la pierna izquierda en aros verdes.</li> <li>— Saltar a la pata coja de dentro afuera.</li> <li>— Saltar de aro en aro alternativamente cada vez con un pie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros pequeños de 30 cms.</li> </ul>
1.7.9e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Poner el pie encima de un balón y saltar sobre el otro pie a la pata coja.</li> <li>— Caminar sobre una pierna apoyando la otra en el balón e intentando avanzar.</li> <li>— Hacer rodar con un pie, sin perder el balón, hacia adelante y hacia atrás, lo más que pueda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.7.9f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar sobre una cama elástica.</li> <li>— Caer en diferentes posiciones (de pie, de rodillas, sentado, etc.).</li> <li>— Saltar alternativamente con los pies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cama elástica.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.7.10a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar sobre tacos.</li> <li>— Caminar sobre colchonetas.</li> <li>— Subir y bajar a cada travesaño.</li> <li>— Caminar apoyando ambos pies en cada travesaño.</li> <li>— Caminar apoyando un pie en cada travesaño.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escalera horizontal.</li> <li>— Tacos de madera.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.7.10b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentarse en el suelo y levantarse con rapidez.</li> <li>— Apoyar nalgas en el suelo.</li> <li>— Levantar pies y manos.</li> <li>— En posición de sentados y con apoyo de pies:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-manos en cintura.</li> <li>-manos en hombros.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.7.10c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-manos en nuca.</li> <li>-brazos en extensión-arriba.</li> <li>-piernas flexionadas.</li> <li>-piernas en semiflexión.-piernas en extensión.</li> <li>-piernas juntas.</li> <li>-piernas separadas.</li> <li>— Repetir sin apoyo de pies.</li> <li>— Repetir intentando sin apoyo y piernas en extensión.</li> <li>— Sentado en el suelo, elevar un balón sujeto entre los pies.</li> <li>— Correr con solturas por el banco sueco.</li> <li>— Empujar una pelota con el pie.</li> <li>— Empujar una pelota alternativamente con cada pie, frente a la pared.</li> <li>— Empujar una pelota por un camino trazado con tiza.</li> <li>— Golpear con el pie una pelota contra la pared con la mayor continuidad posible.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Pelota.</li> </ul>
1.7.10d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El niño caminará en puntillas con los ojos cerrados y conducidos por otros.</li> <li>— Caminar normalmente por un espacio de la clase; y por otro en puntillas, según una orden diferente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.7.10e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Inclinarsse y balancear los brazos paralelos.</li> <li>— Cerrar los ojos y colocar los brazos: adelante-atrás, arriba y abajo.</li> <li>— Inclinarsse y balancear los brazos alternativamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.7.10f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar por el espacio libremente, hacia atrás.</li> <li>— Llevar un saquito encima de la cabeza, caminando a un ritmo lento.</li> <li>— Por un espacio limitado caminar de espaldas.</li> <li>— Con dos consignas, unir la marcha hacia adelante y hacia atrás.</li> <li>— Caminar de espaldas, ojos cerrados, manos a la espalda por un espacio limitado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saquitos de arena.</li> </ul>
1.7.10g.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar por encima de la cuerda colocando solo un pie.</li> <li>— Pasar por encima del cordón de lado, pisándole con la mitad del pie.</li> <li>— Caminar por encima del cordón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerdas de saltar.</li> <li>— Cordones de lana.</li> <li>— Cinta métrica.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.7.11a.	<p>con los dos pies avanzando pasos largos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Caminar por encima de líneas rectas, quebradas, y onduladas colocando un pie a continuación del otro (punta-tacón).</li> <li>— Caminar en cuclillas.</li> <li>— De pie apoyados, por la palma de las manos oponerse a la fuerza del contrario.</li> <li>— Saltar «en cuclillas».</li> <li>— Desde la posición «en cuclillas», tratar de hacer perder el equilibrio al compañero situado en la misma posición, empujando con las palmas de las manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.7.11b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Poner un pie sobre el balón y girarle hacia un lado y hacia otro.</li> <li>— <i>Sentado en una silla, pasarse el balón de un pie a otro separados 40 cms.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> </ul>
1.7.11c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cubrir el espacio de: tacos, figuras, sillas de madera que el alumno pueda pasar de objeto a objeto.</li> <li>— Pasar de un taco a otro, ayudándose de un pie.</li> <li>— Trasladarse de un punto a otro con 2 sillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tacos.</li> <li>— Sillas.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.1a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Jugar con objetos que incluyan el conocimiento de distintos puntos del espacio.</li> <li>— Ir de un lugar dado a otro, dentro del aula.</li> <li>— Transportar objetos de un punto a otro dentro de un recinto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Jardín.</li> <li>— Pelotas.</li> <li>— Mesas.</li> <li>— Bancos.</li> </ul>
1.8.1b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr hacia la puerta.</li> <li>— Caminar despacio hacia la ventana.</li> <li>— Transportando objetos a una orden los dejará en el suelo, mesa, etc...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Pelotas.</li> <li>— Pañuelos.</li> <li>— Aros.</li> </ul>
1.8.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar gateando por debajo de las mesas.</li> <li>— Pasar por encima de una fila de tacos de poca altura.</li> <li>— Pasar por encima de superficies amplias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tacos, bancos, mesas, sillas.</li> </ul>
1.8.3a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar bolas hechas de papel.</li> <li>— Lanzar pañuelos.</li> <li>— Lanzar globos en todas direcciones: <ul style="list-style-type: none"> <li>— con una mano.</li> <li>— con ambas.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Bolas de papel.</li> <li>— Pañuelos.</li> <li>— Globos.</li> </ul>
1.8.3b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocarse delante del armario, ventana.</li> <li>— Colocarse detrás de la pizarra.</li> <li>— Cubrir el espacio que hay delante de él.</li> <li>— Colocar objetos delante o detrás de otros compañeros.</li> <li>— Sentado un niño en una silla colocar objetos delante o detrás de otros compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Objetos diversos, pañuelos, pelotas, papel...</li> </ul>
1.8.3c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar objetos encima de la mesa.</li> <li>— Poner las manos encima de la cabeza.</li> <li>— Ponerse debajo de una tela grande.</li> <li>— Poner objetos debajo de telas o papeles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aulas.</li> <li>— Mesas.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Pañuelos.</li> <li>— Telas grandes.</li> <li>— Papeles.</li> </ul>
1.8.4a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Meterse dentro de unos aros esparcidos por la clase.</li> <li>— Meterse dentro de una caja.</li> <li>— Un grupo de alumnos de las manos formarán un corro. Otro grupo, que estarán fuera, a una señal del profesor se meterán dentro del corro.</li> <li>— Juego del «ratón y el gato».</li> <li>— Jugar a pase-misi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Bastones de colores, cuerdas.</li> <li>— Aros.</li> <li>— Cajas.</li> <li>— Pañuelos.</li> </ul>
1.8.4b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer en el suelo caminos dife-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.5a.	<p>rentes. mientras suena una música pasar por ellos y cuando la música pase volver al punto de partida de espaldas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Tomar dos puntos de referencia (ventana, puerta); cuando suene una música se dirigirán a uno, y cuando cese ésta, desplazarse hacia el otro punto.</li> <li>— Cambiar de postura al cesar la música que suena.</li> </ul> <p>— Pasar por caminos trazados en el suelo variando la anchura de los mismos.</p> <p>— Pasar por caminos hechos con tacos y que tengan curvas y ángulos rectos, sin tirarlos.</p> <p>— Trazar, en el suelo, dos caminos, uno cerrado y otro abierto. El alumno pasará por el camino que está abierto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos.</li>   <li>— Tacos.</li> <li>— Cuerdas.</li> </ul>
1.8.5b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer caminos largos y cortos.</li> <li>— Pasar por los caminos largos.</li> <li>— Hacer con regletas caminos largos y cortos.</li> <li>— Hacer dos túneles con sillas, uno más largo que otro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sillas.</li> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Tacos.</li> <li>— Pelotas.</li> </ul>
1.8.5c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar pelotas a distintas velocidades. Marchar a distintas velocidades al tiempo que las pelotas lanzadas por el profesor.</li> <li>— Rodar aros.</li> <li>— Observar y comparar la velocidad de un señor y un coche.</li> <li>— Observar como corren una hormiga y un perro.</li> <li>— Correr detrás de balones lanzados por el profesor.</li> <li>— Lanzar dos balones de distintos tamaños o colores diciendo cual llega antes y comparando velocidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Aros.</li> <li>— Animales.</li> </ul>
1.8.5d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Construir una casa en el suelo y dar vueltas a su alrededor.</li> <li>— Dibujar figuras en la tierra y poner a su alrededor un círculo.</li> <li>— Botar una pelota alrededor de un objeto.</li> <li>— Dar tres vueltas alrededor de un objeto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aros.</li> <li>— Palos.</li> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Pelotas.</li> <li>— Tres objetos.</li> </ul>
1.8.5e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Levantar antes un brazo (derecho) y después el otro.</li> <li>— Botar la pelota antes de meterla en una caja.</li> <li>— Saltar desde una mesa y dar una palmada antes de tocar el suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Mesas.</li> <li>— Cajas.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.5f.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mirar actividades de la vida diaria y responder a ¿qué ha hecho antes de...?.</li> <li>— Botar la pelota y después lanzarla al techo.</li> <li>— Saltar desde una silla después de haber pasado por una fila de tacos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Tacos.</li> </ul>
1.8.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Poner objetos cerca de la mesa del profesor.</li> <li>— Poner objeto lejos de un niño determinado.</li> <li>— Poner el aro rojo lejos del amarillo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula, pelota.</li> <li>— Música.</li> <li>— Pañuelos.</li> <li>— Palos.</li> <li>— Pelotas.</li> </ul>
1.8.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mover un aro, mientras suena una música arriba, abajo, a un lado, al otro lado.</li> <li>— Intentar seguir el ritmo de una música con un palo. Colocando delante, a la derecha, a la izquierda.</li> <li>— Lanzar la pelota detrás.</li> <li>— Lanzar la pelota por entre las piernas.</li> <li>— Lanzar una pelota por la derecha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula, pelota.</li> <li>— Música.</li> <li>— Pañuelos.</li> <li>— Palos.</li> <li>— Pelotas.</li> </ul>
1.8.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Marcar distintos blancos, los alumnos lanzarán la pelota a los blancos situados a su derecha e izquierda.</li> <li>— Botar una pelota hacia la izquierda.</li> <li>— Botar una pelota a la derecha.</li> <li>— Botar la pelota en el aro que le corresponda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aro, pelota, música.</li> </ul>
1.8.7c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Recorrer distancias en más o menos tiempo.</li> <li>— Moverse mientras dura el sonido.</li> <li>— Pintar en la pizarra mientras dura el sonido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Discos.</li> <li>— Silbatos.</li> <li>— Tambor...</li> </ul>
1.8.8a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar en fila hacia delante.</li> <li>— Saltar en fila hacia atrás.</li> <li>— Colocar una fila de aros, dejando el primero libre; en los otros habrá un niño en cada uno y a una señal cada alumno saltará al aro que está delante.</li> <li>— Colocados los niños en fila, el profesor marcará negros, blancos, corcheas..., debiendo caminar los alumnos hacia adelante, hacia atrás, izquierda... respectivamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Tambor.</li> <li>— Aros.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar la pelota por encima de una cuerda.</li> <li>— Recoger la pelota antes de que bote.</li> <li>— Recoger la pelota después de haber botado.</li> <li>— lanzar la pelota dando un bote antes de saltar la cuerda.</li> <li>— Lanzar pelotas por debajo de una cuerda u objeto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balones.</li> <li>— Barra sueca.</li> <li>— Saltómetro.</li> <li>— Cuerdas.</li> </ul>
1.8.8c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar entre dos filas de sillas que están a un metro de distancia entre ellas.</li> <li>— Disminuir la distancia progresivamente.</li> <li>— Pasar entre dos filas de sillas a un metro de distancia entre ellas botando una pelota.</li> <li>— Botar la pelota sobre un dibujo marcado en el suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Pelotas.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Tacos.</li> </ul>
1.8.8d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Representar con su cuerpo distintos dibujos (casa, árbol...).</li> <li>— Hacer una figura geométrica (un triángulo) en el suelo con palos los alumnos se tumbarán paralelos a los palos.</li> <li>— Hacer una casa con las figuras geométricas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tiza, pizarra, palos.</li> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Lápices.</li> </ul>
1.8.8e.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Desplazarse por el aula corriendo, al mismo tiempo que bota una pelota.</li> <li>— El alumno levantará los brazos a la vez que emite un sonido.</li> <li>— Dar palmadas a la vez que dice su nombre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelotas.</li> </ul>
1.8.9a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar la pelota hasta que toque una pared dando una palmada cuando la toque.</li> <li>— Saltar desde una mesa y dar una palmada cuando vaya a saltar.</li> <li>— Saltar y dar una palmada cuando toque el suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelota.</li> <li>— Mesas.</li> <li>— Sillas.</li> <li>— Tacos.</li> </ul>
1.8.9b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar la pelota a un blanco lejos que está situado a 2 m. de distancia.</li> <li>— Botar la pelota en un taco situado en el suelo de 10 ó 15 cm. de ancho.</li> <li>— Lanzar pelotas de diversos compañeros que se desplazan corriendo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dos pelotas de 30 cms. de diámetro.</li> </ul>
1.8.9c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Construir con regletas distintas figuras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Regletas.</li> <li>— Palos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.9d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Completar figuras.</li> <li>— Construir en el suelo con dos palos un triángulo completándolo con su cuerpo.</li> <li>— Trazar en el suelo caminos unos con salida y otros sin salida. El alumno recorrerá solo los que tienen salida.</li> <li>— Con regleta de colores hacer 3 flechas.</li> <li>— Seguir la flecha de un determinado color.</li> <li>— Hacer un laberinto con dos direcciones, una señalada con una flecha y otra con una raya continua. El alumno seguirá la dirección que marca la flecha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Aulas.</li> <li>— Tacos de colores.</li> <li>— Tiza.</li> <li>— Pizarra.</li> </ul>
1.8.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Seguir trayectorias pintadas en la pizarra con la mano.</li> <li>— Pasar siguiendo la trayectoria que marque una cuerda sin pisarla.</li> <li>— Pasar por caminos distintos y con distinta dificultad.</li> <li>— Yendo detrás del profesor el alumno seguirá su trayectoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Diversos objetos.</li> <li>— Pizarra.</li> <li>— Cuerdas.</li> <li>— Tacos.</li> <li>— Palos.</li> </ul>
1.8.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Trazar caminos con obstáculos por donde pasarán los alumnos salvando estos.</li> <li>— Pasar por caminos marcados en el suelo y después pintar la trayectoria en la pizarra.</li> <li>— Interpretar una trayectoria pintada en la pizarra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Diversos objetos, tiza, pizarra.</li> </ul>
1.8.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar las pelotas a un blanco, situado en el centro de la clase.</li> <li>— Correr hacia puntos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pelota.</li> <li>— Cuerda.</li> </ul>
1.8.13a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ante distintos motivos rítmicos el niño realizará distintas actividades: <ul style="list-style-type: none"> <li>— a una palmada: andar.</li> <li>— 2 palmadas: caminar de puntillas.</li> </ul> </li> <li>— Situar en lugares exactos, ocupados previamente, suprimiendo progresivamente puntos de referencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Tambor.</li> <li>— Objetos varios. (Puntos de referencia).</li> </ul>
1.8.13b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar saltos en el suelo girando simultáneamente hacia: <ul style="list-style-type: none"> <li>— derecha.</li> <li>— izquierda.</li> </ul> </li> <li>— Saltar a un cuadrado pintado en el suelo, taco o banco sueco, girando simultáneamente hacia: <ul style="list-style-type: none"> <li>— derecha.</li> <li>— izquierda.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gimnasio.</li> <li>— Patio de recreo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Representar una historieta en cuatro tiempos (levantarse, lavarse, vestirse y desayunar). A una señal (un golpe) el alumno realizará la primera acción y a otra (dos golpes), la última.</li> <li>— Colocar cuatro señales en el suelo. El alumno corriendo, hará el recorrido.</li> <li>— A una señal del profesor buscará la señal más alejada y realizará el recorrido gateando.</li> <li>— Jugar al «escondite inglés».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Tambor.</li> </ul>
1.8.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con ojos cerrados:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-discriminar dos sonidos muy diferenciados, uno cerca y otro lejos.</li> <li>-producir sonidos lejos y cerca, el alumno levantará el brazo cuando el sonido esté cerca y se quedará inmóvil si el sonido viene de lejos.</li> </ul> </li> <li>— discriminar la distancia y la dirección de diversos sonidos, producidos dentro y fuera del aula.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.8.16a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocarse de diferente manera con respecto a los objetos, delante, enfrente, al lado de...</li> <li>— Definir la relación especial existente entre dos objetos dados: (de frente, de espaldas, detrás de otro, punto a, al lado de, entre dos).</li> <li>— Nombrar objetos que en la vida diaria se encuentren (de frente, de espaldas, detrás de, junto a, al lado de, entre dos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.8.16b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con regletas de diferentes tamaños el alumno hará un montón de igual tamaño que la regleta modelo, otro con regletas que sean más largas que las del modelo.</li> <li>— Buscar entre los niños de la clase lo que son de la misma altura que él.</li> <li>— Trazar una señal en la pared.</li> <li>— El alumno se colocará más alto que esa señal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Objetos dados.</li> </ul>
1.8.16c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno realizará órdenes simples y dobles. («ves a la puerta y después a tu sitio»).</li> <li>— El alumno realizará una orden triple: vete a la mesa pero antes de llegar siéntate en una silla y luego toca la cabeza de...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Diversos objetos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.8.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Llega hasta el armario colocando por el camino 4 objetos. Enumerarlos por orden y colocación.</li> <li>— Colocar un balón a la izquierda de un compañero.</li> <li>— Trazar señales en el suelo dando la orden de pasar alrededor de ellas.</li> <li>— Situarse a la derecha de un compañero.</li> <li>— <i>Pasar por delante del profesor.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Diversos objetos.</li> </ul>
1.8.18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar por encima de una línea recta y posteriormente representarla en el encerado.</li> <li>— Pasar por encima de una línea curva y posteriormente representarla en el encerado.</li> <li>— Representar en el encerado gestos abiertos y cerrados.</li> <li>— Representar en el encerado trayectorias, realizadas previamente en el espacio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aula.</li> <li>— Varios objetos.</li> <li>— Encerado.</li> </ul>
1.9.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír susurros, siseos, canciones de cuna.</li> <li>— Dejar de llorar ante la voz humana.</li> <li>— Calmarse ante la canción de voz humana conocida.</li> </ul>	
1.9.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor realizará previamente el modelo (respirar lentamente, inspirando, reteniendo y espirando).</li> <li>— En los primeros intentos, el profesor ayudará al chico a la correcta realización de la respiración, apuntándole con la mano el área física que en cada momento entra en juego.</li> <li>— Retener el aire mientras sube los brazos a la vertical.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.9.3a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor realizará previamente el modelo.</li> <li>— En los primeros intentos, el profesor ayudará al chico a la correcta realización de la respiración, apuntándolo con la mano el área física que en cada momento entra en juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.9.3b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Extensión de brazos arriba al tiempo de inspirar muy lentamente.</li> <li>— Expirar al tiempo de flexionar el tronco adelante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.9.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición de tendido supino, inspirar y expirar lenta y profundamente.</li> <li>— En posición de tendido supino, inspirar y expirar lenta y profundamente con ojos cerrados, procurando aislarse del entorno.</li> <li>— En posición de tendido supino, inspirar y expirar lenta y profundamente con ojos cerrados, con extensión de brazos atrás al inspirar y vuelta a la posición inicial al expirar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.9.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Quedar «como dormido».</li> <li>— Dormirse «poco a poco».</li> <li>— Dejar de sentir el propio cuerpo, progresivamente de pies a la cabeza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Espacio libre, y aislado de ruidos.</li> <li>— Ropa ligera.</li> </ul>
1.9.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con ojos cerrados, procurar aislarse del ambiente que le rodea, adoptando posturas libres.</li> <li>— Con ojos cerrados, centrar la atención en la inmovilidad de diversas partes de su cuerpo (manos, brazos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lugar muy aislado del mundo exterior.</li> <li>— Ropa ligera.</li> </ul>
1.9.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mirarse la propia mano efectuando con ella un movimiento.</li> <li>— Mirarse la mano, permaneciendo ésta en reposo.</li> <li>— Con los ojos cerrados, pensar en la inactividad de la mano.</li> <li>— Con los ojos cerrados, pensar que la mano se nos ha muerto.</li> <li>— Hacer lo mismo con ambas manos simultáneamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lugar muy aislado del ruido exterior.</li> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Ropa ligera.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.9.8a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Comprobar la tensión y actividad de su brazo.</li> <li>— Comprobar la reacción de su brazo al ser estimulado inesperadamente.</li> <li>— Contar la atención en la pasividad e inmovilidad voluntaria de su brazo.</li> <li>— Comprobar en si mismo la inmovilidad de su brazo, cogiéndole y soltándole con la otra mano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lugar muy aislado del ruido exterior.</li> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Ropa ligera.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.9.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Comprobar los movimientos voluntarios de su cabeza.</li> <li>— Centrar la atención en la inmovilidad voluntaria de su cabeza, procurando aislarla del resto de su cuerpo.</li> <li>— Sentado en una silla, compro-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lugar con aislamiento de ruido exterior.</li> <li>— Espacio que permite el libre movimiento del chico.</li> <li>— Ropa ligera.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Voz suave.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.9.9.	<p>bar como la cabeza cae en ambos lados, delante o detrás, cuando relajamos los músculos del cuello.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar música con un ritmo muy marcado, cambiando a música relajante.</li> <li>— Saltar, brincar o bailar ante el estímulo auditivo de un ritmo acentuado.</li> <li>— Sentarse, tumbarse y dormirse ante un estímulo auditivo relajante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lugar muy aislado del mundo exterior.</li> <li>— Espacio que permita el libre movimiento del chico.</li> <li>— Ropa ligera.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos.</li> </ul>
1.9.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pensar que la pierna dominante pesa mucho y por eso no puede moverse.</li> <li>— Hacer lo mismo con el brazo del mismo lado.</li> <li>— Inmovilizar totalmente la pierna, y después el brazo dominante.</li> <li>— Pensar fijamente en cada punto o tramo de la pierna y brazo a medida que se les va recorriendo inmediatamente, de arriba abajo y de abajo arriba.</li> <li>— Mover la parte relajada comenzando por la pierna, cuando el profesor lo indique.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio cómodo y tranquilo.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Ropa holgada y flexible.</li> </ul>
1.9.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Relajar cada una de las partes señaladas de forma sucesiva y atendiendo el siguiente orden: <ul style="list-style-type: none"> <li>—pierna dominante.</li> <li>—brazo dominante.</li> <li>—pierna no dominante.</li> <li>—brazo no dominante.</li> </ul> </li> <li>— Pasar a situación de tensión paulatinamente, siguiendo el siguiente orden: <ul style="list-style-type: none"> <li>—pierna dominante.</li> <li>—brazo dominante.</li> <li>—pierna no dominante.</li> <li>—brazo no dominante.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio cómodo y tranquilo.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Ropa holgada y flexible.</li> </ul>
1.9.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Relajar cada una de las partes señaladas de forma sucesiva, y atendiendo al siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>—pierna y brazo dominante.</li> <li>—pierna y brazo no dominante.</li> <li>—abdomen y tórax.</li> <li>—cara y nuca.</li> </ul> </li> <li>— Pasar a situación de tensión, en forma paulatina, y siguiendo el mismo orden que se había tenido en cuenta al relajar las distintas partes: <ul style="list-style-type: none"> <li>—pierna y brazo dominante.</li> <li>—pierna y brazo no dominante.</li> <li>—abdomen y torax.</li> <li>—cara y nuca.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio cómodo y tranquilo.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Ropa cómoda, holgada y flexible.</li> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos.</li> </ul>



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.10.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tirar de una cuerda.</li> <li>— Efectuar tracciones en distintas posiciones:               <ul style="list-style-type: none"> <li>—de pie.</li> <li>—sentado.</li> <li>—tumbado:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>-prono.</li> <li>-supino.</li> </ul> </li> <li>—con resistencia leve.</li> <li>—con resistencia media.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerda de cáñamo.</li> <li>— Cronómetro.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.10.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tomar el balón apoyando palmas y dedos lateralmente.</li> <li>— Tomado a la altura de los brazos lanzarlo en diferentes direcciones:               <ul style="list-style-type: none"> <li>—hacia adelante debiendo hacer semicírculo.</li> <li>—verticalmente.</li> <li>—hacia atrás.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón medicinal de 1 kg.</li> <li>— Metro.</li> </ul>
1.10.3a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar en posición de «tierra» en repetidas ocasiones.</li> <li>— En tendido prono, arquear el tronco atrás, hasta conseguir la extensión de brazos.</li> <li>— Colocarse en posición de «tierra», sujetándose exclusivamente con pies y manos, levantando libre y alternativamente cada uno de ellos (solo tres puntos de apoyo).</li> <li>— En posición de «tierra», caminar solo con apoyo y alternativamente de manos y arrastrando los pies.</li> <li>— En posición de «tierra», caminar con apoyo alternativo de manos, teniendo los pies sujetos por un compañero.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Metro.</li> </ul>
1.10.3b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Situado frente a un compañero con ambas manos en los hombros del mismo, tratar recíprocamente de desplazarse.</li> <li>— Con tronco flexionado y enlazando por debajo de las piernas las manos de un compañero situado a su espalda en igual posición, desplazar al contrario, venciendo la resistencia.</li> <li>— A la pata coja, recogiendo la pierna flexionada con el brazo del mismo lado, desplazar al compañero (en igual postura) empujando con el hombro (peleas de gallos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
1.10.4a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentado frente al compañero, piernas juntas, y pies en contacto con las plantas:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Cronómetro.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.10.4b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-estirar levantando al compañero ligeramente del suelo.</li> <li>-estirar levantando al compañero lo más posible del suelo.</li> <li>-entirar levantando al compañero del suelo depositándolo a la derecha.</li> <li>-estirar levantando al compañero depositándolo a la izquierda.</li> <li>-estirar levantando al compañero hasta situarlo de pie.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Sentado en ángulo recto y con apoyo de manos, realizará movimientos libres con las piernas, llevando un balón entre los pies.</li> <li>— Sentado en ángulo recto y con apoyo de manos descubrir círculos con las piernas, llevando un balón entre las piernas.</li> <li>— Realizar estas actividades con balones medicinales que aumentan progresivamente el peso y tamaño.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Balones.</li> <li>— Balones medicinales.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.10.5a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Botes estimulantes, abriendo y juntando piernas lateralmente.</li> <li>— Botes estimulantes, abriendo y juntando piernas longitudinalmente.</li> <li>— Subir y bajar libremente al banco sueco mediante salto: <ul style="list-style-type: none"> <li>—al frente.</li> <li>—lateralmente.</li> <li>—de espaldas.</li> <li>—con pies separados.</li> <li>—con pies juntos.</li> </ul> </li> <li>— Dar botes estimulantes, separando y juntando las piernas y brazos de forma simultánea.</li> <li>— Dar botes partiendo de la posición de cuclillas saltando hacia arriba con brazos en extensión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Banco sueco.</li> </ul>
1.10.5b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Con un compañero sobre los hombros y agarrado a las espalderas, hacer flexiones de piernas sin despegar la planta de los pies del suelo.</li> <li>— Con un compañero sobre los hombros y agarrado a las espalderas, hacer flexiones de piernas apoyándose solo con las puntas de los pies.</li> <li>— Con un compañero sobre los hombros y las puntas de los pies sobre un taco de 5 cm. elevarse y descender talones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espalderas o barra de equilibrio.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.10.6a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentado en ángulo recto frente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>a un compañero a una distancia de unos 2 mts., lanzar y recibir un balón medicinal de un kg., por encima de la cabeza, describiendo un semicírculo y sin perder el balón.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentado en ángulo recto, recibir el balón lanzado por el profesor, por encima de la cabeza continuando hacia atrás, con elevación simultánea de piernas hasta tocar el suelo con las puntas de los pies.</li> <li>— Lanzar el balón al profesor suavemente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón medicinal.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.10.6b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentado en ángulo recto con apoyo de manos, elevación de tronco, quedando apoyado sólo sobre manos y pies.</li> <li>— Colocado en «posición de tierra», realizar flexiones de brazos (fondos).</li> <li>— Colocar en «posición de tierra» y con apoyo de pie en banco sueco, realizar flexiones de brazos (fondos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.10.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar «fondos en el suelo».</li> <li>— Realizar «fondos» con apoyo de pies y manos a una altura de al menos 50 cms. del suelo.</li> <li>— Realizar «fondos» suspendido con apoyo de manos en bandas de las paralelas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Taburetes.</li> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Paralelas.</li> </ul>
1.10.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sentado en el suelo, con una mano en cada cuerda, elevar caderas con apoyo de pies en el suelo, flexionando brazos.</li> <li>— Trepas por la cuerda de nudos.</li> <li>— Trepas por la cuerda lisa con apoyo de pies.</li> <li>— En suspensión vertical con una cuerda en cada mano, realizar una voltereta hacia atrás y retornar al origen, deshaciendo la voltereta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuerdas suspendidas verticalmente (cuerdas de trepa).</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.10.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En posición de tendido supino: <ul style="list-style-type: none"> <li>-elevación alternativa de piernas, (tijeras) sin apoyo de pies en el suelo.</li> <li>-flexión alternativa de piernas.</li> <li>-elevación simultánea de piernas a la vertical, sin apoyo de pies en el suelo.</li> <li>-describir círculos hacia dentro y hacia fuera, ambas piernas separadas, simultáneamente.</li> <li>-describir círculos hacia la de-</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.10.9a.	<p>recha y hacia la izquierda con ambas piernas. -con manos sujetas al primer travesaño de espaldera o tobillo del compañero, piernas a la vertical y piernas en vertical, realizar torsiones laterales del tronco hasta dar en los pies en ambos lados.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar libremente al banco sueco.</li> <li>— Saltar con pies juntos, partiendo del reposo y volver a la posición inicial, saltando de espaldas.</li> <li>— Saltar libremente de un lado a otro del banco sueco.</li> <li>— Saltar con pies juntos de un lado a otro del banco sueco frontal y lateralmente.</li> <li>— Saltar con pies juntos de un lado a otro del banco sueco frontal y lateralmente res veces seguidas mediante un solo bote.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Banco sueco.</li> </ul>
1.10.9b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— De espaldas a un compañero y enlazados ambos por los codos, flexionar el tronco cargando al otro.</li> <li>— De espaldas a un compañero y enlazados ambos por los codos, flexionar el tronco cargando al otro, transportándole de frente, hacia la derecha, hacia la izquierda hacia atrás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.10.10a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Llevar al compañero a «caballo» (a horcajados sobre su espalda, sujetándole por debajo del muslo).</li> <li>— Jugar a «pídola» (saltar sobre otro compañero agachado, apoyando manos en su espalda).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Metro.</li> </ul>
1.10.10b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En tendido supino, debajo del extremo de un banco sueco enganchado por el otro extremo a las espaldas: <ul style="list-style-type: none"> <li>-subir y bajar el banco con el compañero sentado sobre el extremo enganchado en las espaldas.</li> <li>-subir y bajar el banco con el compañero que está encima con las piernas.</li> <li>-subir y bajar el banco con el compañero sentado sobre un punto intermedio estando sobre un punto intermedio entre el</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Banco sueco.</li> <li>— Espalderas.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.10.10c.	<p>extremo del enganche y el de contacto de los pies del que levanta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Agarrados a las espalderas, saltos verticales.</li> <li>— Con las manos en la barra, saltos verticales máximos.</li> <li>— Gateos colgado de la barra con pies y manos.</li> <li>— Colgado de la barra, hacer flexiones de brazos de diferente profundidad.</li> <li>— Colgado de la barra, subir hasta colocar la barbilla sobre la misma con pies escuadra.</li> <li>— Suspenderse de la trepa de nudos con brazos en extensión.</li> <li>— Suspenderse y balancearse de la trepa de nudos con brazos en flexión.</li> <li>— Colgado de la barra con pies y manos, avanzar y retroceder coordinando pie-mano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Barra horizontal.</li> <li>— Escalera horizontal;</li> </ul>
1.10.10d.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbado prono con un compañero sobre sus pantorrillas u otra sujeción, elevar el tronco teniendo las manos sobre la nuca.</li> <li>— Tumbado prono sobre un banco de musculación, con el tronco colgando y los tobillos enganchados o sujetos, elevar el tronco: <ul style="list-style-type: none"> <li>-a nivel del banco.</li> <li>-más del nivel del banco (más alto).</li> </ul> </li> <li>— Tumbado prono, pero con las piernas fuera del banco, elevar estas por encima del nivel del banco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Balón medicinal de 2 kg.</li> <li>— Banco ancho de musculación.</li> </ul>
1.10.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Suspendido de la espaldera y dando frente al profesor: <ul style="list-style-type: none"> <li>-elevación alternativa de rodillas.</li> <li>-elevación alternativa de piernas en extensión.</li> <li>-elevación simultánea de piernas en extensión.</li> <li>-elevación simultánea de piernas a la vertical, separar, juntar piernas y volver a la posición de partida.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Espalderas.</li> </ul>
1.10.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flexiones de piernas con apoyo en espaldera o similar.</li> <li>— Flexiones de piernas sin apoyo.</li> <li>— Flexiones de piernas manteniéndose sólo sobre una pierna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espacio libre.</li> <li>— Espaldera o cualquier otro ensayo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.10.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Recorrer espacios saltando en posición «de cuclillas».</li> <li>— Mantenerse en suspensión sobre las paralelas.</li> <li>— Avanzar sobre las paralelas impulsándose con ambas manos al tiempo.</li> <li>— Avanzar sobre las bandas de las paralelas alternando cada mano y con balanceos laterales.</li> <li>— Suspendido en las paralelas, <i>realizar flexiones de brazos</i> (fondos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Barras paralelas.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.11.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Carreras suaves.</li> <li>— Movimiento rápido de brazos y piernas en distintas posiciones: de pie, prono, supino, etc.</li> <li>— Chutar con el pie.</li> <li>— <i>Dar el balón con la rodilla.</i></li> <li>— Golpear al balón con uno y otro muslo alternativamente.</li> <li>— Golpear el balón varias veces con la cabeza contra una pared.</li> <li>— Lanzar el balón con la cabeza, pies, etc. a un compañero.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de fútbol.</li> </ul>
1.11.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar el balón a un compañero.</li> <li>— Pasar el balón que le pare un compañero.</li> <li>— Chutar a gol.</li> <li>— Correr con un balón.</li> <li>— Correr con un balón en los pies, sorteando obstáculos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de fútbol.</li> </ul>
1.11.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar el balón.</li> <li>— Parar el balón.</li> <li>— Chutar a puerta.</li> <li>— <i>Estando en reposo, pasar el balón a un compañero.</i></li> <li>— <i>Estando en movimiento, y llevando el balón entre los pies pasar el balón a un compañero.</i></li> <li>— <i>Corriendo paralelamente a un compañero, pasarse el balón recíprocamente.</i></li> </ul>	
1.11.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Driblar regateando a los contrarios.</li> <li>— Driblar, realizando una finta.</li> <li>— Arrebatar el balón a un contrario, sin necesidad de cargar sobre él.</li> <li>— Correr pasando el balón al primer toque, con el pie.</li> <li>— Correr, pasando el balón al primer toque, con cualquier parte del cuerpo.</li> <li>— Pasar el balón, tras driblar a un contrario.</li> <li>— Correr delante de un compañero que intenta pasarle el balón.</li> <li>— Lanzar saques de esquina, de banda, de metro, tiros francos o penalty.</li> </ul>	
1.11.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Meter las piernas en el agua, estando sentado en el borde de la piscina.</li> <li>— Introducirse en el agua, bajando por la escalera.</li> <li>— Introducirse en el agua, apoyado en el borde de la piscina.</li> <li>— Desplazarse paralelo al borde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piscina.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.11.6.	<p>de la piscina con agua por el mentón.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Introducir la cabeza en el agua, estando sujeto del borde o de la mano de un profesor o compañero.</li> <li>— Introducir la cabeza en la piscina con ojos cerrados.</li> <li>— Introducir la cabeza en la piscina con ojos abiertos.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Meter la cabeza en el agua con ojos cerrados.</li> <li>— Meter la cabeza en el agua con ojos abiertos.</li> <li>— Tocar con las manos el fondo de la piscina con ojos cerrados.</li> <li>— Tocar con las manos el fondo de la piscina con ojos abiertos.</li> <li>— Mantenerse horizontal (posición ventral), agarrado del borde de la piscina con un flotador debajo del pecho.</li> <li>— Mantenerse horizontal en posición ventral agarrándose al borde de la piscina.</li> <li>— Mantenerse horizontal en posición dorsal.</li> <li>— Mantenerse horizontal en posición ventral.</li> <li>— Nadar libremente el ancho de la piscina.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piscina.</li> </ul>
1.11.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mantenerse sobre el agua en posición horizontal dorsal: <ul style="list-style-type: none"> <li>-sin mover brazos ni piernas.</li> <li>-con oscilación alternativa de brazos.</li> <li>-con oscilación alternativa de piernas.</li> </ul> </li> <li>— con oscilación alternativa y sincronizada de brazos y piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piscina.</li> </ul>
1.11.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— De pie de espaldas al borde de la piscina y sujeto con los brazos, cabeza a nivel de agua, tomar aire or un lado y después de girar la cabeza expulsarlo dentro del agua.</li> <li>— En posición ventral, sujetando, por un brazo a un flotador, realizar con el otro brazo circundición del mismo.</li> <li>— Andar dentro del agua, realizando circundiciones de brazos, con tronco inclinado hacia delante y realizando giros con la cabeza para la respiración.</li> <li>— En posición horizontal ventral, apoyando manos en el bordillo, batir alternativamente las piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piscina.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.11.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sujeto a un flotador realizar combinadamente ejercicios con brazos, piernas y cabeza.</li> <li>— Sin flotador, realizar, flotando, combinadamente ejercicios con brazos, piernas y cabeza.</li> <li>— En posición ventral, avanzar batindo alternativamente piernas sujetando entre los brazos una tabla.</li> <li>— En posición ventral, sujetándose con los pies en el borde de la piscina, tabla o flotador, batir alternativamente brazos (estilo crawl).</li> <li>— Avanzar, nadando estilo «crawl», utilizando solamente brazos.</li> <li>— Avanzar, nadando en posición horizontal ventral batiendo piernas y con brazos inmóviles y en extensión.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— De pie, dentro de la piscina, agua por la cintura realizar extensión de brazos al frente y abertura lateral de los mismos (movimiento de «brazo»).</li> <li>— En posición ventral sobre un flotador, realizar extensión de brazos al frente y abertura lateral de los mismos (movimiento de «brazo»).</li> <li>— Sujeto al borde de la piscina, doblar las piernas con los talones juntos, llevando las rodillas hacia el pecho con la puna de los pies hacia fuera, extendiendo las piernas con fuerza, describiendo un círculo (movimiento de piernas de «brazo»).</li> <li>— Sobre un flotador, doblar las piernas con los talones juntos, llevando las rodillas hacia el pecho con la punta de los pies hacia afuera, extendiendo las piernas con fuerza, describiendo un círculo (movimiento de piernas de «brazo»).</li> <li>— En posición ventral avanzar con movimientos de piernas (estilo «brazo») sujetando entre los brazos una tabla.</li> <li>— Avanzar nadando estilo braza, utilizando solamente los brazos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piscina.</li> </ul>
1.11.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pasar el balón de una mano a otra por encima de la cabeza con diferentes tipos de impulsos y posición de brazos.</li> <li>— Pasar el balón de una mano a otra describiendo un círculo en torno a la cabeza y cintura.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de baloncesto.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.11.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— pasar el balón de una mano a otra, describiendo un ocho entre las piernas.</li> <li>— Realizar desplazamientos botando el balón.</li> <li>— Correr en zig-zag botando el balón.</li> <li>— Pasar el balón y recibirlo desde distintos ángulos (pase de pecho).</li> <li>— Lanzar y recibir el balón (pases de pecho) utilizando dos balones.</li> <li>— Driblar adelante y lateralmente con ambas manos.</li> <li>— Encestar desde distintos ángulos de tiro y posiciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de baloncesto.</li> </ul>
1.11.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tirar a la canasta mediante salto, soltando el balón en el momento de mayor elevación.</li> <li>— Tirar a la canasta con una sola mano adelantando la pierna del mismo lado.</li> <li>— Correr de una canasta a otra (por parejas) pasándose constantemente el balón y encestando sobre la marcha.</li> <li>— Situado el último de una fila, driblar a todos sus compañeros, botando el balón, colocándose el primero.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de baloncesto.</li> </ul>
1.11.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Jugar a pasarse el balón, dándole a éste con cualquier parte del cuerpo que no sea la pierna o el pie.</li> <li>— Lanzar el balón contra una pared, dándole con cualquier parte del cuerpo que no sea la pierna o el pie, y recogerle con la misma u otra parte.</li> <li>— Cambiarse la pelota de una mano a otra, al tiempo porque se va andando, corriendo, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de balonmano.</li> </ul>
1.11.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar el balón contra una pared, y cogerle al rebote.</li> <li>— Lanzar y recibir el balón a los compañeros estando parados.</li> <li>— Botar el balón estando parado.</li> <li>— Botar el balón al tiempo que se camina, se corre, etc.</li> <li>— Lanzar el balón a un blanco dado (otro balón colocado en el suelo, mancha del tamaño de un balón en el suelo, pared, frontal portería de balonmano, etc.).</li> <li>— Lanzar y recibir el balón a(de)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de balonmano.</li> </ul>

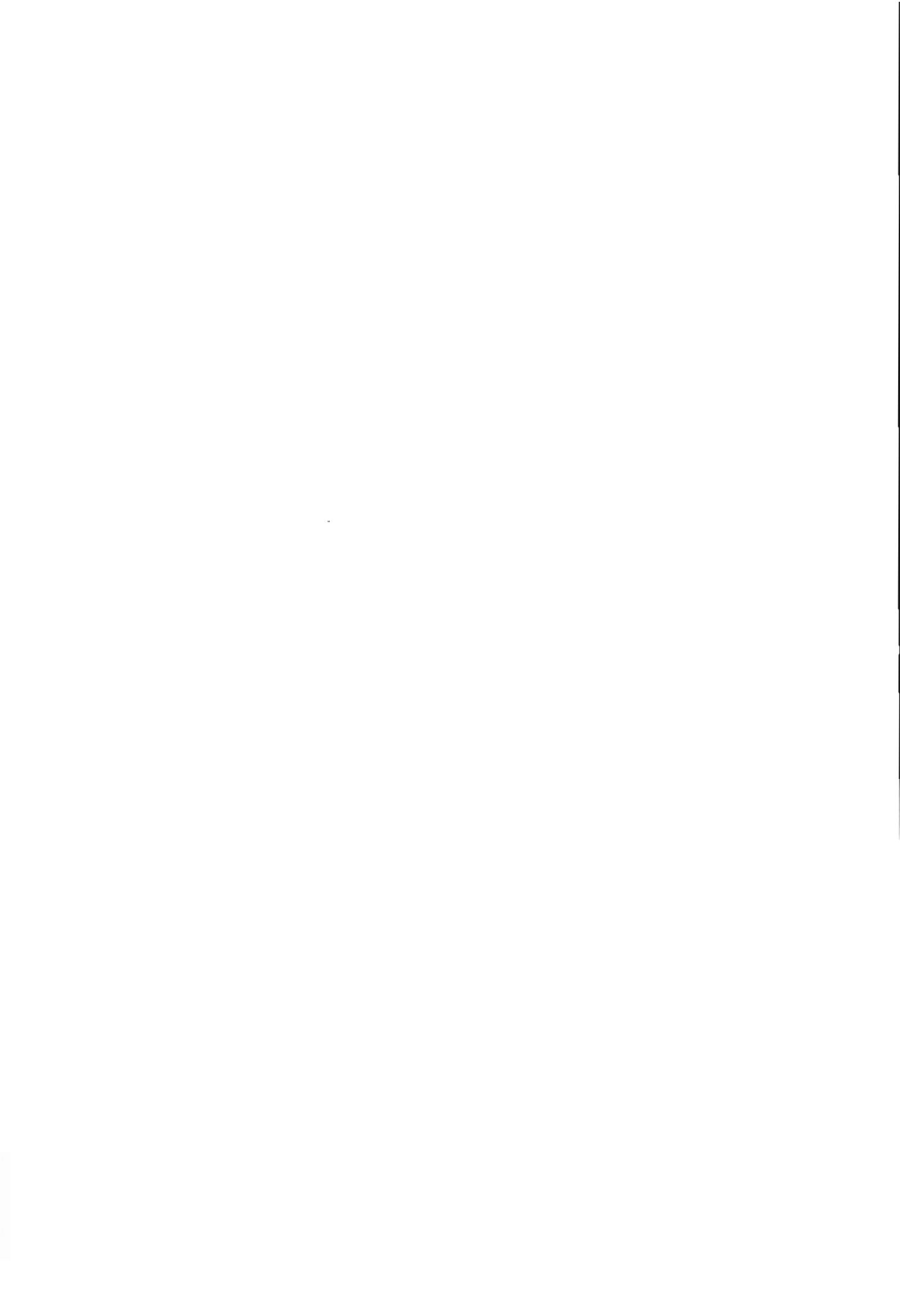
Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.11.15.	<p>los compañeros que están corriendo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Lanzar y recibir el balón a (de) los compañeros que están inmóviles, mientras el alumno va corriendo.</li> <li>— Lanzar y recibir el balón a (de) los compañeros, estando todos en movimiento.</li> <li>— Driblar hacia adelante y hacia los lados con una mano, botando el balón.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Correr botando el balón por un lado determinado (por la izquierda o derecha) de una línea recta marcada en el suelo.</li> <li>— Correr botando el balón por dentro de una calle de 50 m. trazado en el suelo, sin que se salga el balón de la calle formada por dos líneas rectas paralelas.</li> <li>— Lanzar el balón hacia adelante, detrás, derecha e izquierda desde unos centímetros antes de una línea trazada en el suelo.</li> <li>— Lanzar a puerta desde el punto de penalty desde la línea de golpe franco, etc.</li> <li>— Lanzar saque de esquina, de banda, etc.</li> <li>— pasar el balón a un compañero, pasando aquel por encima de la cabeza de otro chico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de balonmano.</li> </ul>
1.11.16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar saque de balón de abajo, o de seguridad.</li> <li>— Realizar saques de lado.</li> <li>— Realizar saques de tenis contra una red.</li> <li>— Realizar saques de gancho.</li> <li>— Lanzar el balón a un compañero.</li> <li>— Tocar el balón de dedos.</li> <li>— Tocar el balón proveniente de un compañero, con mano baja.</li> <li>— Pasar el balón en vertical y de frente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de voleibol.</li> </ul>
1.11.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Golpear el balón desde posición de caída.</li> <li>— Reatar el balón con diversas intensidades.</li> <li>— Pasar el balón a compañeros, situados en distintas posiciones.</li> <li>— Rotar por distintos lugares estratégicos, golpeando el balón cuando le venga a él.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de voleibol.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.11.18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Golpear el balón hacia el campo contrario.</li> <li>— Pasar vertical y de frente el balón.</li> <li>— Realizar el bloqueo, logrando que el balón caiga en campo contrario.</li> <li>— Realizar distintos saques.</li> <li>— Intercambiar balones y sitios con diversos compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de voleibol.</li> </ul>
1.11.19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Efectuar pases de red desde un lateral, en forma rotatoria.</li> <li>— Estando en círculo, pasar el balón al alumno situado en el centro del mismo.</li> <li>— Efectuar delante de la red dos golpes y a continuación pasar la red.</li> <li>— Al recibir el balón del campo contrario, pasar a un compañero cercano a la red, para que éste efectúe el mate.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balón.</li> <li>— Campo de voleibol.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.12.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Salto libre de longitud, partiendo del reposo.</li> <li>-adelantando la pierna derecha.</li> <li>-adelantando la pierna izquierda.</li> <li>-con los dos pies a la vez.</li> <li>— Saltar libremente altura, partiendo del reposo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar frontalmente adelantando una pierna, comenzando por alturas mínimas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> <li>— Colchonetas.</li> </ul>
1.12.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltos de («TIJERA») partiendo de reposo, por ambos lados y comenzando por altura mínima.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Salto de longitud mediante carrera pero impulsándose con <i>pies juntos</i>.</li> <li>— Salto de altura partiendo del reposo y con <i>pies juntos</i>.</li> <li>— Salto de altura, mediante carrera impulsándose con <i>pies juntos</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltos de altura con <i>pies juntos</i>, partiendo del reposo (comenzar por alturas mínimas).</li> <li>— Salto de longitud con <i>pies juntos</i> partiendo del reposo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar longitud libremente y mediante carrera.</li> <li>— Saltar longitud adelantando primero la pierna derecha. (Después con la izquierda).</li> <li>— Saltar longitud partiendo del reposo y con <i>pies juntos</i>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tiza.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Salto exterior con carrera libremente.</li> <li>— Salto exterior con carrera adelantando la pierna indicada (Primera derecha, después izquierda).</li> <li>— Salto exterior con carrera y doble apoyo de manos. (Primero una y luego otra).</li> <li>— Salto exterior impulsándose con los dos pies al tiempo.</li> <li>— Todas estas actividades se realizarán, utilizando trampolín y posteriormente sin él.</li> <li>— Todos los saltos exteriores se utilizarán con el potro trasversal y longitudinalmente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Potro.</li> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.12.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar el potro lateralmente (tijera) con doble apoyo de manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Potro.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.12.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Salto de potro «torera» a la mínima altura posible por cada lado.</li> <li>— Utilizando primero el trampolín y surpimiéndolo posteriormente.</li> <li>— Saltar mediante carrera y apoyo de ambas manos a quedarse de rodillas encima de potro colocando estas entre las manos.</li> <li>— A partir de la posición anterior y mediante impulso flexionando piernas saltar a caer de pie.</li> <li>— Salto interior a mínima altura.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Potro.</li> <li>— Colchonetas.</li> <li>— Espacio libre.</li> </ul>
1.12.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Salto semi-exterior (longitudinal) del plinton por ambos lados. (Consiste en saltar longitudinalmente con apoyo de manos hacia un lateral del aparato con lo cual la extensión de la pierna del lado del apoyo ha de ser menos, facilitando el ejercicio).</li> <li>— Salto exterior longitudinal con doble apoyo de manos.</li> <li>— Comenzar siempre con 3 módulos e ir aumentando convenientemente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plinton.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltar el potro lateralmente (tijera) con doble apoyo de manos.</li> <li>— Salto de plinton (torera) acercándose a los extremos laterales del aparato.</li> <li>— Salto torera, comenzando por mínimo número de módulos e ir aumentando progresivamente.</li> <li>— Utilizar el trampolín y suprimirlo posteriormente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plinton.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— De rodillas en el suelo, mediante impulso ponerse en pie.</li> <li>— Partiendo del reposo, saltar con apoyo de ambas manos a quedarse «de rodillas» encima del potro, colocando éstas entre las manos. Después, mediante impulso y flexionando piernas saltar a caer de pie.</li> <li>— Salto interior a mínima altura.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plinton.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar volteos en colchoneta.</li> <li>— Continuar en plinton y a partir de un solo módulo y aumentar según posibilidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Plinton.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>
1.12.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Volteo en colchoneta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Saltómetro.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
1.12.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Volteos por encima de una cuerda situada a cinco cms. de altura sobre la colchoneta.</li> <li>— Ir elevando la altura de la cuerda según posibilidades.</li> <li>— Las mismas que los correspondientes a los objetivos efectuados en aparatos más simples.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colchoneta.</li> <li>— Silla turca.</li> <li>— Colchoneta.</li> </ul>



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.1.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ante la audición de un sonido:</li> <li>-Cerrar ojos.</li> <li>-Contracciones musculares.</li> <li>-Gritos.</li> <li>-Girar la cabeza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos musicales.</li> <li>— magnetofón.</li> </ul>
2.1.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gesticular ante dos sonidos distintos (portazo-campana, gritos-timbales).</li> <li>— Emitir sonidos con la propia voz, dispares según el estímulo percibido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Puerta.</li> <li>— Campana.</li> <li>— Timbales.</li> </ul>
2.1.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar, uno tras otro, varios instrumentos de percusión.</li> <li>— Cambiar de instrumento de forma voluntaria.</li> <li>— Cambiar de instrumento tras la indicación verbal del profesor (decir simplemente «cambio» o dar el nombre del instrumento que se desee).</li> <li>— Cambiar de instrumento cuando el profesor da un golpe al pandero.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión: timbales, platillos, clave, bombo, triángulo.</li> </ul>
2.1.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Guardar silencio.</li> <li>— Escuchar diferentes sonidos.</li> <li>— Cantar.</li> <li>— Hablar en voz alta.</li> <li>— Callar subitamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Efectos específicos.</li> </ul>
2.1.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar y reproducir diferentes sonidos producidos por el propio cuerpo y por instrumentos musicales.</li> <li>— Decir lo que ha producido el sonido escuchado, sin haberlo visto, (palmas o pies; palmas o campana).</li> <li>— Coger de entre un grupo de dibujos, el que produce el sonido emitido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cajas de música, sonajeros, juguetes musicales, campanillas.</li> <li>— Sonidos corporales.</li> <li>— Dibujos representando diferentes objetos sonoros.</li> </ul>
2.1.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar sonidos del medio ambiente (cerrar puertas, sirena del coche de bomberos), de fenómenos de la naturaleza (lluvia, trueno) y de instrumentos musicales (guitarra, trompeta).</li> <li>— Reproducir el sonido que emiten.</li> <li>— Reproducir el sonido de lo que se le pide sólo por su nombre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Magnetofón, grabaciones de sonidos especiales.</li> <li>— Medio ambiente.</li> <li>— Instrumentos musicales.</li> </ul>
2.1.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar distintos instrumentos musicales, fijándose en el timbre del sonido emitido por cada uno de ellos.</li> <li>— Oír distintos instrumentos (en directo o de grabación) y distin-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos musicales varios: bombo, platillos, pandero, flauta, campana.</li> <li>— Cassette y grabación de efectos especiales.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>guirlos, diciendo el nombre del instrumento que los produce o señalando dicho instrumento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar un gesto determinado para cada instrumento, por ejemplo; levantar un brazo cuando suena el panadero, ponerse en pie cuando suenan los platillos, etc.</li> </ul>	
2.1.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Marchas con pisadas fuertes y pasos silenciosos.</li> <li>— Correr mientras se dejen distintos instrumentos de percusión.</li> <li>— Tocar instrumentos de percusión, emitiendo sonidos fuertes y débiles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pandero.</li> <li>— Tambor.</li> <li>— Bombo.</li> <li>— Timbales.</li> </ul>
2.1.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar varios sonidos familiares de la vida cotidiana identificándolos.</li> <li>— Escuchar distintos sonidos producidos por instrumentos musicales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Grabación de efectos sonoros.</li> <li>— Cassette.</li> </ul>
2.1.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír sonidos de aparición frecuentes en la vida diaria (sonidos del pájaro o gorjeo, galope de un caballo, claxon de un coche, pito del tren, ruido de una motocicleta al arrancar).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flauta.</li> <li>— Bombo.</li> <li>— Tambor.</li> </ul>
2.1.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar cantidad de canciones infantiles y populares adecuadas y motivantes conociendo el nombre de ellas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos de canciones infantiles.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>
2.1.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Acompañar una canción o música grabada espontáneamente, de forma individual o en grupo, empleando los instrumentos naturales de percusión en el propio cuerpo. <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Manos (palmadas).</li> <li>b) Rodillas (las palmadas golpean rodillas o muslos).</li> <li>c) Pies (pisadas rítmicas en el suelo).</li> <li>d) Dedos (pitos, chasquidos con los dedos).</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos naturales.</li> <li>— Canciones o música grabada.</li> </ul>
2.1.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Palmear con las siguientes variantes: <ul style="list-style-type: none"> <li>a) con los codos separados del cuerpo.</li> <li>b) partiendo de brazos en cruz y chocando en el centro.</li> <li>c) se mueve la mano derecha solamente, la otra, quieta recibe la percusión.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.1.14.	<p>d) se mueve la mano izquierda solamente.</p> <p>e) Distinguir y ejecutar palmada hueca y palmada plana.</p> <p>f) dejar las palmas juntas, una vez percutidas, para obtener mejor sonoridad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar cascabeles sujetando el mango con la mano izquierda, percutiendo con las yemas de los dedos rítmicamente sobre la madera.</li> <li>— Percutir las claves, cogiendo una con la mano izquierda hueca a modo de cámara de resonancia percutiendo con la otra clave cogida con la mano derecha que se mueve.</li> <li>— Percutir una pandereta, con la mano derecha dando golpes en el parche.</li> <li>— Tocar el pandero con las yemas de los dedos, con la palma en el centro, con el pulgar cerca del borde (sonido grave y vibrante).</li> <li>— Tocar la carraca haciéndola girar sobre la rueda dentada.</li> <li>— Coger las maracas por el mango y moverlas, golpeándolas con la otra mano, etc.</li> <li>— Tocar la caja china con la mano izquierda, teniendo en cuenta que los dedos no toquen la ranura, golpear con la maza sobre la parte superior de la caja.</li> <li>— Tocar los crótalos de frente con dos manos, tocar los crótalos lateralmente.</li> <li>— Tocar las castañuelas ajustando los nudos a los pulgares pasando un tramo de cordón por cada uno de los lados del nudillo y con el nudo en el interior. Hacer sonar uno tras otro los dedos meñique, anular, corazón e índice de la mano derecha, seguidos por un golpe de los dedos meñique, anular y corazón de la mano izquierda, para formar con los cinco golpes un «repique».</li> <li>— Chocar los platillos de frente, de modo lateral, tocar un solo plato con una maza.</li> <li>— Percutir en los lados y base de un triángulo sujetando el triángulo con un cordón.</li> <li>— Tocar las vieiras frotando una con otra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cascabeles.</li> <li>— Claves.</li> <li>— Pandereta.</li> <li>— Pandero.</li> <li>— Carraca.</li> <li>— Maracas.</li> <li>— Caja china.</li> <li>— Crótalos.</li> <li>— Castañuelas.</li> <li>— Platillos.</li> <li>— Triángulos.</li> <li>— Vieiras.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.1.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír los sonidos emitidos por el profesor, discriminándolos por el timbre y su intensidad.</li> <li>— Emitir sonidos fuertes y débiles combinados.</li> <li>— Emitir sonidos largos y cortos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piano.</li> <li>— Flauta.</li> <li>— Metalofón.</li> </ul>
2.1.16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír el sonido emitido por el profesor y realizar la acción indicada. (Sentarse, levantarse).</li> <li>— Oír dos sonidos, emitidos por el profesor y realizar dos acciones distintas (brazos en cruz, brazos arriba).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piano.</li> <li>— Flauta.</li> <li>— Metalofón.</li> <li>— Xilofón.</li> </ul>
2.1.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír estructuras rítmicas con sonidos fuertes y débiles, utilizando distintos instrumentos de percusión.</li> <li>— Decir los sonidos que son fuertes y los que son débiles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión: <ul style="list-style-type: none"> <li>— Cascabeles.</li> <li>— Claves.</li> <li>— Pandereta.</li> <li>— Panderero.</li> <li>— Carraca.</li> <li>— Maracas.</li> <li>— Caja china.</li> <li>— Castañuelas.</li> <li>— Platillos.</li> <li>— Crótalos.</li> <li>— Triángulo.</li> <li>— Vieiras.</li> </ul> </li> </ul>
2.1.18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor toca el piano, y el alumno cualquier instrumento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piano.</li> <li>— Instrumentos de percusión: chinchines, triángulo, claves, etc.</li> </ul>
2.1.19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Decir el nombre de los distintos compañeros de su clase que han grabado la canción.</li> <li>— Reconocer también a familiares, profesores, etc. a través de la grabación de su voz cantada.</li> <li>— Conocer, por el mismo sistema, temas musicales populares de cada lugar o que incidan en la vida a través de los medios de comunicación, como TV., radio.</li> <li>— Identificar nombres de cantantes o grupos actuales que le lleguen por esos mismos medios o a través del disco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Magnetofón.</li> </ul>
2.1.20.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor toca el piano, y el alumno cualquier instrumento de percusión.</li> <li>— El alumno da golpes con un instrumento de percusión libremente, al tiempo que oye una melodía.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piano.</li> <li>— Instrumentos de percusión: chinchines, triángulo, claves, panderero, etc.</li> </ul>
2.1.21.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír una pieza musical.</li> <li>— Dar un golpe con un instrumento de percusión cada vez que se oiga un sonido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión: chinchines, triángulo, claves, panderero, etc.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.1.22.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar un golpe cada vez que se oiga el sonido correspondiente.</li> <li>— Escuchar con atención canciones cantadas por niños, hombres, mujeres, con y sin acompañamiento instrumental, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Magnetofón.</li> </ul>
2.1.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír las notas que emite el profesor con instrumentos musicales.</li> <li>— Decir el nombre de la nota escuchada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos musicales: metalofón, piano, flauta dulce, etc.</li> </ul>
2.1.24.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír el nombre de las notas que dice el profesor.</li> <li>— Tocar en el lugar correspondiente en un metalófono.</li> <li>— Tocar libremente un metalófono</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Metalofón.</li> <li>— Xilofón.</li> <li>— Carillón.</li> </ul>
2.1.25.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír el nombre de las notas que pide el profesor.</li> <li>— Tocar libremente un metalofón.</li> <li>— Tocar en un metalofón que tiene las notas marcadas.</li> <li>— Tocar en el lugar correspondiente en el metalofón sin las notas marcadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Xilofón.</li> <li>— Metalofón.</li> <li>— Carrillón.</li> </ul>
2.1.26.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ejemplos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) En la obra «En el jardín de un Monasterio» de Ketelbey, reconocer los pájaros, las campanas y los cantos de los frailes.</li> <li>b) En el «Moldava» de Smetana, los arroyos que nacen o se funden en un río, la fiesta campesina, etc.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Discos o cassettes grabados.</li> </ul>
2.1.27.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Reconocer por ejemplo en el cuento sinfónico de Sergio Prokofied «Pedro y el Lobo», los instrumentos que representan a cada personaje:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) La flauta, al pájaro.</li> <li>b) El oboe, al pato.</li> <li>c) El clarinete, al gato.</li> <li>d) El fagot, al abuelo.</li> <li>e) Las trompas, al lobo.</li> <li>f) Los instrumentos de percusión a los cazadores.</li> <li>g) Los instrumentos de cuerda, a Pedro, el protagonista de la obra.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Discos y cassettes grabados.</li> </ul>
2.1.28.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cantar una canción escrita de este modo en la pizarra, dando a cada sílaba la entonación musical que le corresponde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canción escrita, por frases en la pizarra.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>Ejemplo:</p> <p style="text-align: center;"> <u>va</u> <u>la</u> <u>pa</u>  <u>se</u>                      <u>lo</u>  <u>no</u>                      <u>ma</u>     <u>no</u> </p>	
2.1.29.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar la octava baja y octava alta de una nota producida por un piano.</li> <li>— Reproducir el sonido de la nota «do» con una distancia de una octava.</li> <li>— Reproducir el sonido de cualquiera de las siete notas, con una distancia de una octava.</li> </ul>	— Piano.
2.1.30.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ejemplos: Reconocimiento de los distintos cuadros de la obra «En un mercado persa» de Ketelbey: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Llega lentamente la caravana.</li> <li>2. Los mendigos piden limosna.</li> <li>3. Aparece la princesa (separa la caravana).</li> <li>4. Los juglares hacen piruetas.</li> <li>5. Interviene el encantador de serpientes.</li> <li>6. El califa pasa por el mercado.</li> <li>7. Los mendigos vuelven a pedir limosna.</li> <li>8. Tema de la princesa: se prepara partir y regresar a palacio.</li> <li>9. Los camellos continúan su camino.</li> <li>10. El mercado pierde animación.</li> </ol> </li> <li>— Evocación lejana del tema de la princesa final.</li> </ul>	— Discos y cassettes grabados.
2.1.31.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Entonar la escala musical, en sentido ascendente y descendente.</li> <li>— Entonar la escala musical, en sentido ascendente y descendente subiendo y bajando la mano en el lugar aproximadamente adecuado al tiempo que se pronuncia el nombre de la nota correspondiente.</li> </ul>	— el propio cuerpo.
2.1.32.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cantar la escala musical, pronunciando el nombre de las notas.</li> <li>— Tocar la escala en el metalofón, xilofón, etc.</li> <li>— Intentar tocar las notas de una canción conocida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sala de música.</li> <li>— Metalofón.</li> <li>— Xilofón.</li> </ul>
2.1.33.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar al profesor.</li> <li>— Hacer sonar en el metalofón</li> </ul>	— Metalofón.

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.1.34.	<p>las notas que le va diciendo el profesor.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Casa con pisos.</li> <li>— Reconocer y entonar las notas según los siguientes diagramas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pizarra y diagramas.</li> </ul>
2.1.35.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Trabajar con los diagramas la entonación de intervalos.</li> <li>— Escuchar canciones infantiles, tales como: «Quisera ser tan alta».</li> <li>«¿Dónde vas Alfonso XII?».</li> <li>«La tarara».</li> <li>— Indicar mediante una señal convenida cuando se oiga un fragmento no perteneciente a la canción conocida que se está oyendo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cassette.</li> <li>— Cinta.</li> </ul>
2.1.36.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger las baquetas con firmeza, pero relajadamente, con los brazos despegados del cuerpo.</li> <li>— Afinar los instrumentos, manejando los memaches. Si son timbales, normalmente, será uno en la tónica y otra en la dominante, tonalidad de la obra instrumentada en la que vayan a intervenir.</li> <li>— Interpretar ritmos formando parte de una orquesta escolar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Timbales.</li> <li>— Banquetas y mazos.</li> <li>— Bongos.</li> <li>— Tambores.</li> <li>— Bombos, etc...</li> </ul>
2.1.37.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Coger las baquetas de modo flexible, manteniendo una postura natural, relajada y atenta a la vez.</li> <li>— Situarse ante el instrumento de modo que las rodillas se encuentren a la altura de las teclas.</li> <li>— Ejecutar las percusiones cortas, flexibles y rápidas.</li> <li>— Realizar, cuando se trate de sonidos simultáneos, los movimientos de los dos brazos, idénticos.</li> <li>— Colocar las baquetas en ángulo recto, cuando sea necesario ejecutar 2 ó más notas consecutivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Xilofón: <ul style="list-style-type: none"> <li>—bajo.</li> <li>—alto.</li> <li>—soprano.</li> </ul> </li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.1.38.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ejecutar el «glisando» con la muñeca muy suelta, para no enganchar nada ni enturbiar el sonido.</li> <li>— Realizar el «trémolo» sobre una nota, usando las dos manos alternativamente, para lograr el efecto de la nota tenida.</li> <li>— Trabajar la escala pentatónica.</li> <li>— Trabajar la escala diatónica.</li> <li>— Trabajar la escala cromática.</li> <li>— Coger las dos baquetas con la misma mano, tocando armónicamente dos sonidos a la vez (a distancias de terceras, por ejem.). <ul style="list-style-type: none"> <li>—improvisar con el xilofón en el modo pentatónico.</li> <li>—memorizar, por fragmento la intervención del xilofón en un conjunto instrumental sobre una obra o canción instrumental para este fin.</li> </ul> </li> <li>— Hacer ejercicios de control de aire, tanto aspirando como expulsión (igual que en el objetivo de canto).</li> <li>— Trabajar la independencia de los dedos, haciendo gimnasia digital sobre un grabado de los orificios de la flauta, en una mesa.</li> <li>— Emitir las notas musicales, a imitación de los gestos del profesor sobre su flauta, por este orden (que nos parece el más sencillo): SI — LA — SOL — DO — FA — MI — RE — DO.</li> <li>— Tocar después la octava alta.</li> <li>— Trabajar después los cromatismos.</li> <li>— A medida que se amplia la tesitura, tocar canciones que se adapten.</li> <li>— Tocar a varias voces, con varias flautas.</li> <li>— Intervenir en los conjuntos instrumentales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Flauta dulce.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.2.1.	— Los alumnos imitarán los gestos rítmicos que, con canciones de texto sencillo, realiza el profesor (mover cintas, etc.).	— Tocabiscos. — Discos. — Dibujos alusivos. — Cintas de colores.
2.2.2.	— Andar libremente y dejarse caer cuando oiga un golpe seco. — Andar por el suelo al ritmo marcado por el profesor, aumentando progresivamente la rapidez hasta llegar a estar corriendo. — Dejarse caer en el suelo al oír un fuerte y seco golpe, mientras anda siguiendo un determinado ritmo.	— Pandero. — Espacio libre.
2.2.3.	— Tocar las palmas o un instrumento de percusión libremente. — Escuchar durante unos segundos determinado ritmo, centrando su atención en la estructura del mismo. — Marcar el ritmo con palmas o un instrumento de percusión, al tiempo que lo hace el profesor.	— Panadero. — Timbales. — Chinchines. — Bombo. — Tambor.
2.2.4.	— Marchar en fila, oyendo la canción que entona el profesor («Mambrú se fue a la guerra», «Al son de un tambor»).	— Pandero.
2.2.5.	— Ejercicios de repetición rítmica, con ritmo binario (dos golpes en cada compás).	— Instrumentos de percusión.
2.2.6.	— Jugar a establecimiento de diálogos rítmicos con el profesor y con sus compañeros.	— Instrumentos de percusión: — Bombo. — Platillos. — Chinchines. — Timbales. — Claves.
2.2.7.	— Desplazarse libremente por la sala imitando la marcha del profesor. — Desplazarse por la sala oyendo el apoyo verbal del profesor (despacio, andando, corriendo). — Desplazarse por la sala, al ritmo marcado por el profesor.	— Pandero. — Espacio libre.
2.2.8.	— Imitar el balanceo de las campanas con los brazos y con todo el cuerpo. — Seguir con los brazos el movimiento de un metrónomo. — Imitar moviéndose el movimiento del péndulo de un reloj.	— Campanas de distinto material y tamaño. — Triángulo. — Metrónomo.

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.2.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Desplazarse por un espacio libre al ritmo marcado por el profesor.</li> <li>— Balancearse de izquierda a derecha al ritmo marcado por un metrónomo.</li> <li>— Realizar esta actividad de diversas formas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Alternando los dos puños dentro del saco y fuera de él, a la vez, en la mesa.</li> <li>b) El puño derecho en el saco y el izquierdo en la mesa.</li> <li>c) El puño izquierdo en el saco y el otro en la mesa, etc.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada o cantada.</li> <li>— Saquitos de lona rellenos de arena.</li> <li>— Discos.</li> <li>— Tocabiscos.</li> </ul>
2.2.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Interpretar con los instrumentos de percusión adecuados a esta etapa los acentos o fragmentos de una canción que indique el profesor. Ejemplo: El cochecito <i>leré</i> me dijo anoche <i>leré</i> que me mareo <i>leré</i> montado en coche <i>leré</i>.</li> <li>— Tocar un instrumento de percusión cada vez que intervenga un personaje de un cuento musical (Ejemplo: tres golpes de timbal cada vez que aparezca el lobo en «Caperucita roja»).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión.</li> <li>— <i>Canciones infantiles.</i></li> </ul>
2.2.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar el mismo número de palmadas que da el profesor al tiempo que éste las da.</li> <li>— Tocar el mismo número de palmadas que da el profesor, tras darlas éste.</li> <li>— Tocar dos palmas rápidas por cada una de las que dé el profesor.</li> </ul>	
2.2.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar palmas formando estructuras rítmicas en ternario, al mismo tiempo que las emite el profesor.</li> <li>— Tocar palmas formando estructuras de ritmo ternario, que el alumno inventa.</li> <li>— Reproducir estructuras en ritmo binario que previamente emite el profesor.</li> <li>— Reproducir estructuras en ritmo ternario que previamente emite el profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión.</li> </ul>
2.2.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar golpes con las claves al</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>tiempo que marca el ritmo el profesor.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar golpes con las palmas, cambiando la rapidez del ritmo.</li> <li>— Tocar instrumentos de percusión, cambiando la rapidez del ritmo.</li> </ul>	
2.2.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Reproducir 10 compases de las estructuras rítmicas siguientes:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Claves.</li> <li>— Chinchines.</li> <li>— Pandero.</li> </ul>
2.2.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Imitar al profesor que da palmadas con palabras trisílabas agudas, llanas y esdrújulas.</li> <li>— Reproducir palabras trisílabas dadas, tocando palmas o algún instrumento de percusión.</li> </ul> <p>Palmeo el propio nombre y los nombres de los compañeros a la vez que lo entona adecuadamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar palmas pronunciando palabras de cualquier número de sílabas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos de percusión: bombo, pandero, claves, chinchines, etc.</li> </ul>
2.2.16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír estructuras rítmicas.</li> <li>— Reproducir estructuras rítmicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Claves.</li> <li>— Chinchines.</li> <li>— Pandero, etc.</li> </ul>
2.2.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Marchar rápidamente en los momentos en que la música escuchada lleva un «tempo» rápido.</li> <li>— Marchar lentamente ante un «tempo» lento.</li> <li>— Variar la rapidez o lentitud de la marcha ante los cambios de velocidad en la música grabada.</li> <li>— Caminar hacia atrás cuando la música está callada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada o tocada con cambios de tiempo.</li> </ul>
2.2.18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír estructuras rítmicas.</li> <li>— Reproducir las estructuras rítmicas oídas con instrumentos de percusión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Instrumentos musicales: <ul style="list-style-type: none"> <li>— Pandero.</li> <li>— Claves.</li> <li>— Chinchines.</li> <li>— Triángulos.</li> </ul> </li> </ul>
2.2.19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ante una música de tempo rápido, los alumnos darán <i>muchos</i> pasitos cortos a lo largo de la clase.</li> <li>— Ante una música lenta, los alumnos darán <i>pocos</i> pasos largos.</li> <li>— En un metalófono bajo, el</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada.</li> <li>— Instrumentos de percusión.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.2.20.	<p>alumno percutirá notas graves, dándoles <i>larga</i> duración.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— En un xilófono soprano, el alumno ejecutará notas rápidas y breves.</li> <li>— Ejecutar una melodía en un instrumento, o canción, a distintos tiempos. Deberá apreciarse que cuando se toca <i>rápidamente</i> dura menos que cuando se toca lentamente; es decir, se puede hacer más <i>corta</i> o más <i>larga</i>.</li> <li>— Ante un ritmo lento, el alumno <i>andará apoyando todo el pie</i>.</li> <li>— Ante un ritmo rápido, caminar de puntillas.</li> <li>— Ante un ritmo lento, dar palmadas percutiéndose en distintas partes del cuerpo.</li> <li>— Ante un ritmo rápido, el alumno sacudirá los dedos y muñecas hacia afuera, como descarga.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada o esquemas rítmicos con distintos tiempos.</li> </ul>
2.2.21.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Reproducir estructuras rítmicas escritas en la pizarra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pizarra.</li> <li>— Tiza.</li> </ul>
2.2.22.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ante el esquema rítmico de una canción, por ejemplo: CAM-PANITA DEL LUGAR.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Esquema rítmico de una canción.</li> </ul>
2.2.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Interpretar con instrumentos de percusión de sonido indeterminado, pronunciando después las sílabas de la canción que corresponden a cada una de las pulsaciones.</li> <li>— Cantar y «dibujar» en el espacio con sus manos gráficas que se adaptan al esquema rítmico de una canción conocida. Ejemplo: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El patio de mi casa.</li> <li>2. Es particular.</li> <li>3. Cuando llueve se moja.</li> <li>4. Como los demás.</li> </ol> </li> <li>— Mientras todos los alumnos realizan las gráficas en el espacio, un alumno lo pintará, a la vez que escuchan, en la pizarra, borrando rítmicamente con la mano izquierda, terminando todos a la vez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pizarra.</li> <li>— Canciones.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.2.24.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Marcar con palmas el lugar del acento de una agrupación rítmica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Piano.</li> <li>— Cassette.</li> </ul>
2.2.25.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Conceder una simbología gráfica a los distintos instrumentos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>— triángulo.</li> <li>— claves.</li> </ul> </li> <li>— platillos, etc.</li> <li>— Proponer esquemas que reflejen los distintos ejercicios rítmicos.</li> <li>— Interpretarlo al tiempo todos en grupo y también en forma solista.</li> <li>— Proponer temas a los compañeros, e interpretar los de ellos.</li> <li>— Realizarlo en sentido horizontal y armónicamente, también.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pizarra.</li> <li>— Cartulinas.</li> <li>— Instrumentos musicales.</li> </ul>



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.3.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar, tumbado y relajado en el suelo, la respiración diafragmática. (Puede colocarse un papel en el vientre, para que el alumno lo vea moverse).</li> <li>— Realizar el mismo ejercicio en posición de pie, con la mano sobre el vientre.</li> <li>— Colocar las manos lateralmente sobre las costillas y expulsar el aire en tres tiempos.</li> <li>— El alumno, de pie, aspirará profundamente llenando de aire sus pulmones, y lo expulsará poco a poco, doblando el tronco hacia delante, al tiempo que su compañero, le da golpes rápidos en la espalda.</li> <li>— El mismo ejercicio, asumiendo el papel de compañero.</li> <li>— Aspirando profundamente el aire, controlar su emisión ante un espejo pequeño, de modo que se empañe constantemente, mientras dura la expulsión del aire, manteniendo esta operación el mayor tiempo posible, de modo que permanezca totalmente empañado.</li> <li>— Ante una vela, expulsar el aire aspirando, de modo que se balancee, pero no llegue a apagarse.</li> </ul>	
2.3.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Emitir un sonido afinado, que puede comenzarse con la nota LA del diapason, durante el máximo tiempo midiendo y contando las partes rítmicas que dura.</li> <li>— Pronunciación de las vocales: AEIO/AEIO/AEIO/AEIO/A, en escala ascendente y descendente.</li> <li>— Emitir cada vocal por separado, (el orden a seguir será el adecuado a la constitución del aparato fonador de cada individuo), de la siguiente manera: <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Entonando 2 notas seguidas.</li> <li>2) Entonando 3 notas seguidas.</li> <li>3) Entonando 5 notas seguidas.</li> <li>4) Entonando 8 notas seguidas.</li> <li>5) Entonando el arpeggio.</li> </ul> </li> <li>— Emitir sonidos, alternando las vocales que le indique el profesor (también en este caso, serán las que convengan a cada uno).</li> <li>— Realizar ejercicios de extensión, entonando el arpeggio y ascendiendo por semitonos.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.3.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Unir en los ejercicios vocales y consonantes (le serán indicadas al alumno según convengan a su capacidad de fonación).</li> <li>— Producir con la voz sonidos altos y bajos, imitando el despegue y aterrizaje de:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Avión.</li> <li>b) Un cohete interplanetario.</li> </ul> </li> <li>— Acompañar con un gesto de la mano, o con todo el cuerpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Discografía de efectos de sonido.</li> </ul>
2.3.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar la emisión de su propia voz, dirigiendo la columna sonora hacia la frente, senos de la cara, pecho, (1) etc., buscando la máxima resonancia e interiorizando estas sensaciones.</li> <li>— Realizar emisiones de notas tendidas, con las diferentes vocales y consonantes, buscando su propia resonancia.</li> </ul> <p>(1) Todos los huesos del cuerpo, partes duras que entran en vibración por el canto.</p>	
2.3.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pronunciar las vocales, manteniendo el sonido, de modo que se de colorido y relieve a la voz. (Concertar el sonido para que pueda reflejarse).</li> <li>— Pronunciar las consonantes con energía y precisión en el ataque correctamente, además, desde el punto de vista fonético.</li> <li>— Articular blandamente para conseguir mayor sonoridad en la voz.</li> <li>— Conseguir nitidez al cantar, pero sin expulsiones de sonido, flexibilidad y buena dicción.</li> <li>— Cantar una canción de manera que se entienda perfectamente al escucharla.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— La propia voz.</li> </ul>
2.3.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar horizontalmente la mano y subirla o bajarla según los sonidos que emita pronunciando sílabas y vocales. Ejemplos:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Notas musicales.</li> </ul>

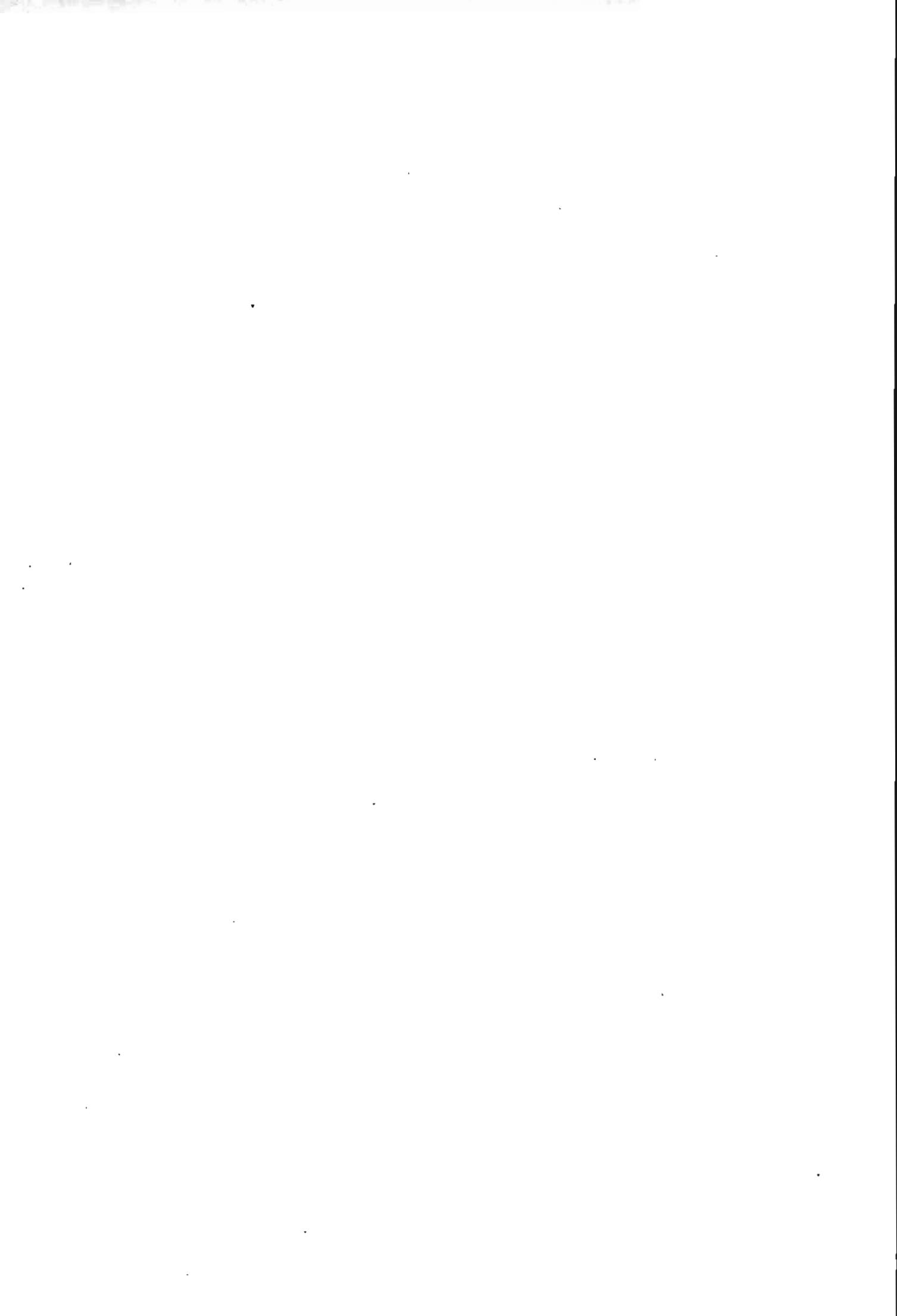
Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.3.7.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Imitar éstos sonidos teniendo en cuenta:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Tren (exactitud en el ritmo de movimientos y silbato).</li> <li>b) Ambulancias (con la distancia interválida habitual).</li> <li>c) Onomatopeyas de animales (articulando y entonando con la matización de agudo y grave).</li> </ul> </li> </ul> <p>Ej.: Aullido del lobo. A-u-u-u-u-.... de grave a agudo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Discografía de efectos de sonido.</li> <li>— Grabaciones realizadas por los mismos niños en excursiones, etc.</li> </ul>
2.3.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones que sugieran gestos, ejemplos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>«Los tres cerditos ya están en pijama muchos besitos les dá su mamá y calentitos los tres en la cama pronto, muy pronto los tres dormirán».</li> </ul> </li> <li>— Canciones que sugieran posturas, ejemplos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>«San Serenín del monte San Serenín cortés yo como buen cristiano yo me arrodillaré».</li> </ul> </li> <li>— Canciones con un obstinato o estribillo sencillo, ejem.:               <ul style="list-style-type: none"> <li>Cucú, cucú cantaba la rana cucú, cucú debajo del agua.</li> </ul> <p>Joan petit quan balla balla, balla, balla. Joan petit quan balla, balla amb el dit, dit, ... balla, balla, Joan petit.</p> </li> <li>— Canciones, de calidad estética que sugieran un pequeño argumento o historia (y pueda ser memorizada por ellos).               <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejemplo: La perrita Chita. la perdí ayer tarde yendo de paseo solita con mi madre.</li> </ul> <p>Debe andar perdida gimiendo y llorando ¡ay! la pobrecita si la araña un gato.</p> <p>Ea, ea, ea resalada que te quiero ea, ea, ea, resalada que me muero.</p> <p>El que me la encuentre</p> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones seleccionadas.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>la devuelva luego ya le dí las señas ayer al pregonero.</p> <p>La patita blanca y el rabito negro la oreja encarnada y un cascabel en el cuello.</p>	
2.3.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Observar los gestos del director.</li> <li>— Comprender y realizar las indicaciones gestuales del director, tales como: empezar y terminar acelerar y retardar acentuar y apianar</li> </ul>	
2.3.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Interpretar canciones realizando correctamente la respiración, emisión de la voz, resonancia y articulación y dicción.</li> <li>— Seleccionar las canciones que más agraden a cada alumno, para formar su «propio repertorio».</li> </ul>	
2.3.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer improvisaciones con la voz, libremente, sin ningún tipo de técnica o prejuicio (del modo como es empleada por los maestros contemporáneos como Luciano Beri, Benderawskz, etc.).</li> <li>— Improvisar diálogos musicales, preguntas y respuestas con la voz.</li> <li>— Improvisar musicalmente algunos obstinatos, partiendo de los contenidos en poesía. Ejemplos: en García Lorca «a las cindo de la tarde».</li> <li>— Poner música a poesías conocidas o compuestas por los alumnos.</li> <li>— Inventar estrofas nuevas para una canción conocida.</li> <li>— Componer una canción, teniendo en cuenta el fraseo y la medida.</li> <li>— Improvisar musicalmente obras cantadas sobre las formas de Lied, canón y rodó</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— La voz.</li> </ul>
2.3.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cantar solo un determinado fragmento de una canción.</li> </ul>	
2.3.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aprender canciones infantiles.</li> <li>— Aprender canciones del folklore del lugar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones.</li> <li>— La voz.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.3.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aprender villancicos.</li> <li>— Aprender canciones populares de toda España.</li> <li>— Aprender canciones religiosas.</li> <li>— Aprender canciones actuales, cuya selección haya sido realizada por el profesor con un criterio de categoría estética.</li> <li>— Distinguir las frases musicales de una canción.</li> <li>— Realizar matices con la voz al interpretarlas: fuerte, piano, acelerar, retardar, aumentar, disminuir, mantener el sonido, acentuar, etc.</li> <li>— A la vista del cancionero o repertorio conocido, seleccionar las canciones que más gusten a cada uno, coleccionándolas y adaptándolas personalmente de modo que formen parte de su bagaje cultural.</li> <li>— Cantar canciones siguiendo el siguiente orden: <ul style="list-style-type: none"> <li>— aprender la canción, rítmicamente apoyada, hasta memorizar la letra y la melodía.</li> <li>— realizar con una entrada, es decir, dos grupos.</li> <li>— realizar con dos entradas, posteriores al comienzo, es decir, tres grupos.</li> <li>— realizar con tres entradas o cuatro grupos.</li> <li>— entender el esquema de empezar y terminar. La interpretación finaliza al acabar el 4º grupo de la canción completa.</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;">NOTA: Empieza cada grupo en una frase para terminar todos a la vez.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Interpretación de canciones en forma de canón, tales como: <ul style="list-style-type: none"> <li>—Miau, Miau, maulla mi gato.</li> <li>—Lego Diego.</li> <li>—Ki, ki, ri, ki.</li> <li>—Debajo un botón, ton, ton.</li> </ul> </li> <li>— Aprender canciones infantiles.</li> <li>— Aprender canciones del folklore del lugar.</li> <li>— Aprender villancicos.</li> <li>— Aprender canciones populares de toda España.</li> <li>— Aprender canciones religiosas.</li> <li>— Aprender canciones actuales, cuya selección haya sido realizada por el profesor con un criterio de categoría estética.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones en forma de canón tales como: <ul style="list-style-type: none"> <li>—miau, miau.</li> <li>—Lego Diego.</li> <li>—Ki, ki, ri, ki.</li> <li>—Debajo un botón, ton, ton.</li> </ul> </li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Distinguir las frases musicales de una canción.</li> <li>— Realizar matices con la voz al interpretarlas: fuerte, piano, acelerar, retardar, aumentar, disminuir, mantener el sonido, acentuar, etc.</li> </ul>	
2.3.15.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Memorizar las letras de las canciones.</li> <li>— Cantar su parte dentro del diálogo establecido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones de corro con diálogo del tipo «La viudita del Conde Laurel». «Donde están las llaves»... etc.</li> </ul>
2.3.16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Intervenir en el momento adecuado diciendo «Tonto: tintin».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones del tipo «Debajo un botón, ton ton».</li> </ul>
2.3.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aprender cada una de las voces con seguridad rítmica y melódica.</li> <li>— Conocer las voces de los demás grupos.</li> <li>— Al cantar juntos fijarse en los de un grupo, especialmente en el «jefe de cuerda».</li> <li>— Sobre una canción popular combinar la segunda voz, a distancia de tercera. Eje.: Las Mañanitas, Asturias, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones a varias voces tales como:               <ul style="list-style-type: none"> <li>—Las mañanitas.</li> <li>—Asturias.</li> <li>—Oh pecador (sinenr-man).</li> </ul> </li> </ul>
2.3.18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Distinguir auditivamente las voces de hombres, según su tesitura: bajo, baritono y tenor.</li> <li>— Distinguir las voces de mujer y de niño: Contralto, Mezzosoprano y soprano o triple.</li> <li>— Relacionar la voz con el personaje que encarna y explicar el porqué.</li> <li>— Reconocer en fragmentos aislados, la distinta tesitura de las voces de hombre, mujer y niño.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Grabaciones.</li> <li>— Representaciones o filmaciones.</li> <li>— Fragmentos de ambas.</li> </ul>
2.3.19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Si está escrita en cuatro pentagramas distintos, cada voz, deberá leer el suyo, en orden de agudo a grave, empezando de arriba abajo.</li> <li>— Si están en dos pentagramas, desdoblar mentalmente las voces, según están dirigidas las plicas hacia arriba o hacia abajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Partituras para varias voces.</li> </ul>
2.3.20.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Comprender las señales del profesor y colaborar con ellas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>—de respiración.</li> <li>—de espera.</li> <li>—de arranque.</li> <li>—de mantener el sonido.</li> <li>—de aumentar o disminuir.</li> <li>—de cambiar la velocidad.</li> <li>—de matizar.</li> </ul> </li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>—de terminar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Cantar en grupo, la obra señalada por el profesor tratando de recordar para no equivocarse ni confundir a los demás. Hacerlo con la voz suave, atiplada, dulce. Nunca fuerte, sino suave aunque no demasiado bajo, con articulación o dicción buena. Manteniendo el ritmo durante toda la canción, repitiendo los fragmentos tantas veces como sea necesario y teniendo cuidado en las uniones.</li> <li>— Concentrarse en lo que está haciendo al cantar, tanto en su papel individual como escuchando y conociendo los de los demás. Guardar silencio absoluto y ubicar la atención en el Profesor.</li> <li>— Adquirir el sentido de responsabilidad en el grupo, teniendo en cuenta que su mala actuación puede estropear el trabajo de los otros componentes del grupo.</li> </ul>	



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar movimientos espontáneamente, con plena libertad, ante la música oída:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) con todo el cuerpo.</li> <li>b) solo con los brazos.</li> <li>c) manos y dedos.</li> <li>d) cuello, tronco, piernas, etc.</li> </ul> </li> <li>— Acompañar estas posturas acompañándolas a movimientos «largos» (muy despacio), adagio (despacio), allegro (rápido) y alegrete (muy rápido).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada o cantada.</li> </ul>
2.4.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Balanceo de brazos en el mismo sentido que el compañero que tiene delante.</li> <li>— Balanceo de brazos en sentido opuesto al del compañero que tiene delante.</li> <li>— Oscilaciones de todo el cuerpo cambiando el peso del cuerpo de pie.</li> <li>— Distintos movimientos de brazos en direcciones diversas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>— con brazos en arco de izquierda a derecha.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos de música de vals.</li> </ul>
2.4.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dar pasos hacia adelante o atrás, a derecha o izquierda.</li> <li>— De forma individual.</li> <li>— Formando pareja con el profesor.</li> <li>— Al tiempo que el resto del grupo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada.</li> <li>— Tocabiscos y/o cassette.</li> </ul>
2.4.4.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El estímulo rítmico para su aprendizaje es:</li> <li>— Hacer rebrotar el cuerpo sobre las metabarras de un pie (el talón no se apoya) durante un tiempo, en el siguiente el peso del cuerpo se apoya sobre el otro pie.</li> <li>— Alternar los rebotes en ambos pies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Grabación del estímulo rítmico.</li> <li>— Discos de muñeiras, sardanas, etc.</li> </ul>
2.4.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Colocar el brazo a la altura de la cintura en forma arqueada cuando puntea el pie del mismo.</li> <li>— Levantar el brazo cuando se levanta el pie del mismo lado.</li> <li>— Colocar las manos en la cintura al dar una vuelta.</li> <li>— Balancear los brazos al frente, de izquierda a derecha, durante un «paro salto» (dar un salto sobre el pie que ha dado un salto).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música popular y clásica.</li> </ul>
2.4.6.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Juegos de corro con giros en una única dirección (hacia la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones de corro grabadas o/y cantadas a viva voz.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.7.	<p>izquierda o hacia la derecha), con canciones tales como «San Serenin del monte», «el baile de la carrasquilla», «El Joan Petit quan balla».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Repetir dos veces la misma copla sin haberse soltado de las manos.</li> <li>— Los alumnos realizarán el corro pero con las manos sueltas con arreglo al siguiente esquema:</li> </ul> <p>a la derecha — a la izquierda Ejemplo: Miguel, Miguel, que la vuelta está al derecho.</p> <p>Miguel, Miguel que la vuelta está al revés.</p> <p>hacia dentro (Chocolate, Molinillo...)</p> <p>hacia fuera. (Estírar que el demonio va a pasar).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones de corro.</li> </ul>
2.4.8.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Aprender los tipos de puntos por imitación al profesor.</li> <li>— Utilizar los punteos según las instrucciones del profesor y de forma espontánea.</li> <li>— Diferentes tipos de punteos: <ul style="list-style-type: none"> <li>— La punta de un pie se marca delante, detrás o al lado del otro pie.</li> <li>— El talón de un pie se apoya junto a la punta del otro pie.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música folklórica.</li> <li>— Tícadiscos o cassetes.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mover en arco de izquierda y derecha en cada tiempo fuerte del compás.</li> <li>— El tiempo fuerte del compás 3/4 se marca con el pie levantando la pierna visiblemente; en cada uno de los tiempos débiles hay un cambio de pies.</li> <li>— Las evoluciones son las siguientes:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formando dos filas, avanzar unos pasos hacia delante.</li> <li>2. Cada una de las filas se abre por los laterales dibujando un círculo para volver al lugar inicial.</li> <li>3. Formar una sola fila, dando A y C un paso a la izquierda y B y D un paso a la derecha.</li> <li>4. Desplazarse de nuevo en círculo como en el apartado 2 para volver a la posición inicial.</li> <li>5. Juntar los arcos las personas que forman la diagonal del cuadro y así girar en el sentido de las agujas del reloj.</li> <li>6. Desde la posición inicial avanzan los de detrás C y D por el exterior de la figura hasta colocarse en línea.</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Objeto varios: bastones, cintas, pañuelos, etc.</li> <li>— Para el ejemplo plasmado:               <ul style="list-style-type: none"> <li>—arcos de madera decorados con flores.</li> <li>—grabación de «Els arquets».</li> </ul> </li> </ul>
2.4.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar, todos a la vez, los gestos que se indican en las canciones.</li> </ul> <p>Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Agachate, y vuelvete a agachar, que los agachaditos no saben bailar.</li> <li>b) El juego chirimbolo que bonito es: Un pie, otro pie una mano, otra mano, etc. El juego chirimbolo que bonito es.</li> <li>c) Piñón, piñón, pirulo, pirulero pirulí, pirulón. U n ,   d o s ,   t r e s .  X        X        X  (palmas al unísono).</li> <li>d) Canciones que hablen de carpinteros, zapateros, planchadores, limpiadores, costureras, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Canciones infantiles populares que indiquen gestos rítmicos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar las siguientes evoluciones:               <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Seguir una fila, rítmicamente al niño que ostenta el primer puesto (alternativamente, deberán ocuparlo todos).</li> <li>b) Imitar los movimientos de brazos que, durante la danza, improvisa el primero.</li> <li>c) Realizar en el espacio (como base de una futura coreografía), caminos y circunvoluciones que, precisamente hayan sido expresados gráficamente en la pizarra: Ondas, picos, espiral, formas poligonales, etc.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada o cantada.</li> </ul>
2.4.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— En un determinado momento de la obra musical, romper el corro, colocándose en forma de hilera.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada o cantada.</li> </ul>
2.4.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Permanecer en todo momento unidos por una mano.               <ul style="list-style-type: none"> <li>—Cogidos mano derecha con mano izquierda (uno al lado del otro), desplazarse hacia delante, hacia detrás, dar la vuelta por debajo del arco de ambas manos hacia dentro y hacia fuera de la pareja.</li> <li>—Idem. cambiando de manos.</li> <li>—Cogiendo por la misma mano (primero derecha, después izquierda y uno frente al otro) unirse y separarse unir las cuatro manos, girar los dos al tiempo por debajo de los brazos sin soltarse.</li> <li>—Idem. con las manos derecha de uno con la izquierda de otro.</li> </ul> </li> <li>— Combinar evoluciones unidos con las manos con evoluciones sueltas.               <ul style="list-style-type: none"> <li>Situados frente a frente:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>—mientras A y levanta, B se agacha.</li> <li>—ambos dan una vuelta sobre sí mismos.</li> <li>—con las piernas abiertas inclinan el cuerpo para encontrar las manos en el centro, giran el cuerpo hacia fuera de la pareja y dan una palmada.</li> </ul> </li> <li>Situados uno junto al otro:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>—caminan de lado separándose y encontrándose (2 pasos).</li> <li>—cambiar de lugar pasando uno por delante en diagonal por detrás (en recto).</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Música grabada.</li> <li>— Ordenes verbales y gráficas del profesor.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.14.	<p>— Realizar espontáneamente movimientos dancísticos, adecuados a una canción folklórica o popular, conocida. Ejemplo: Canción..</p> <p>1 - a lo alto y a lo bajo. 2 - y a lo ligero (bis). 3 - al ritmo de mi Tierra (bis). 4 - toco el pandero.</p> <p>5 - A coger el trébole (bis) 6 - a coger el trébole. 7 - la noche de San Juan.</p> <p>1 - que quieres que te traiga. 2 - que voy a Madrid. 3 - No quiero que me traigas. 4 - que me lleves sí.</p> <p>Ejemplo:</p> <p>a) Se forman dos o más parejas, colocadas de frente, a distancia, cogidas de la mano. b) 1 y 2 levantan y bajan la mano, a modo de puente. c) 3, se dirigen a encontrarse y al hacerlo una pareja pasa por debajo de los otros. d) 4, se detienen todos, marcando palmas, al ritmo de la canción. e) 5-6-7, (bis) corro todos, cogidos de la mano, girando a la derecha. f) 5-6-7, (bis) idem. con en (e), girando hacia la izquierda. g) Vuelven a su sitio original. En la segunda estrofa, repiten los de la primera y al terminar el estribillo, concluyen, estirando lo más posible las manos en el corro.</p>	<p>— Canción popular. — Grupo de alumnos. — Espacio suficiente.</p>
2.4.15.	<p>— Dar pasos a las direcciones indicadas al tiempo que suena la música. Ejemplo:</p> <p>a) Dos a la derecha, uno hacia atrás vuelta en semicírculo, vuelta en sentido contrario, un paso hacia adelante, dos pasos hacia la izquierda. b) Tres pasos hacia adelante dos vueltas de 180º (una a cada lado) tres pasos hacia adelante.</p>	<p>— Tocabiscos. — Discos. Colección Didó, Danzas de...</p>
2.4.16.	<p>— Realizar los movimientos indicados en la «Danza de las palmadas», por ejemplo:</p> <p>Quien (1) quiere entrar (2) conmigo (3) en el río (4) quien</p>	<p>— Danza de las palmadas.</p>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.17.	<p>(5) quiere <b>entrar</b> (6) conmigo (7) en el mar (8) la la la la...</p> <p>Quien quiere <b>entrar</b> <b>conmigo</b> en el rio quien quiere <b>entrar</b> <b>conmigo a nadar</b> la la la la la...</p> <p>Yo que no sé, nadar, morenita yo que no sé nadar entrará la la la la la...</p> <p>yo que no sé nadar, morenita yo que no sé nadar moriré</p> <p>a) En los números, 1, 3, 5, 7 palmadas en el centro. b) En los números 2, 4, 6, 8, choque con las palamas del compañero. c) En el estribillo, la, la, la coger con la mano <b>derecha</b> la <b>izquierda</b> del compañero y dar una vuelta, en el sentido de las agujas del reloj y otra cambiado al contrario. d) Combinar todo el grupo por parejas. e) En cada estrofa, cambiar de pareja.</p> <p>— Ejem.: <b>El baile de la carras-</b> <b>quilla.</b></p> <p>1. a) Este baile de la carrasquilla. b) es un baile muy disimulado. c) que en hincando la rodilla en tierra. d) todo el mundo queda parado.</p> <p>2. a) A la vuelta, la vuelta Madrid. b) este baile no se baila así, c) que se baila de jarras, de jarras. d) Mariquilla meneas esas fal- das.</p> <p>3. a) Que meneas, meneas esos pies. b) este baile se baila al revés. c) ea, ea, yo no digo más. d) a la vuelta se dan las palmadas.</p>	<p>— Baile de la carrasquilla.</p>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>Explicación: a) <i>Salida en fila, alternando niño y niña, con paso picado, a ritmo ternario.</i> Se colocan en dos hileras niños y niñas, por parejas, mirándose la frente:</p> <p><b>CANCION.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— (1-a)(1-ib). Paso de tres popular y los brazos van a derecha e izquierda, a la altura de los hombros.</li> <li>— (1-c). Colocan una rodilla en el suelo.</li> <li>— (1-d). Se agarran de las manos en alto, con los de su fila.</li> <li>— (2-a). Dan una vuelta; los niños, vuelta sostenida en dos tiempos, las niñas con paso menudo.</li> <li>— (2-b). Dan la vuelta hacia el otro lado.</li> <li>— (2-c). Brazos en jarras, en la cintura, adelantando hombro y codo, a ritmo, moviéndose a derecha e izquierda.</li> <li>— (2-d). Las niñas mueven exageradamente sus faldas, los niños levantan las manos, retrocediendo ligeramente, con pasos cortos.</li> <li>— (3-a). <i>Sacuden los pies hacia delante.</i></li> <li>— (3-b). Dan la espalda a su pareja, con el gesto de los brazos que en (1-a) y (1-b).</li> <li>— (3-c). Repiten (3-a).</li> <li>— (3-d). Repiten (3-b) se colocan en fila y salen.</li> </ul> <p>(El ejemplo y la descripción corresponden a la forma tradicional en que bailan los niños de la sierra madrileña).</p>	
2.4.18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Ir haciendo la cadena enlazando una mano con la opuesta del compañero que viene de frente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos de canciones populares: «Esta noche no alumbra». (Isla Canaria).</li> </ul>
2.4.19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbado en el suelo (en círculo con otros niños) con piernas juntas y extendidas y brazos junto al cuerpo, abrir ambas extremidades y unirse a los que tienen a los lados y volver a la posición inicial.</li> <li>— En la misma posición inicial, levantar de forma alternada las</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Disco «Barcarola» de los cuentos de Hoffman.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
	<p>piernas, y los brazos en forma de arco hasta la altura de los ojos en todos los movimientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbado en el suelo, piernas juntas y brazos en arco por encima de la cabeza, mover el cuerpo de cintura hacia derecha e izquierda.</li> <li>— De pie marcando un «tresillo» con los pies, formar una rueda unidas las manos derechas en el centro (la izquierda en la cadera) y girar hacia la izquierda.</li> <li>— Con el mismo movimiento de pies y brazos en arco por encima de la cabeza dar amplias vueltas.</li> <li>— Con el mismo movimiento de pies y cogidas las manos en corro, caminar hacia dentro levantando todos los brazos en el centro y retroceder al tiempo que se extienden los brazos.</li> </ul>	
2.4.20.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Pie derecho puntas delante del izquierdo y descansa detrás del izquierdo, se desplaza el pie izquierdo hacia la izquierda; el derecho se deja junto al izquierdo y viceversa.</li> <li>— Mantener los brazos a la altura de la cabeza estando frente a la pareja.</li> <li>— Realizar el paso una vez con la pareja de enfrente y otra con la pareja de al lado. Bajando el brazo correspondiente al pie que se puntea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Disco de una jota de la zona en que se resida.</li> </ul>
2.4.21.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Incorporarse al grupo de danzantes.</li> <li>— Danzar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos.</li> </ul>
2.4.22.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír una pieza musical («La marcha turca de Mozart»), y realizar los movimientos que se indican en la pieza para cada momento de la audición: <ul style="list-style-type: none"> <li>—Principio (preludio): postura estática con brazos en cruz.</li> <li>—Tiempo de marcha: correr moviendo brazos y piernas.</li> <li>—Tiempo más lento: andar moviendo dulcemente brazos y piernas.</li> <li>—Tiempo de marcha: igual que el otro tiempo de marcha.</li> <li>—Final: como preludio.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Disco «Marcha turca de Mozart».</li> <li>— Pizarra.</li> <li>— Tiza.</li> </ul>
2.4.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Realizar la primera postura, solo con los pies.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
2.4.24.	b) Realizar la segunda: c) Realizar la tercera: d) Realizar la cuarta: e) Realizar la quinta: a) Realizar la posición preparatoria: b) Realizar la primera: c) Realizar la segunda: d) Realizar la tercera: e) Realizar la cuarta: f) Realizar la quinta:	
2.4.25.	a) Realizar a la vez la primera, posición de brazos y pies. b) Cambiar a segunda. c) Cambiar a tercera. d) Cambiar a cuarta. e) Cambiar a quinta. f) Realizar todos los cambios a tiempo, con una música de fondo, manteniendo las posturas en períodos o frases.	— Cuerpo. — Música grabada.
2.4.26.	a) Improvisar el porte de brazos, señalando las frases de la música que escucha. b) Seleccionar la mejor versión de movimientos y una vez encajado, memorizarlo. Ejemplo: Nos parece música adecuada la «Canción de Solveig» de Grieg, o cualquier líder o pieza orquestal, con predominio de melódico, de tipo adagio, en la que sea fácil para los alumnos apreciar el fraseo.	— Cuerpo. — Música adecuada.



Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.1.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Agitar objetos (sonajeros, etc.).</li> <li>— Dar golpecitos con un objeto.</li> <li>— Dar golpecitos con dos objetos (uno en cada mano).</li> <li>— Agarrar una arandela.</li> <li>— Tirar un objeto al suelo.</li> <li>— Golpear con la cuchara sobre la mesa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Sonajero.</li> <li>— Campana.</li> <li>— Cuchara.</li> <li>— Arandelas.</li> </ul>
3.1.2.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer pedorretas, besos, reír, llorar, sacar y meter la lengua, mover manos, etc.</li> <li>— Abrir la boca.</li> <li>— Arrugar la nariz.</li> </ul>	
3.1.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer cosquillas.</li> <li>— Enseñarle un globo y luego desinflarlo.</li> <li>— Arrastrarle por el suelo, tirándole de los pies.</li> <li>— Coger al alumno, lanzarlo hacia arriba y volverlo a coger.</li> <li>— Tapar la cara del alumno con una tela durante unos segundos y destaparle rápidamente.</li> <li>— Lanzar una pelota sobre el cuerpo del alumno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Telas.</li> <li>— Globos.</li> <li>— Pelota.</li> </ul>
3.1.4a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Comer.</li> <li>— Lavarse la cara, manos, ...</li> <li>— Peinarse.</li> <li>— Lavarse la cabeza, la ropa.</li> <li>— Batir un huevo.</li> <li>— Quitarse un calcetín.</li> </ul>	
3.1.4b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cantar: «cinco lobitos tien la loba», (rotando el codo) y manos.</li> <li>«Los pollitos hacen pio, pio.», (oponiendo el índice y pulgar de las dos manos a la vez).</li> </ul>	
3.1.5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer los mismos gestos que el profesor comenzando por movimientos de las manos (abrir y cerrar).</li> <li>— Abrir brazos y piernas.</li> <li>— Dar un salto y ponerse una mano en la cabeza.</li> <li>— Dar una palmada y levantar un pie.</li> <li>— Dar una palmada y levantar mucho los brazos.</li> <li>— Dar tres palmadas y ponerse las manos en la cintura, etc.</li> </ul>	
3.1.6a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Abrir los brazos y las manos de pie. Cara de sorpresa.</li> <li>— Encogerse poniéndose a cuatro patas, la cabeza metida entre los brazos y sentado sobre los talones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espejo.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.6b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tumbarse en el suelo y estirar mucho los brazos y las piernas.</li> <li>— Tumbado en el suelo, encogerse hasta tomar una postura muy cerrada.</li> <li>— Doblar los codos y estirar los dedos de las manos hacia arriba, quedarse así unos segundos y con movimiento muy rápido, hacia abajo.</li> <li>— Sentado en el suelo levantar un pie y una mano; bajarlo.</li> <li>— De pie estirar mucho el cuerpo, brazos y piernas. Dejar que el cuerpo caiga bruscamente hacia adelante y muy flojo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Espejo.</li> </ul>
3.1.6c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— A través del gesto: <ul style="list-style-type: none"> <li>—Decir adiós.</li> <li>—Llevar la comida a la boca y masticar.</li> <li>—Beber agua de un vaso.</li> <li>—Saludar dando la mano.</li> <li>—Lavarse la cara.</li> <li>—Cepillarse los dientes.</li> <li>—Peinarse.</li> <li>—Secarse las manos.</li> <li>—Pintarse los labios.</li> </ul> </li> </ul>	
3.1.7a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manipular el papel con las dos manos lentamente.</li> <li>— Tomar conciencia del sonido del papel al arrugarlo.</li> <li>— Puede jugar sólo o que la bola sirva de medio de comunicación con otros alumnos.</li> <li>— Tirárselas unos a otros de manera suave, o con fuerza.</li> <li>— Tirlarla muy lejos e ir corriendo a recogerla.</li> <li>— Discriminar su bola de la de otros compañeros.</li> <li>— Levantar los brazos para tirar la bola hacia arriba.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Música rítmica (polka).</li> <li>— Papel (de periódico o manila de colores).</li> </ul>
3.1.7b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer una bola con el papel.</li> <li>— Estirar el papel apoyándose en el suelo.</li> <li>— Sentir la rugosidad del papel al pasar la mano por encima.</li> <li>— Rasgar el papel en tiras.</li> <li>— Coger dos grupos de flecos uno para cada mano.</li> <li>— Salir al espacio al ritmo de la música.</li> <li>— Levantar los brazos para mover los flecos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Música ritmadas y lentas.</li> <li>— Bola de papel.</li> </ul>
3.1.7c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer flecos con papel.</li> <li>— Partir los flecos en trocitos en</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Música ritmada.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.8a.	<p>silencio, escuchando el sonido del papel.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Hacer un montón de papeles.</li> <li>— Llenarse las manos de papeles sin apretarlos.</li> <li>— Bailar con las manos llenas de papeles sin que se les caigan.</li> <li>— Lanzarlos hacia arriba todos juntos, estirando los brazos y abriendo las manos al mismo tiempo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor realizará el gesto de tocar cada instrumento acompañándolo de su sonido.</li> <li>— Dejar libremente el uso de los palos por los alumnos.</li> <li>— El profesor usará los palos para simbolizar el instrumento que se pretenda.</li> <li>— Imitar dos gestos efectuados por el profesor con dos palos: <ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocar trompeta.</li> <li>— Tocar guitarra.</li> <li>— Tocar tambor.</li> <li>— Tocar violón.</li> <li>— Tocar armónica.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— 2 palos de 30 cms. de largo y 1 cm. de ancho.</li> </ul>
3.1.8b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno sentado sobre los talones, colocará las manos en la frente con el dedo índice extendido (toro).</li> <li>— El alumno a cuatro patas acercará su brazo hacia su nariz, moviendo el antebrazo en balanceo (elefante).</li> <li>— El profesor en posición de cuclillas abrirá los brazos echando los hombros hacia atrás hará el gesto de aleteo (paloma).</li> <li>— El alumno sentado sobre los talones, replegará la cabeza hacia las rodillas quedando los brazos dentro (tortuga).</li> </ul>	
3.1.8c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Oír canciones.</li> <li>— Representación de varias secuencias significativas de la canción (hacer como que mir hacia abajo, peces nadando, acción de peinarse, acción de lavar, acción de tender la ropa, pájaros volando, etc.) de la canción.</li> </ul> <p>«Pero mira como beben».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos y discos (si procede).</li> <li>— Bibliografía: Hidalgo Montoya, J., «Métodos y canciones para melódica». Ed. <i>Música moderna</i>, pág. 67.</li> </ul>
3.1.9.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor hará que coge un balón con las manos, y se lo pasará a las manos del alumno cogiendo en principio los dos «el balón» dejándose después solo al alumno.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.10.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor mimará el gesto de beber de un vaso, manteniendo la mano «como si tuviera un vaso».</li> <li>— Sentarse en una silla (sin silla) manteniendo la postura.</li> <li>— Abrir un paraguas y caminar bajo la lluvia.</li> <li>— Cerrar el paraguas.</li> <li>— Cortar flores y hacer un ramillete.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor hará el gesto de levantar un saco del suelo como si pesara mucho.</li> <li>— El profesor hará el gesto de empujar una mesa pesada. Acompañará el gesto de esfuerzo con el cuerpo y gesto de la cara. Poner especial atención en el gesto de la cara. En el «movimiento lento» al levantar el saco por el esfuerzo o empujar.</li> <li>— Cortar un árbol (pueden otros alumnos hacer de árboles e ir cayendo en la medida que el alumno vaya haciendo como que da hachazos al tronco).</li> <li>— Gesto de tirar de una cuerda que arrastra algo muy pesado, haciendo verbalizar al alumno. <ul style="list-style-type: none"> <li>1º. ¿De qué es el saco que levantas?</li> <li>2º. ¿De qué es la mesa que empujas?</li> <li>3º. ¿Cómo se llama el árbol que cortas?</li> <li>4º. ¿Qué tiras de tu cuerda?</li> </ul> </li> </ul>	
3.1.11a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar pantomimas de varias acciones caminando.</li> <li>— Se puede adornar estas acciones, por ejemplo el andar con mucha prisa: mirando el reloj, dando pasos rápidos pero muy cortos, sin avanzar.</li> <li>— «Teniendo frío», tapándose con una bufanda imaginaria.</li> <li>— «A gatas», imitando la marcha de distintos animales: oso, pantera, etc...</li> </ul>	
3.1.11b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— «Ser unos globos desinflados que se van inflando».</li> <li>— «Quedarse asombrados al ver tantos juguetes».</li> <li>— «No podría abrir la puerta por más que tiraba».</li> <li>— «El árbol tenía el tronco torcido».</li> <li>— «Abro la ventana y respiro aire fresco».</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.11c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Los alumnos sólo o en grupo irán lentamente representando las frases que irá diciendo el profesor, manteniendo la última postura durante unos segundos antes de pasar a la siguiente.</li> <li>— Fútbol: un alumno hace de portero, otro hará que da una patada a un balón imaginario, y el portero se tirará al suelo a pararlo.</li> <li>— Con un balón imaginario varios alumnos harán que se pasan el balón de uno a otro.</li> <li>— Boxeo: con gestos lentos y muy exagerados representarán distintos momentos del combate: representación, pelea, ganadores.</li> </ul>	
3.1.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gesto de botar un balón.</li> <li>— Gesto de beber en un vaso.</li> <li>— Gesto de andar apoyado en un bastón.</li> <li>— Gesto de abanicarse.</li> <li>— Gesto de mirar el reloj.</li> <li>— Gesto de tocar una campana.</li> <li>— Gesto de subirse una cremallera.</li> </ul>	
3.1.13.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Barrer.</li> <li>— Coser un botón.</li> <li>— Abrir un grifo.</li> <li>— Echar agua de una botella (quitando el tapón) a un vaso.</li> <li>— Dar patadas a un balón.</li> <li>— Pasar hojas de un libro.</li> <li>— Encender un pitillo.</li> </ul>	
3.1.14.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gesto muy expresivo de sorpresa, de miedo, poniendo gesto de enfado, de alegría.</li> <li>— Combinando cara y brazos, gestos muy abiertos de brazos, (comenzando la expresión con las manos).</li> <li>— Si se hace un gesto de decir adiós moviendo una mano contestar con otro como diciendo «yo también me voy».</li> <li>— Al gesto de «quiero comer» contestar gesticulizando hacer un bocadillo.</li> <li>— Al gesto: «me duele una mano» contestar «vendádosela».</li> </ul>	
3.1.15a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Actuar y dejar de actuar, participando en una representación dramática.</li> <li>— Tres alumnos harán de monta-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Toca-discos.</li> <li>— Música de Polkas.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.15b.	<p>ñas. Dos para hacer de puente, una vez formada la escena, se pone música y todos los alumnos bailan por la clase al parar la música, vuelven a formar la escena, cada uno en el mismo lugar.</p> <p>Verbalizar: ¿Tú qué eres? ¿qué hay delante de ti? ¿qué es lo que se mueve? ¿qué es lo que está más lejos? etc... ¿cómo te lo has pasado haciendo esto?.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Participar en las representaciones cotidianas sin hablar.</li> <li>— Un alumno pregunta la hora y el otro le responde gestualmente.</li> <li>— Un alumno hace de semáforo y el otro de peatón.</li> <li>— Un alumno hace de vendedor y otro el que compra.</li> <li>— Un alumno hace de «alumno y el otro de profesor».</li> </ul>	
3.1.16a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Representar con gestos de la cara sentimientos o emociones que dice el profesor.</li> </ul>	
3.1.16b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Realizar gestos de llorar, reírse, etc.</li> <li>— Gestos muy exagerados, permaneciendo unos segundos inmóviles con el gesto representado.</li> <li>— Un alumno hace un gesto de alegría o tristeza y un compañero le imita.</li> <li>— Un alumno hace un gesto de alegría y otro que esté enfrente uno de tristeza.</li> <li>— Preguntar a los alumnos ¿por qué estás tan alegre? ¿o tan triste? ¿dónde se va que le gusta tanto?</li> </ul>	
3.1.16c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Indicar si el significado de una determinada representación mimica es triste o alegre.</li> </ul>	
3:1.17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Gesticular situaciones emocionales dentro de un contexto narrativo.</li> <li>— Exagerar mucho los gestos en forma de «mimo».</li> <li>— Acompañarlo con todo el cuerpo, gesto muy lentos.</li> <li>— Gestos de tristeza-alegría.</li> <li>— Gestos de frío-calor.</li> <li>— Gestos de guerra-paz.</li> </ul>	

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.18a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Formar grupos.</li> <li>— <i>Ponerse de acuerdo para formar la escultura.</i></li> <li>— Localizar cada niño un espacio donde ser parte del todo.</li> <li>— Inventar un nombre para la escultura.</li> <li>— Deshacer la escultura en un movimiento rápido y volver a formarla con movimientos lentos.</li> <li>— Hacer tomar conciencia de qué parte del cuerpo toca el suelo u el cuerpo de los otros compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— <i>Música rápida.</i></li> </ul>
3.1.18b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno dramatizará una de las partes señaladas de una máquina, tren, etc.</li> <li>— Al escuchar una música los alumnos bailarán por la sala, al cesar se colocarán en el lugar que le corresponde en la configuración de la máquina.</li> <li>— <i>¿Qué parte de la máquina eres?</i></li> <li>— <i>Deshacer la máquina y al escuchar una música lenta, se volverá a formar la máquina, con gestos lentos y exagerados.</i></li> <li>— Poner una música ritmada o con golpes de tambor, y hacer mover la máquina según el movimiento adecuado, siguiendo todos los alumnos el mismo ritmo, coordinación, o movimientos alternativos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— <i>Disco música rítmica, música lenta.</i></li> </ul>
3.1.19a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor dirá uno, dos, tres, al tiempo que el alumno realiza el gesto adecuado del oficio escogido.</li> <li>— El profesor puede cambiar el orden, 3, 1, 2, teniendo el alumno que realizar el gesto 3 el primero, el 1 el segundo y el 2 el tercero.</li> </ul>	
3.1.19b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Simbolizar con el cuerpo y en distintas posturas los elementos de la naturaleza que vayan saliendo en las narraciones (árboles, semillas, viento, lluvia, etc.).</li> <li>— Ayudados por música lenta y suave.</li> <li>— La narración ha podido contarse previamente, y una vez que los alumnos se saben bien los papeles se ejecuta gestualmente.</li> <li>— Hacer ver muy claro las transformaciones:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tocabiscos.</li> <li>— Discos.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.20.	<ul style="list-style-type: none"> <li>—semilla - ramita - árbol.</li> <li>—lluvia - río - mar.</li> <li>—barro - ladrillo - casa.</li> <li>—larva - gusano - mariposa.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Participar en representaciones con diálogo sobre acciones cotidianas.</li> <li>— En el mercado venden barato y al comprador le parece muy caro.</li> <li>— Coche que se le pincha una rueda y el conductor pide ayuda porque no sabe cambiarla, a otro conductor.</li> </ul>	
3.1.21.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Interpretar la narración verbal o gestualmente.</li> <li>— Actuará un grupo y los demás compañeros serán los espectadores.</li> <li>— Saldrán todos los grupos (observando cómo cada grupo interpreta la narración de manera distinta).</li> <li>— Verbalizar ¿qué personaje eres?</li> <li>— ¿quién salía primero a escena?</li> <li>— ¿detrás de quién vienes tú?</li> <li>— ¿cuántos personajes intervienen en el cuento?</li> <li>— A estas preguntas puede contestar verbalmente o gestualmente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Cuentos sencillos.</li> </ul>
3.1.22.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Disfrazar según el personaje elegido.</li> <li>— Hacer gesto alusivos al personaje que interpreta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Papel de embalar (o de periódico).</li> <li>— Tijeras.</li> <li>— Papel cello.</li> <li>— Pintura de dedo.</li> <li>— Alfileres.</li> <li>— Telas de colores.</li> </ul>
3.1.23a.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Los grabados serán claros y vistosos.</li> <li>— Los alumnos se repartirán los papeles libremente.</li> <li>— La dramatización será corta, pero respetando el turno de intervención de los otros compañeros.</li> <li>— Representar escenas familiares tales como en el comedor, en el campo, en una boda, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Grabados con diferentes escenas.</li> <li>— Fotopalabras.</li> </ul>
3.1.23b.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar la lectura de hechos actuales reflejados en la prensa y después representarlos.</li> <li>— Leer noticias de la prensa, sobre hechos actuales, y después representarlos junto a sus compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Periódicos.</li> <li>— Revistas.</li> </ul>

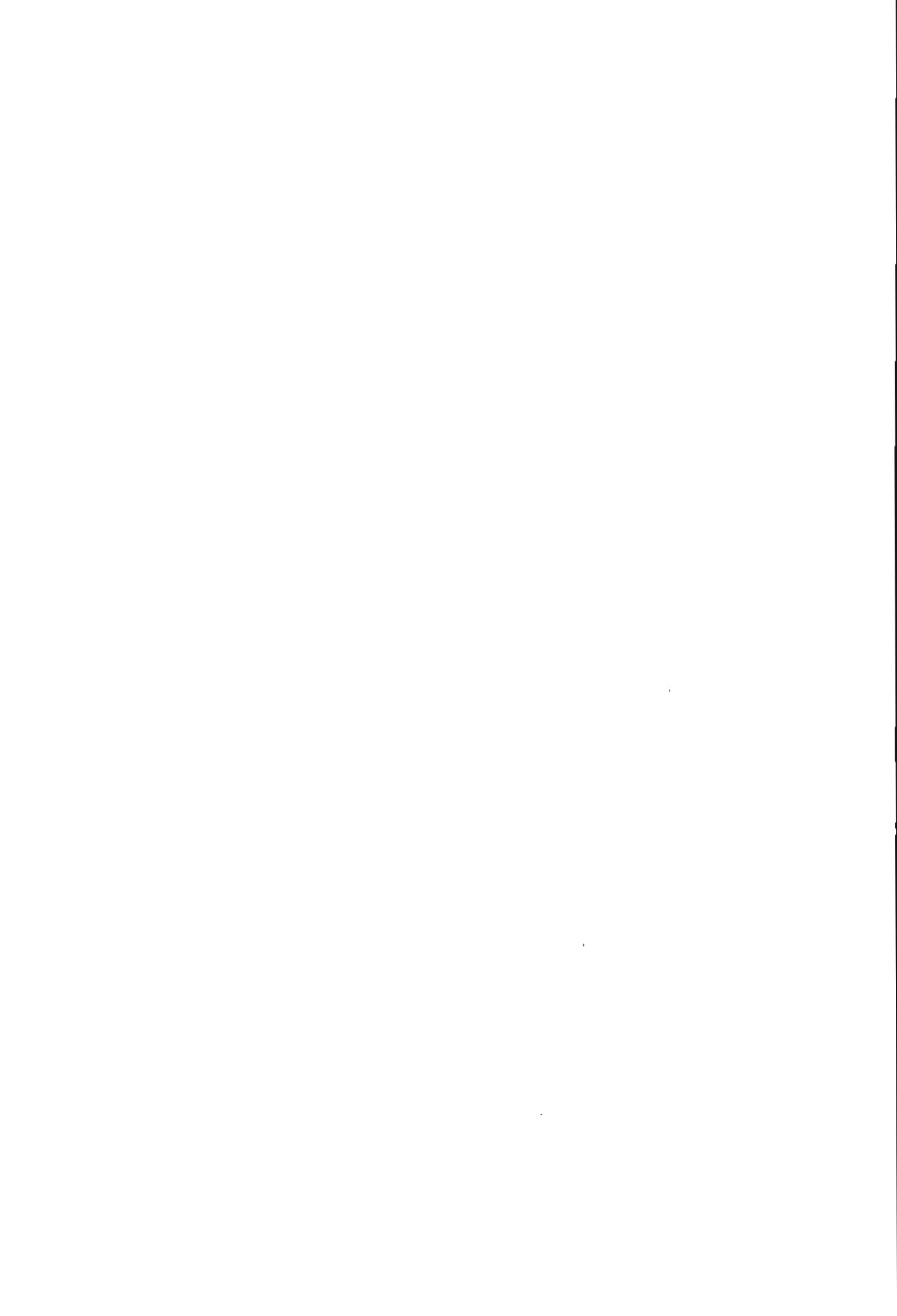
Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.23c.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El alumno se une a otros compañeros lentamente por los hombros en corro, permanece así unos segundos y con gesto rápido se separa del grupo y vuelve a unirse.</li> <li>— El alumno realiza con todo el cuerpo un gesto abierto y bello, permanece así unos segundos y con gesto rápido realiza una <i>expresión de fealdad y desarmonía</i>, volviendo de nuevo al primero.</li> <li>— El alumno camina con otros compañeros expresando bienestar y armonía, pasando bruscamente a gestos de rechazo y pelea volviendo de nuevo al primero.</li> </ul>	
3.1.24.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— «El títere saluda».</li> <li>— «El títere baila».</li> <li>— «El títere aplaude».</li> <li>— «El títere dice adiós».</li> <li>— «El títere se ríe».</li> <li>— «El títere da vueltas».</li> <li>— «El títere da la mano».</li> <li>— El títere se lleva la mano a la cabeza».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Guiñoles, con cuerpo de cartón, de una patata, de una cuchara de palo, etc.</li> </ul>
3.1.25.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor puede verbalizar las siguientes frases mientras hace gestos y mueve el guiñol. «Hola chicos ¿cómo estáis?» «Me llamo... y estoy contento de estar con vosotros». «¡Cuántos niños hay aquí!» «A ver como aplaudis», etc...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Distintos títeres.</li> </ul>
3.1.26.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El profesor dejará la iniciativa al alumno de coger el guiñol que él quiera.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Distintos guiñoles.</li> <li>— Tablas pareciendo el escenario del guiñol.</li> <li>— Puede valer una mesa puesta sobre el suelo lateralmente.</li> </ul>
3.1.27.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Observar las acciones del profesor representando con 2 muñecos de guiñol escenas simples, tales como «encuentro de dos amigos por la calle».</li> <li>— Representar las acciones vistas, utilizando los mismo muñecos que el profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Teatrillo de guiñol.</li> <li>— Muñecos.</li> </ul>
3.1.28.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dialogar con el profesor a través del muñeco.</li> <li>— Dando un tema, que puede ser de la experiencia diaria.</li> <li>— Dejando la iniciativa al alumno, reanudando únicamente el profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Muñecos de guiñol.</li> <li>— Cronómetro.</li> </ul>

Código Objet. Operativo	ACTIVIDADES SUGERIDAS	MATERIAL
3.1.29.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— El diálogo puede ser cantándolo.</li> <li>— El profesor cambiará la voz, para estimular al alumno a que también lo haga.</li> <li>— Ver una representación de guiñol.</li> <li>— Responder a las preguntas que se le hagan.</li> <li>— ¿Qué personajes intervienen?</li> <li>— ¿Cuál sale el primero?</li> <li>— ¿Cómo termina la representación?</li> <li>— ¿Qué personaje te gustaría a ti ser?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Teatro de guiñol.</li> <li>— Muñecos.</li> </ul>
3.1.30.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Escuchar arraciones.</li> <li>— Elegir personajes que intervienen en la obra.</li> <li>— Los propios alumnos confeccionarán las marionetas, al menos cambiarles el vestido, poner algún instrumento: bastón, sombrero, bufanda, pintarles coloretos, nariz, etc..., según la imaginación de los alumnos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Caja de títeres.</li> <li>— Vestidos, telas.</li> <li>— Pintura.</li> <li>— Cartón.</li> <li>— Barillas de madera.</li> <li>— Tijeras, cello.</li> </ul>
3.1.31.	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Representar una historia en la que intervienen dos personajes accionando los muñecos de guiñol.</li> <li>— Cambiar la voz según sea cada personaje.</li> <li>— Los guiñoles se mirarán uno a otro cuando se están hablando.</li> <li>— Puede intervenir también el alumno como si fuera el narrador.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Teatro de guiñol.</li> <li>— Dos muñecos.</li> </ul>

**ANEXO  
JUEGOS Y DEPORTES**



**JUEGOS AL AIRE LIBRE**



I) **TITULO:** «Juego de los animales».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 6 u 8 niños.
- Edad: de 2 a 5 años.
- Ubicación: Interior o exterior.

III) **DESCRIPCION:**

El grupo estará sentado en el suelo en círculo. El profesor da a cada niño el nombre de un animal, a continuación narra un cuento; cada vez que diga el nombre de un animal, el niño que representa a dicho animal deberá emitir el sonido correspondiente.

Cada vez lo hará más deprisa y cuando diga la palabra «graja», todos los niños se levantarán dando una vuelta sobre sí mismos y volverán a sentarse.

Quedará eliminado el que no dé el sonido o no se levante cuando diga la palabra «graja».

I) **TITULO:** «Patito Inglés» (Escondite Inglés).

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: de 2 a 5 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

El jugador que dirige se encuentra de cara a la pared y de espaldas al resto de los jugadores.

A una distancia de 10 metros de la pared, se marca en el suelo una línea donde se sitúen el resto de jugadores.

Y el jugador que dirige entona «un-dos-tres-patito inglés» (al tiempo que da cinco golpecitos con la mano en la pared), y vuelve la cabeza rápida o lentamente según interese con el fin de «pillar» en movimiento a algún jugador. Mientras entona la cancioncilla el resto de jugadores avanza hacia la pared con el fin de tocarle lo antes posible.

Al jugador que se le pille en movimiento se le retira del juego.

Gana el jugador que llega antes a la meta sin ser pillado y que será el que dirija el juego a continuación.

**TITULO:** «El jardinero».

**CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: entre 3 y 4 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

**DESCRIPCION:**

Un jugador simula ser un jardinero y los demás las flores de su jardín. El jardinero está de pie en el centro del círculo que forman las flores, sentados en el suelo.

Los jugadores que simulan ser flores cantan una canción mientras el jardinero evoluciona danzando siguiendo el ritmo.

Al escuchar un sonido agudo (triángulo), el jardinero hará levantar a un jugador que hacía de flor y danzará con él. Al escuchar un sonido grave (tambor) el jugador que hacía de flor se sentará nuevamente.

I) **TITULO:** «Juego de los animales».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 6 u 8 niños.
- Edad: de 2 a 5 años.
- Ubicación: Interior o exterior.

III) **DESCRIPCION:**

Los niños están de pie libremente, mirando al frente y se les invita a caminar hacia delante. De pronto la maestra grita la consigna de retroceder (pueden ser dos palmadas, dos golpes de tambor, etc.). Los niños tienen que reaccionar rápidamente y marchar retrocediendo.

Cuando la maestra dé la consigna de avanzar, los niños marcharán de nuevo hacia delante (esta consigna puede ser: palmada o toque de tambor, etc.).

Los cambios de dirección se harán con frecuencia quedando eliminados los que no obedezcan las consignas.

I) **TITULO:** «La zapatilla por detrás».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Colectivo.
- Edad: de 3 a 5 años.
- Ubicación: Juego de interior o al aire libre.

III) **DESCRIPCION:**

Los alumnos se sientan en el suelo formando un corro, menos uno que con una zapatilla en la mano, va dando vueltas al corro (por detrás) mientras todos cantan:

a la zapatilla por detrás  
tris - tras  
ni la ves, ni la verás  
mirar para arriba  
que caen judías  
mirar para abajo  
que caen garbanzos  
a dormir a dormir  
que vienen los reyes magos.

Los participantes hacen lo que la canción va diciendo, mirar para arriba..., mirar para abajo..., a dormir a dormir que... al decir esto cierran los ojos y el jugador que lleva la zapatilla la dejará detrás de un compañero que al descubrirla saldrá en persecución del primero, y éste antes de que le pille ocupará un lugar en el corro, el que dejó su compañero, y de nuevo comienza el juego.

I) **TITULO:** «Ir de compras».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: a partir de 4.
- Edad: de 3 a 5 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

Se dibujan tantas casas en el suelo como jugadores menos uno.

Los jugadores se sitúan cada uno dentro de su casa y salen para ir de compras; cuando el director del juego agita fuertemente el pañuelo, indica que ha estallado una gran tormenta y todos deben regresar a sus casas, incluido el que dirige.

Quedará un jugador fuera, el cual es eliminado junto con una de las casas. Así hasta que quede un único jugador dentro de la última casa, que será el ganador.

I) **TITULO:** «Dentro y fuera».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 10.
- Edad: de 3 a 5 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

Se traza con tiza un gran círculo que representa un estanque y los jugadores se colocan alrededor, por la parte de fuera, en la orilla. A la voz de mando «dentro», los jugadores deben brincar dentro del estanque y cuando se diga «fuera» deben brincar de nuevo para volver a la posición primera. Esto se repite varias veces rápidamente. De pronto se cambia el orden ya sea diciendo «dentro» o «fuera» según como estén situados, en cuyo caso nadie deberá moverse y si lo hacen, quedarán eliminados.

I) **TITULO:** «La piel de serpiente».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 12, formando dos equipos.
- Edad: 5 años.
- Ubicación: Interior.

III) **DESCRIPCION:**

Los participantes se colocan en dos columnas paralelas de seis, con las piernas separadas y las manos puestas en los hombros del compañero que está delante.

A una señal del director, el último de cada fila, se desliza entre las piernas de los compañeros hasta colocarse a la cabeza de la fila. Así hasta que todos los jugadores hayan regresado a su lugar.

I) **TITULO:** «Las chapas».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: De 5 años en adelante.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

Se pinta un camino ondulado en el suelo con tiza o ceras; si es en el campo retirando áreas con las manos.

Cada jugador tendrá una chapa que irá empujando con el dedo corazón y pulgar hasta llegar a la meta.

Tirá una vez cada uno respetando el turno. Retrocederá al lugar donde estaba si la chapa toca o se sale del camino.

Ganará el jugador que llegue antes a la meta.

Se puede complicar poniendo obstáculos en el trayecto, que tendrá que sortear.

I) **TITULO:** «Adivinar objetos».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Uno o varios.
- Edad: Desde 5 años.
- Ubicación: Interior.

III) **DESCRIPCION:**

Sobre una mesa se disponen los objetos elegidos, en un principio seis, o siete. Más adelante, pueden irse aumentando.

Se coloca el jugador o jugadores alrededor de la mesa y se deja que observen dichos objetos durante un minuto.

A continuación se cubre la mesa con una manta y cada jugador debe nombrar o pintar los objetos que recuerde.

Queda vencedor el que mayor número de objetos recuerde.

I) **TITULO:** «Echar los dedos».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: A partir de 2.
- Edad: Desde 5 años.
- Ubicación: Interior.

III) **DESCRIPCION:**

1.ª variante: Cada jugador tira un dedo. Ganará aquel que saque la puntuación más alta.

2.ª variante: Todos los jugadores van tirando cuatro dedos. Se suman los puntos de las caras que quedan encima. El que acumule mayor número de puntos habrá ganado.

I) **TITULO:** «El tren».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: Entre 4 y 7 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

Se sitúan algunos niños (de 3 a 5) en un lugar fijo en el espacio. Se entregará a cada uno de ellos un instrumento de diferentes timbres: pandero, caja china, triángulo, maracas, etc...

El resto del grupo estará distribuido en dos filas, que simularán dos trenes.

El juego consiste en que uno de los trenes adivine el trayecto que ha seguido el otro. Los jugadores que tienen los instrumentos simularán las estaciones y tendrán que percutirlos cada vez que el tren evoluciones a su alrededor.

Los jugadores que forman uno de los trenes se sentarán en el suelo, tapándose los ojos. El otro tren emprende su marcha siguiendo el ritmo que el director toca en el piano, aquel recorre su itinerario improvisado pasando por las estaciones que quiere.

Los jugadores que simulan ser las estaciones saludan al tren a su paso haciendo sonar su instrumento.

Cuando ha realizado su recorrido, el tren se detiene en el punto de partida.

Inmediatamente después, el segundo tren emprende su marcha y tendrá que seguir el mismo trayecto que el primero.

Si el primer jugador de la fila no recuerda el orden de los instrumentos que han sonado se colocará al final de aquella y así sucesivamente hasta que haya un jugador de la fila que recuerde perfectamente el itinerario del tren.

I) **TITULO:** «Buscar las alturas».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 10 ó 12 niños.
- Edad: de 4 a 8 años.
- Ubicación: Campo interior.

III) **DESCRIPCION:**

Los niños corren por el aula. A un toque de silbato corto que dará el profesor o director del juego, todos deben subirse sobre una altura.

El último que se quede sobre el suelo, será mencionado por su nombre y se le anotará un fallo. A los tres fallos se eliminará, quedando vencedor el que menos fallos tenga.

I) **TITULO:** «Echar pies».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 2.
- Edad: Desde 5-6 años.
- Ubicación: Interior o exterior, indistintamente.

### III) DESCRIPCION:

Se coloca un jugador frente a otro a una distancia mínima de tres metros. Un jugador coloca su talón derecho delante del pie izquierdo, en línea recta y se queda quieto. El otro compañero le imita. A continuación, el primer jugador, coloca su talón izquierdo delante de la punta del pie derecho, y el otro vuelve a imitarle, así sucesivamente.

Se van acercando hasta que queda una distancia inferior a la longitud de un pie. El jugador correspondiente dirá: «monta», y colocará el pie en vilo en el mismo sentido de los pies afrontados. Después dirá: «cabe» y lo apoyará en el suelo de forma perpendicular entre los dos pies.

Si le cabe, será el designado para comenzar el nuevo juego o para «echar pies» con otro jugador.

### I) TITULO: «Juego de las cerillas».

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: De 3 en adelante.
- Edad: Desde 6 años.
- Ubicación: Interior, sobre una mesa.

### III) DESCRIPCION:

Se vuelve una caja de cerillas, para que queden amontonadas sobre la mesa. Cada jugador, según el turno en que están sentados, coge una cerilla. Al que le toque coger la última, comenzará el juego siguiente.

### I) TITULO: «La gallina ciega».

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: 10 jugadores.
- Edad: de 5 a 7 años.
- Ubicación: Juego de interior.

### III) DESCRIPCION:

Los alumnos se dispersan por el espacio libre, uno de ellos que tendrá los ojos tapados, intentará atrapar a uno de sus compañeros y por el tacto adivinará quien es, diciendo el nombre en alto. Si acierta quien es el compañero, el atrapado será la gallina ciega y si no le reconoce continuará el mismo jugador hasta que lo adivine.

### I) TITULO: «Vasos y sillas» (Escondite Inglés).

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: Por parejas.
- Edad: de 5 a 7 años.
- Ubicación: Juego de interior.

### III) DESCRIPCION:

En un espacio libre se colocan dos sillas y entre ellas ocho vasos (cuatro de un color y cuatro de otro).

A una señal los jugadores se pondrán de rodillas y colocarán los vasos que les corresponda junto a las patas de las sillas.

Los vasos no pueden tocarse con las manos.

Gana el alumno que primero coloque los vasos.

I) **TITULO:** «La prenda escondida».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 6 niños.
- Edad: de 5 a 7 años.
- Ubicación: Interior.

III) **DESCRIPCION:**

Un grupo de seis niños participan en este juego.

A cinco de ellos se les pasa a una habitación distinta de la que se desarrolla el juego; en ésta un niño esconde una prenda, a la señal de «ya» acuden los niños que deberán buscar la prenda. El que primero la encuentre será el ganador, pasando a ser el niño que esconde la prenda.

Si el lugar es muy grande o complicado, el niño podrá ayudar a los demás diciendo «frío» o «caliente», según se aproximen o alejen de la prenda escondida.

Este juego se puede realizar en el exterior delimitando la zona.

I) **TITULO:** «Distribución de zapatos».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: De 5 a 8.
- Edad: de 5 a 7 años.
- Ubicación: Interior.

III) **DESCRIPCION:**

Los jugadores se ponen en fila, sentados en sillas y uno junto a otro, mostrando sus pies. Un jugador observa los zapatos de todos los que están sentados y se retira a otra habitación. Los jugadores que queden se quitan los zapatos y los dejan en un montón aparte. Vuelve a entrar el jugador que salió y debe dar a cada niño su par de zapatos.

Se anotan los fallos que cometa, quedando eliminado el que más fallos tenga.

Mientras dure el juego, los jugadores no se reirán ni harán gestos si se les entrega los zapatos equivocados.

I) **TITULO:** «Las cuatro esquinas».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 5 niños.
- Edad: De 5 a 7 años.
- Ubicación: Aire libre o interior.

### III) DESCRIPCION:

Señalar un cuadrado con tiza, piedras, etc. Se colocan 4 niños, uno en cada esquina del cuadrado, el 5º se colocará en el centro.

A la orden dada por el niño del centro de «cambio» los jugadores cambiarán de esquina, momento en que aprovechará el central para ocupar una de ellas, si lo consigue pasa al centro del cuadrado el jugador que quedó sin esquina.

#### I) TITULO: «Las sardinas».

#### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: Colectivo por equipos.
- Edad: De 5 a 7 años.
- Ubicación: Interior y exterior indistintamente.

#### III) DESCRIPCION:

Cada equipo elige su ubicación dentro del espacio a ocupar, manteniendo cierta distancia entre ellos. Los jugadores se tumban en el suelo uno junto al otro y alternando cabeza-pies-cabeza, etc. (como en una lata de sardinas).

Cuando el director dice «sardinas a nadar», abandonan la posición y corren por todo el espacio sin tropezar unos con otros. Cuando dice «sardinas a la lata» cada jugador debe ocupar su lugar inicial permaneciendo así unos segundos en total inmovilidad.

Se le da un punto al equipo que antes ha compuesto la figura inicial, y gana el juego el equipo que consiga mayor número de puntos.

#### I) TITULO: «De cara y espalda».

#### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: Colectivo.
- Edad: 5 a 7 años.
- Ubicación: Exterior.

#### III) DESCRIPCION:

Se colocan los jugadores desplegados en varias hileras, de cara al director.

El juego consiste en hacer todo lo contrario de lo que mande el director, por ejemplo: «de cara», los jugadores darán media vuelta, colocándose de espaldas; «agachados», seguirán de pie. Y así sucesivamente.

Las órdenes serán rápidas. Los jugadores quedan eliminados con sólo iniciar el gesto verdadero.

#### I) TITULO: «Conejitos a esconder».

#### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: Colectivo.
- Edad: 5-7 años.
- Ubicación: Exterior.

### III) DESCRIPCION:

Un jugador (el mayor, por ejemplo) hace de madre de los conejitos (el resto). Otro jugador es la liebre.

El juego comienza cuando todos los conejos se esconden, mientras la madre cuenta hasta diez o entona la canción:

Conejitos a esconder  
Que la liebre va a cazar  
De noche y de día  
Tocar el Ave María.

Al final pregunta ¿estáis bien escondidos?, si contesta alguien que no, continuará cantando o contando hasta que todos digan que sí.

La liebre que hasta ahora ha estado con los ojos tapados por la madre, con los ojos abiertos va a buscar a los conejitos; si coge a uno ese será la próxima liebre. Los conejos se pueden salvar si antes de ser cogidos por la liebre llegan donde está la madre.

### I) TITULO: «Juego de las sillas».

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: 10 ó 12.
- Edad: De 5 a 9 años.
- Ubicación: Interior.

### III) DESCRIPCION:

Se acomodan las sillas o bien en círculo, con el respaldo hacia dentro o bien en línea, respaldo contra respaldo; de forma que haya un jugador más que el número de sillas.

Al sonar la música en el tocadiscos, los jugadores correrán alrededor de las sillas (sin agarrarse unos a otros y sin tocar las sillas). Al cesar la música, que se hará a intervalos irregulares y cortos, los jugadores correrán a ocupar una silla. Por supuesto, que cada vez quedará un jugador sin asiento y dejará de jugar, ya que cada vez se elimina una silla.

Gana el jugador que logra ocupar la última silla.

### I) TITULO: «La caza del oso».

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: 6 u 8.
- Edad: De 7 a 9 años.
- Ubicación: Interior.

### III) DESCRIPCION:

Un jugador hace de oso y lleva un haz de tiras de papel sujeto a la espalda, los demás jugadores son los cazadores. El oso puede matar a los cazadores si logra tocarlos y quedar así eliminados del juego. Los cazadores dan muerte al oso si consiguen cortarle todas las tiras de papel.

I) TITULO: «Manos limpias».

II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: en número proporcional a la longitud de una cuerda elástica (aproximadamente un jugador por metro).
- Edad: 8-9 años.
- Ubicación: Interior y exterior indistintamente.

III) DESCRIPCION:

Los jugadores se colocan en círculo, cogiendo la cuerda elástica circular con ambas manos.

Dos de los jugadores se sitúan dentro del círculo y tratarán de tocar o golpear las manos de los que sujetan la cuerda del círculo, pero que éstos lo evitan soltando la cuerda.

El jugador que es tocado, pasa al centro y el del interior se coloca en el puesto del que estaba fuera.

I) TITULO: «La casa del cinturón».

II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: De 10 a 12.
- Edad: De 8-9 años.
- Ubicación: Exterior.

III) DESCRIPCION:

Todos los jugadores se colocan colgados de la cintura una cinta, cuerda o cinturón y se sitúan en un espacio libre.

A una señal del director, todos se ponen en movimiento, corriendo e intentando quitar el cinturón a otro jugador y si lo consigue, se lo colocará junto al que lleva en la cintura.

Todo jugador podrá esquivar con el cuerpo, saltar o darse la vuelta. No podrá dar con el pie, la pierna, la mano o el brazo a nadie.

Si un jugador lleva varios cinturones, sólo se le puede quitar uno.

Cada tres minutos se puede indicar una parada y reanudar el juego tantas veces como se crea oportuno.

Gana el jugador que más cinturones haya reunido.

I) TITULO: «El látigo».

II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: De 7 a 12 años.
- Ubicación: Exterior.

III) DESCRIPCION:

Los jugadores forman un corro (sin cogerse de las manos) alrededor de un compañero. El jugador del centro tendrá una cuerda en cuyo extremo irá sujeto un objeto: una cajita, una

pedra, etc. y la irá moviendo a ras del suelo, describiendo un círculo intentando alcanzar los pies de los compañeros, y al tiempo que éstos saltan la cuerda sin que la roce los pies.

Se consideran errores al saltar antes de tiempo o el pisar la cuerda. El hacer un número de errores estipulado con anterioridad supone la exclusión del juego.

I) **TITULO:** «La cadena».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 10 ó 12.
- Edad: De 7 a 12 años.
- Ubicación: Exterior.

III) **DESCRIPCION:**

Dos jugadores agarrados de la mano salen en persecución de sus compañeros. A medida que les van alcanzando, se añadirán a la cadena (cogiéndose de la mano del último).

Cuando la cadena persigue insistentemente a un mismo jugador, otro cualquiera de los que permanecen libres puede cortar la persecución, pasando entre la cadena y dicho jugador, obligándole así a ser él a quien persigan. Así sucesivamente hasta que no quede ningún niño suelto.

I) **TITULO:** «El dengue».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: 7-12 años.
- Ubicación: Exterior.

III) **DESCRIPCION:**

Se marca en el suelo un círculo de unos cincuenta centímetros de diámetro, poniendo dentro de él tantos huesos de albaricoque como número haya de jugadores.

Perforar un hueso de albaricoque por un extremo y anudarle una cuerda (es el dengue).

Los jugadres se arrodillan fuera del círculo intentando golpear con el «dengue» uno de los huesos de dentro del círculo y sacarlo de la zona marcada. Los jugadores seguirán el turno de derecha a izquierda cada vez que el anterior falle.

No se puede golpear el suelo. Gana el jugador que más huesos de albaricoque haya sacado.

I) **TITULO:** «Salta cabrilla» (a la una anda la mula, pídola, etc.).

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: De 7 a 12 años.
- Ubicación: Exterior.

### III) DESCRIPCION:

Se sitúa un jugador con las piernas abiertas, encorvada la espalda, con la cabeza agachada apoyándose la barbilla en el pecho y los codos sobre la rodillas que están ligeramente flexionadas.

El resto de jugadores permanecen en fila y el primero, tras una pequeña carrera, llega hasta el jugador agachado: apoya sus manos en la espalda de éste y salta por encima sin golpearle; lo mismo realizarán el resto de jugadores.

Falla el jugador que al realizar el salto le golpea, pasando a ocupar su sitio.

I) **TITULO:** «Sambori» (La teja. Uneta).

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: 7-12 años.
- Ubicación: Exterior.

### III) DESCRIPCION:

Los jugadores determinan el orden en que participan. Uno propone el juego al tiempo que dice «primero», los que quieren jugar continúan el orden: «segundo», «tercero», etc..

Se dibuja en el suelo una serie de rectángulos numerados o en forma de espiral, según se determine por los jugadores.

Se lanza el «tejo» al primer rectángulo, el jugador a la pata coja, pasará todos los rectángulos sin pisar las rayas; a la vuelta con el pie que tiene en el suelo, empuja el tejo desplazándole hacia el rectángulo siguiente.

El jugador salta hacia él, tirando el tejo hasta el segundo rectángulo, etc., y así sucesivamente hasta que falle.

El tejo no puede quedar encima de una raya ni tampoco puede pisarla el jugador; ni golpear el tejo más de una vez por rectángulo.

I) **TITULO:** «Los botijos».

### II) CARACTERISTICAS:

- Participantes: número impar.
- Edad: 10 años.
- Ubicación: Interior o exterior.

### III) DESCRIPCION:

De 5 a 10 jugadores, se colocan en fila, no demasiado cerca unos de otros —son botijos—.

De 6 a 11 se alinean en una fila paralela a la primera, de tal suerte que haya un jugador más que en la primera fila.

Esta segunda fila son los jugadores que se disputan los botijos.

Los niños que hacen de botijos, ponen un puño sobre la cadera, de tal forma que los impares (1, 3, 5, etc.) utilizan el puño derecho, y los pares el izquierdo; todos el brazo libre encima del hombro del jugador que está delante.

Los botijos permanecen inmóviles, mientras que la otra fila de niños, da vueltas alrededor hasta una señal convenida, que pasarán un brazo por el asa de uno de los botijos.

Necesariamente, hay un niño que pierde, retirando a la vez un botijo.

Los niños no pueden volver nunca atrás al girar, ni atravesar la fila de los botijos.

Gana quien —se lleva el último botijo—.

**I) TITULO: «Arrancar cebollas».**

**II) CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: A partir de 10 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

**III) DESCRIPCION:**

Se forma una fila de unos 5 ó 6 jugadores, sentados en el suelo, con las piernas abiertas y cogidos por la cintura; el último apoya la espalda en una pared. Estos no pueden soltarse ni moverse: son las «cebollas».

Otro jugador, «el amo del cebollar», de pie frente a ellos, coge las manos al primero de la fila y tira con fuerza, pudiendo realizar tantos intentos como necesite para reducir a sus adversarios. De esta forma actuará hasta que logre separar al grupo uno a uno.

**I) TITULO: «Cazar la silla».**

**II) CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 10.
- Edad: 11-12 años.
- Ubicación: Exterior e interior.

**III) DESCRIPCION:**

Se colocan todos los participantes en círculo sentados en el suelo.

Dentro del círculo se colocan dos sillas frente a frente. En cada silla se sienta, un participante, al que se le tapan los ojos con una venda o pañuelo.

Por el interior del círculo se distribuyen siete zapatillas.

A una señal del que dirige, se pone en marcha, andando a gatas los dos participantes, que tratarán de encontrar alguna zapatilla.

Una vez encontrada, se dirigen con ella a su silla y la colocarán, calzando una de las patas.

Tratando de buscar rápidamente otra: Hasta lograr calzar la silla.

El que primero lo logra se sienta en ella, se destapa los ojos —ganando el juego—.

I) **TITULO:** «Relevo de caballos».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 5 por equipo.
- Edad: 8 a 13 años.
- Ubicación: Exterior.

III) **DESCRIPCION:**

Se nombra un jinete y cuatro caballos por equipo, formándose éstos dos hileras paralelas y colocados cada uno de los cuatro caballos a una distancia de 25 metros.

A una orden, dada el jinete monta sobre el 4º caballo (niño con tronco flexionado y apoyo de manos en muslos), cabalgando hasta el 3º, repitiendo sucesivamente la acción hasta llegar a la meta señalada sobre el 1º caballo, resultando vencedor el equipo que llegue primero.

Si algún caballo cae a tierra o desmonta al jinete, el equipo queda eliminado.

I) **TITULO:** «Lanzar fuera del círculo».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Dos equipos de cinco miembros cada uno.
- Edad: de 7 a 14 años.
- Ubicación: Juego de interior y de aire libre.

III) **DESCRIPCION:**

Los miembros de un equipo forman parejas con los miembros del otro equipo y se sientan dentro de un círculo espalda contra espalda. A una señal de comienzo se empujarán mutuamente hasta sacar al contrario fuera del círculo. Sólo puede empujarse con la espalda.

Gana el equipo que primero logra expulsar del círculo a todos los miembros del equipo contrario.

I) **TITULO:** «Balón numerado».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Dos equipos de siete miembros.
- Edad: De 7 a 14 años.
- Ubicación: Juego de interior y de aire libre..

III) **DESCRIPCION:**

Cada equipo se sitúa a un lado de la cancha.

Numerados los miembros de cada equipo, el maestro lanza el balón al aire en el centro de la cancha, al mismo tiempo que dice un número. Los miembros de ambos equipos que tengan ese número correrán hasta alcanzar el balón.

El jugador que coja el balón gana un punto para su equipo.

Gana el equipo que más puntos acumule.

I) **TITULO:** «Relevos del jersey».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 6 u 8.
- Edad: De 7 a 14 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

Se trazan seis círculos en el suelo formando una circunferencia; en cada uno de ellos se colocan los jugadores.

El juego consiste en quitarse el jersey a una orden dada, dejarlo en el centro del círculo y salir corriendo dando una vuelta completa alrededor de los seis círculos. Al entrar al aro deberán ponerse el jersey que se habían quitado anteriormente. Queda eliminado el último que se pone el jersey o el que al dejarlo lo echa fuera del aro.

I) **TITULO:** «Paso del vaso por el túnel».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: dos equipos de 6 jugadores.
- Edad: 7 a 14 años.
- Ubicación: Exterior.

III) **DESCRIPCION:**

Cada equipo forma una fila a unos 20 metros de la meta. Los jugadores tienen las piernas ligeramente abiertas en forma de túnel. Al 1º de cada equipo se le da un vaso lleno de agua y debe pasarlo por debajo de las piernas al 2º y éste al 3º... hasta el final. Cada jugador que entrega el vaso corre a colocarse en última posición en espera de recibirlo de nuevo.

Vence el equipo que conserva más agua en el vaso y llega antes a la meta, situada a 20 metros del principio de la fila.

I) **TITULO:** «La orquesta».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Juego colectivo.
- Edad: De 7 a 14 años.
- Ubicación: Interior o exterior indistintamente.

III) **DESCRIPCION:**

Cada jugador elige un instrumento fácil de imitar: guitarra, violín, flauta, tambor, etc. El director de la orquesta da la orden de comenzar con un movimiento de batuta, y al mismo tiempo que tararea la melodía cada jugador debe ejecutarla con su instrumento.

Bruscamente, el director señala con la batuta a uno de sus músicos que debe proseguir la ejecución él solo, mientras los otros atienden, aquel que ha sido señalado, deberá proseguir en el acto y sin que se produzca ninguna interrupción. Igualmente debe cesar en su canto y movimiento al instante en que sea señalado otro músico.

Algunas veces el director dice «toda la orquesta» y ejecutan todos en conjunto.

Los cambios deben hacerse rápidamente, para obligar a los jugadores a que presten el máximo de atención para no equivocarse y entrar en el juego en el momento preciso.

I) **TITULO:** «Relevos de la vela y las cerillas».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: 5 por equipo.
- Edad: 8-14 años.
- Ubicación: Interior y sin corrientes de aire.

III) **DESCRIPCION:**

Los equipos situados en dos filas paralelas. A diez metros de cada cabeza de fila, respectivamente, se encuentra una caja de cerillas con igual número de cerillas que de jugadores.

A una orden dada, salen los dos primeros jugadores con una vela apagada en la mano hacia donde encuentran las cerillas. Encienden la vela y regresan con la mayor rapidez y procurando guardar la llama encendida, entregando la vela al segundo miembro. Cada segundo jugador accede de nuevo hasta el lugar donde se encuentra la caja de cerillas, haciendo uso de éstas sólo si se le apaga la llama y regresando para entregarla al tercero. Así sucesivamente hasta llegar al último participante.

Resulta ganador el equipo que termina antes.

Queda eliminado el equipo que agota todas su cerillas, no pudiendo acabar el juego con la vela encendida.

I) **TITULO:** «Cortar el hilo».

II) **CARACTERISTICAS:**

- Participantes: Colectivo.
- Edad: de 7 a 16 años.
- Ubicación: Juego de aire libre.

III) **DESCRIPCION:**

Los alumnos dispersos por el espacio libre, huirán de un compañero que tratará de atrapar a uno, el cual se ha dicho previamente.

El jugador al que intenta atrapar podrá liberarse si otro compañero atraviesa entre ellos convirtiéndose en perseguido desde ese momento.

Continúa el juego hasta que un alumno es atrapado y se convierte en perseguidor.

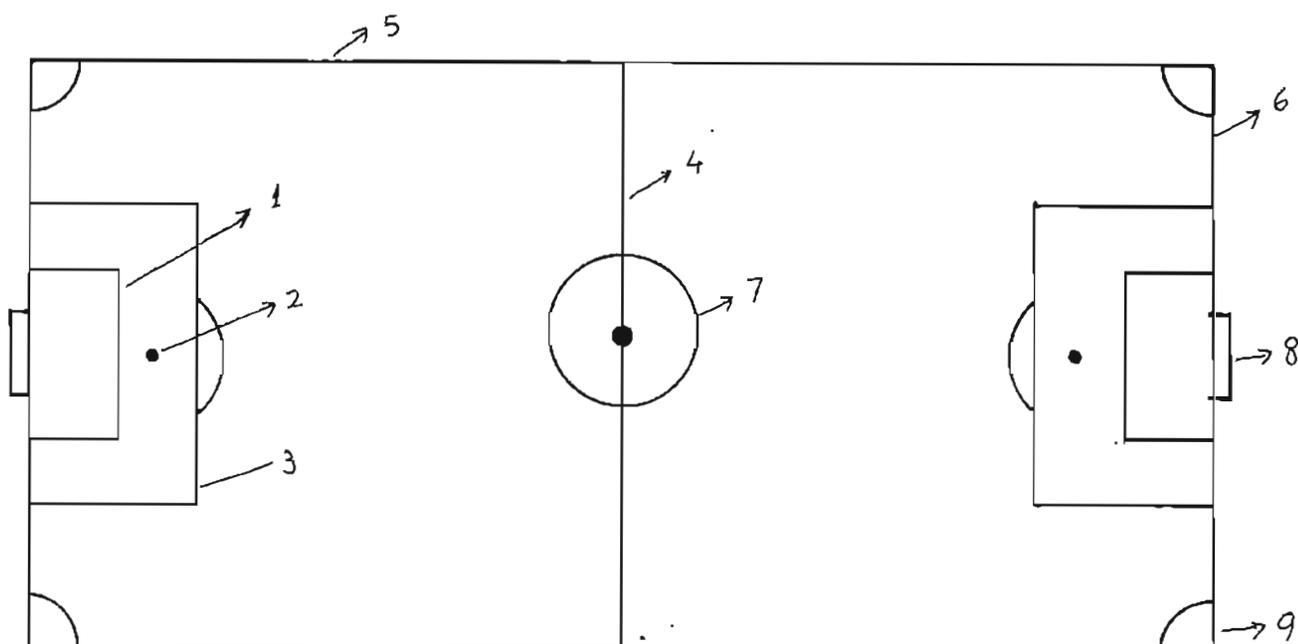
## DEPORTES



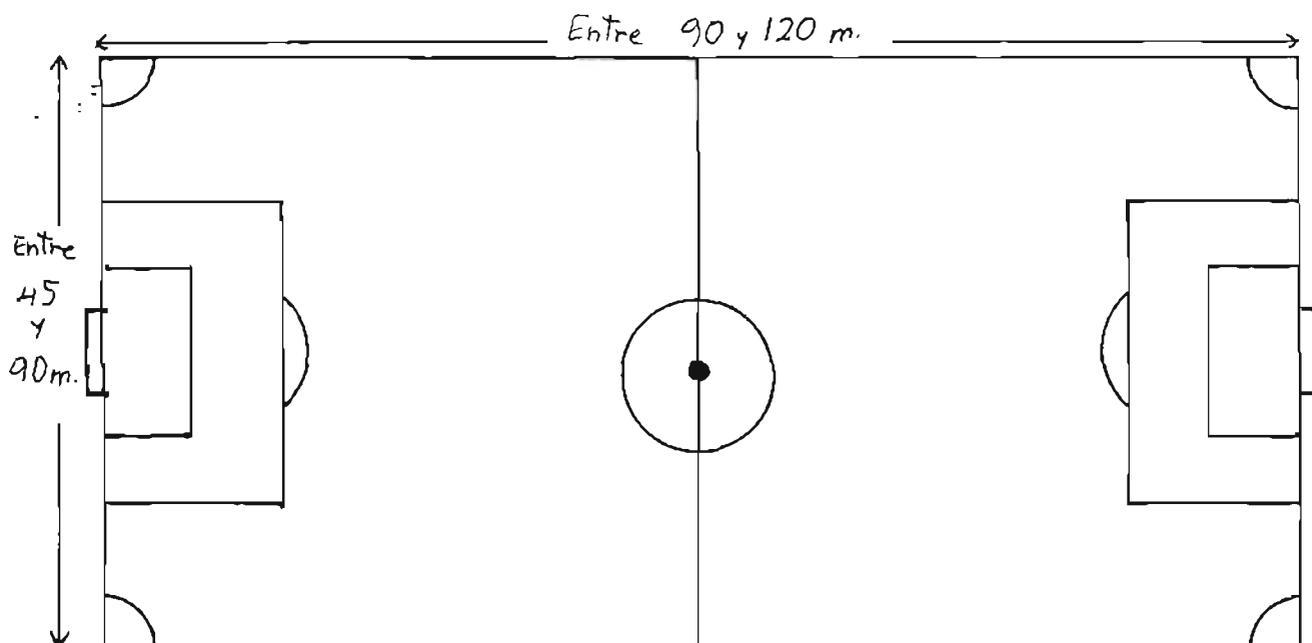
# FUTBOL

## 1.— EL TERRENO DE JUEGO

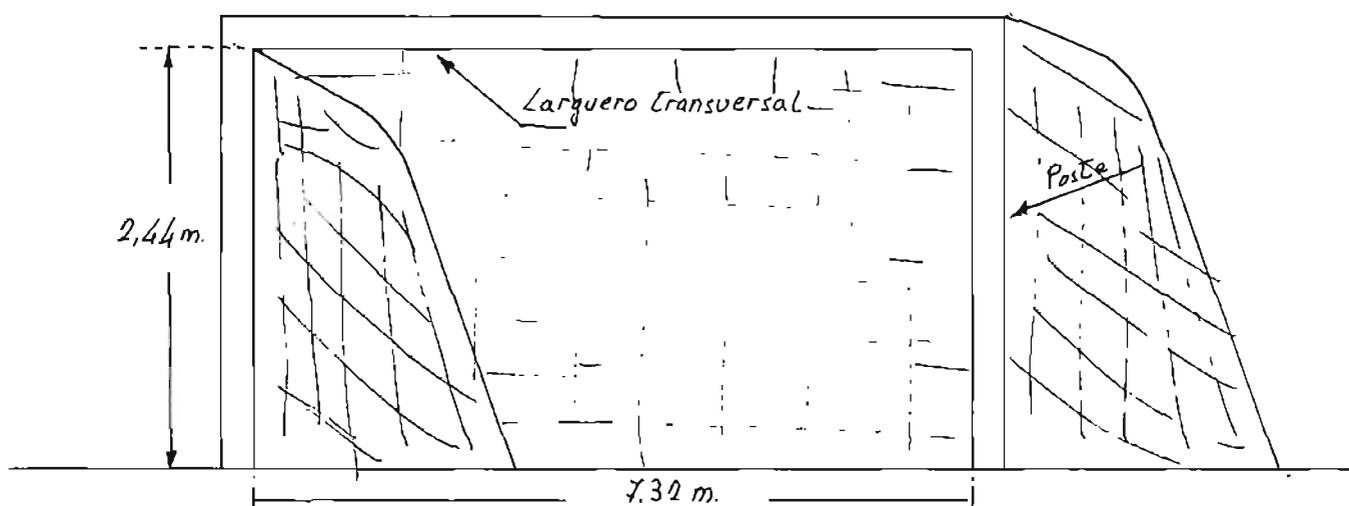
— Tendrá forma rectangular y con unas dimensiones de 90 m a 120 m de longitud y una anchura entre 45 m y 90 m.



- 1.— Aros de meta.
- 2.— Punto de penalti.
- 3.— Aros de penalti.
- 4.— Línea de medio campo.
- 5.— Línea de banda.
- 6.— Línea de meta.
- 7.— Círculo central.
- 8.— Marco.
- 9.— Banderola de esquina.



- **Área de meta:** Situada en cada extremidad del terreno y distanciadas 5,50 m de cada poste. Delimitada por dos líneas perpendiculares a la línea de meta adentradas sobre el terreno una longitud de 5,52 m, y unidas en sus extremos por otra línea paralela a la meta.
- **Área de penalty:** Situada en cada extremidad del terreno y distanciadas 16,50 m de cada poste. Delimitada por dos líneas perpendiculares a la línea de meta, adentradas sobre el terreno una longitud de 16,50 m y unidas en sus extremos por otra línea paralela a la meta.
- **Punto de penalty:** Situado dentro del área de penalty, perpendicular a la línea de meta en su centro y a distancia de 11 m de ésta.
- **Centro del campo:** Marcado por un punto, alrededor del cual se trazará una circunferencia de 9,15 m de radio.
- **Área de esquina:** Habrá cuatro arcos de circunferencia en cada esquina, con un radio de 1 m cada uno de ellos.
- **Marcos:** Estarán colocados en el centro de cada línea de meta, formados por dos postes verticales equidistantes de las banderolas de esquina, separados 7,32 m entre sí y unidos en sus extremos por un larguero horizontal, situado a 2,44 m del suelo.



- Todas las líneas que marcan el terreno de juego tendrán una anchura no mayor a 12 cm.

## 2.— EL EQUIPO (Jugadores o participantes)

- Cada equipo se compone de 11 jugadores de los cuales uno de ellos será el guardameta o portero. Al comienzo del partido tiene que haber al menos 8 jugadores presentes por equipo.
- En fútbol escolar está permitido que jueguen 7 contra siete.
- Habrá otros jugadores suplentes.
- Un equipo puede sustituir un máximo de dos jugadores durante un partido.
- Un jugador que fuera reemplazado no puede participar más durante el partido.
- Cualquier jugador puede intercambiar su puesto con el guardameta, siempre que se avise al árbitro, y el cambio se produzca durante una detención del juego.
- Cuando un sustituto reemplace a otro jugador, debe avisar al árbitro, no pudiendo el sustituto entrar en el terreno de juego hasta que el sustituto lo haya abandonado. El sustituto deberá entrar en el terreno durante una interrupción del juego, y por la línea media.
- Los jugadores suelen jugar en las siguientes posiciones: guardameta, defensas, medios y delanteros.
- Los jugadores no deben llevar objetos peligrosos que puedan dañar a los demás.
- La vestimenta usada por cada equipo, tiene que ser fácilmente reconocible de la del otro. El color de la vestimenta de portero tiene que ser claramente distinguible de la del resto del equipo.
- Cada jugador llevará en la espalda de su camiseta un número, del 1 del 11.
- El capitán es el representante del equipo y dirige su juego. Puede dirigirse al árbitro para pedir información, interpretar, etc., en forma siempre cortés.
- El árbitro es quien dirige el partido. El árbitro tomará nota de las incidencias, cronometra y aplica el reglamento, no permitirá que nadie ajeno entre en el terreno de juego, podrá interrumpir el juego. Puede expulsar a jugadores fuera del terreno de juego, con o sin amonestación previa.
- El árbitro está asistido por dos jueces de línea, quienes le ayudan a controlar el partido. Las señales de los jueces de línea son indicativos, pudiendo tomar decisiones solamente el árbitro.

## 3.— REGLAS DE JUEGO

- Consiste en un juego en que dos equipos se enfrentan intentando introducir el balón en un marco (portería) con cualquier lugar del cuerpo, salvo con manos y brazos.
- Duración del partido:
  - a) Adultos: Dos tiempos de 45 minutos.
  - b) Juveniles A (16 a 18 años): Dos tiempos de 40 minutos cada tiempo.
  - c) Juveniles B (14 a 16 años): Dos tiempos de 40 minutos.
  - d) Juveniles C (12 a 14 años): Dos tiempos de 30 minutos.
  - e) Juveniles D (10 a 12): Dos tiempos de 25 minutos.
  - f) Juveniles E (menos de 10 años): Dos tiempos de 20 minutos.

El descanso entre los dos tiempos no debe exceder de 5 minutos, salvo que lo autorice el árbitro.

- Antes de comenzar un partido, la elección de campos y saque inicial se sorteará mediante una moneda. El juego comienza colocándose el balón en el centro del campo y un jugador lo moverá en dirección a la portería contraria. Mientras tanto todos los jugadores deberán encontrarse en su propia mitad del terreno y estar a un mínimo de distancia de 9,15 m del balón antes de que se ejecute el saque. El jugador que ejecute el saque inicial no podrá jugar de nuevo al balón antes de que éste haya sido tocado por otro jugador.
- El balón está fuera de juego cuando ha traspasado completamente una línea de banda o de meta, ya sea por tierra o por aire, o cuando el juego ha sido detenido por el árbitro.
- El balón está en juego si; vuelve de rebote de poste, larguero o bandería de corner; toca al árbitro; hasta que el árbitro no suspende el juego con el silbato.
- Se marca gol cuando el balón haya traspasado totalmente la línea de meta entre los postes y debajo del larguero, pasando completamente la línea de meta.
- Un jugador está fuera de juego si se encuentra más cerca de la línea de meta contraria que el balón en el momento que éste sea jugado, salvo que:
  - El jugador se encuentra en la propia mitad del terreno.
  - Haya entre el jugador y la línea de meta al menos dos adversarios.
  - El balón haya tocado a un contrario la última vez.
  - Recibe directamente el balón de saque de meta, saque de esquina, saque de banda o saque central.
- El «fuera de juego» se castiga con libre indirecto contra su equipo, y desde el lugar exacto en donde se cometió la infracción.
- El jugador que comete alguna de las faltas siguientes será castigado con un tiro directo. Si lo hace dentro de propia área de penalty, será castigado con el lanzamiento de penalty. Las faltas e incorrecciones a que nos referimos son las siguientes:
  - a) Dar o intentar dar una patada al adversario.
  - b) Hacer una zancadilla al contrario.
  - c) Saltar contra el contrario.
  - d) Cargar violentamente o con peligro para el contrario.
  - e) Cargar por detrás a un adversario que no hace obstrucción.
  - f) Golpear o intentar golpear a un adversario
  - g) Sujetar a un adversario con la mano o con cualquier parte del cuerpo.
  - h) Empujar a un contrario con la mano o con cualquier parte del cuerpo.
  - i) Jugar al balón (llevarlo, golpearlo o lanzarlo) con la mano o el brazo.
- Se castigará con libre indirecto lanzado desde el lugar en donde se produjo la falta, las siguientes faltas:
  - a) Jugar de forma peligrosa.
  - b) Cargar con el hombro cuando el balón no está a distancia de juego del contrario.
  - c) Obstruir intencionadamente a un adversario, esto es interponerse entre el jugador y el balón.
  - d) Cargar al portero, salvo que éste se halle en posesión de la pelota, obstruya a un adversario o esté fuera del área de puerta.

- e) Dar el portero más de 4 pasos con el balón, reteniendo, botándolo en el suelo o lanzándolo al aire.
- Un jugador será amonestado y además se castigará a su equipo con golpe franco indirecto.
  - a) Si entra o vuelve a entrar en el terreno de juego para incorporarse o reincorporarse a su equipo después de que el juego comenzó o si abandona el terreno de juego (salvo caso de lesión) durante el partido sin permiso del árbitro.
  - b) Si infringe de forma persistente las reglas del juego.
  - c) Si desaprueba con gestos o palabras la decisión del árbitro.
  - d) Si se muestra culpable de conducta incorrecta.
- Un jugador será expulsado y además se castigará a su equipo con golpe franco indirecto:
  - a) Si según el árbitro, ha actuado con conducta violenta o brutalidad.
  - b) Si actúa con propósitos injuriosos o groseros.
  - c) Si después de haber recibido una amonestación se muestra culpable de conducta incorrecta.
- El tiro o saque libre puede ser de dos tipos, directo o indirecto. En el directo se puede marcar un gol directamente mientras que en el indirecto sólo se puede marcar gol si el balón ha sido tocado por un jugador diferente al que lanza la falta. Para lanzar un tiro libre el balón debe estar quieto en el suelo, en el lugar donde se cometió la infracción. Los jugadores del equipo contrario deben estar a 9,15 m del balón hasta que no haya sido jugado.
- El penalty, el cual ya ha sido dicho cuando se concede, se ejecuta desde el punto de penalty. Cuando se ejecute, todos los jugadores, con excepción del portero defensor y quien lo lanza, deben estar a un mínimo de 9,15 m del balón, en el campo de juego y fuera del área de penalty. Mientras se lanza el penalty, el guardameta debe estar quieto en su propia línea de meta, hasta que se golpee el balón. El jugador que lanzó el penalty no podrá tocar el balón otra vez hasta que haya sido tocado por otro jugador. Si un jugador atacante se adelanta, se repetirá el penalty si había sido gol. De no haberse logrado, se concederá saque de meta al equipo defensor. Si un jugador defensor que adelanta se concede tanto si se ha conseguido. De lo contrario se repite el penalty. En el caso de rebote en el poste o larguero, el jugador que lanzó el penalty no podrá volverlo a jugar.
- Cuando el balón traspase la línea de banda, deberá ser lanzado al terreno de juego desde el lugar donde ha salido y por un jugador del equipo contrario. El jugador que efectúa el pase deberá lanzar el balón con ambas manos desde atrás, por encima de la cabeza. El ejecutante no podrá tocar la pelota de nuevo hasta que no haya sido jugada por otro jugador. No se puede marcar directamente un gol con un saque de banda. Si el saque está mal lanzado, tendrá que ser efectuado por un jugador del equipo contrario.
- Se concederá saque de meta cuando el jugador del equipo atacante haya enviado el balón más allá de la línea de meta del equipo defensor, fuera del campo de juego. El saque de meta será efectuado por un jugador del equipo defensor, lanzando el balón fuera del área de meta, hacia el interior del terreno de juego. El balón tiene que pasar el área de penalty directamente al campo de juego y los jugadores del equipo contrario deben estar fuera del área de penalty hasta que se haya lanzado el saque de meta. No se puede marcar gol directamente de saque de meta.
- Se concederá saque de esquina (corner) cuando el jugador del equipo defensor ha enviado el balón más allá de su propia línea de meta, fuera del campo de juego.
- El saque de esquina será lanzado por un jugador del equipo atacante, enviando el balón al campo de juego desde el banderín de corner más cercano al lugar por donde salió aquél. Los jugadores del equipo contrario deberán permanecer a 9,15 m del balón hasta que no haya sido lanzado. Se podrá marcar gol directamente desde saque de esquina.

#### 4.— ACTIVIDADES Y TACTICAS DE JUEGO

##### — Ejercicios de calentamiento:

- Carrera suave con el tronco inclinado hacia delante y los brazos sueltos.
- Desplazamiento en cuadrupedia.
- Carrera suave de espaldas, a una señal medio giro y continuar de frente.
- Con piernas separadas, flexión de tronco cruzando los brazos y extensión llevándolos en cruz.

##### — Ejercicios de formación corporal:

- En tendido supino flexo-extensión de piernas sin apoyarlas en el suelo.
- En tendido prono, brazos extendidos, elevar el tronco.
- Desplazarse en cuclillas.
- En cuclillas, sobre las plantas, extensión brazos de todo el cuerpo.
- Prono con los brazos extendidos, desplazarse hacia delante con impulso de los brazos.

##### — Ejercicios de dominio del balón:

- Saltar el balón, y antes de que caiga al suelo, golpear con el empeine de vuelta a las manos.
- Golpeo de balón con la cabeza y empeine alternativamente sin que toque el suelo.
- Golpear el balón con el muslo y luego alternativamente de uno a otro.
- Intentar mantener el balón sobre la cabeza, pero sin golpearlo.
- Golpear el balón con la cabeza hacia una pared.
- Lanzamiento alto del balón con las manos hacia delante y recepcionarlo con la planta.
- Saque de banda con pasos previos.

##### — Ejercicios de control de balón:

- Amortiguamiento: Reducir la velocidad del balón utilizando para ello cualquier parte del cuerpo.
- Controles orientales: No parar el balón cuando llega a un jugador, sino que debe impulsarlo hacia otro compañero mejor situado. Pases en el suelo y por alto. Pases de balón intercambiando posiciones.
- Controles fintados: El jugador no entra en contacto con el balón, sino que lo sigue en su trayectoria, cubriéndolo y tapándolo.

##### — Ejercicios de toques de balón:

- Golpear el balón con cualquier parte del cuerpo excepto brazos, para impulsarlo, según se aplique. Realizar pases, tiros, despejos, desviaciones, etc. Para impulsar el balón con el pie se emplea la suela, el empeine, el tacón. Para impulsar el balón con la cabeza debe emplearse siempre la frente, o las sienas cuando se pretende peinarlo o cambiar la trayectoria. Nunca se deben cerrar los ojos cuando se va a dar al balón con la cabeza.

##### — Ejercicios de conducción o dribbling:

- Regate, por el que se desborda a un contrario no dejándole tocar el balón y progresando con el mismo.

- Tinto: Son desplazamientos del cuerpo distintos a los del balón, por los que cambiamos de lugar al adversario, haciéndole creer que irá a otro sitio del que ha ido realmente.

— Ejercicios de apoyo:

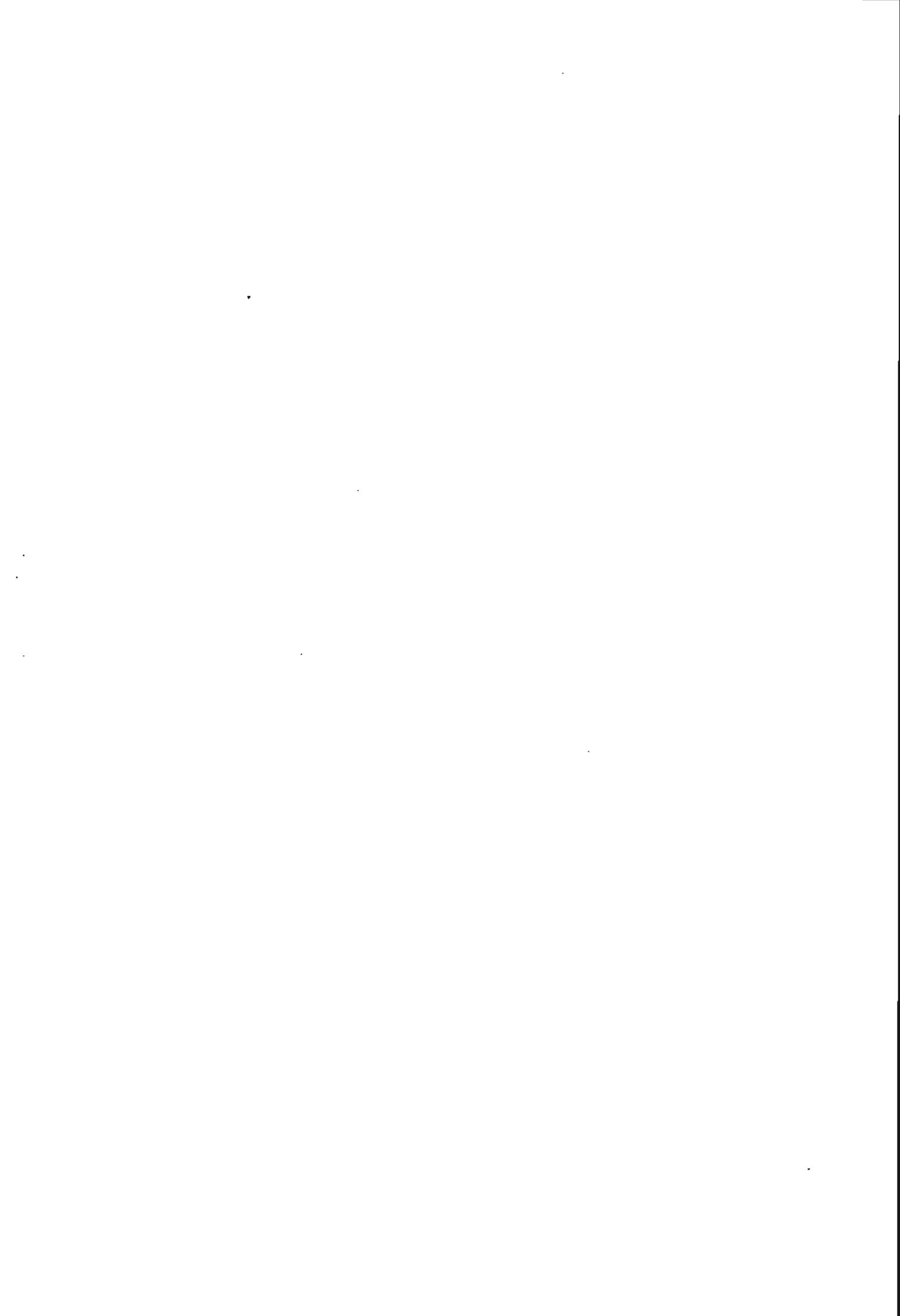
- Jugadas que se realizan para crear espacios libres o para eludir un marcaje a fin de progresar hacia la portería contraria, contando con el apoyo de un compañero. Este puede o no entrar en contacto con el balón.

— Ejercicios de relevos:

- Coger el balón de los pies del compañero, con el fin de cambiar de ritmo, descolocar al contrario o cambiar el sentido de la profundidad. El que releva sale lateralmente al que lleva el balón.

— Ejercicios de parar el balón al portero:

- Colocación.
- Buena recogida del balón (raso, a media altura y alto), despejos, estirados, saques con la mano y con el pie.



# NATACION

## 1.— PILETAS

Las de enseñanza deben ser pequeñas y con una profundidad que permita a los alumnos tocar el fondo con los pies en cualquier parte de la piscina.

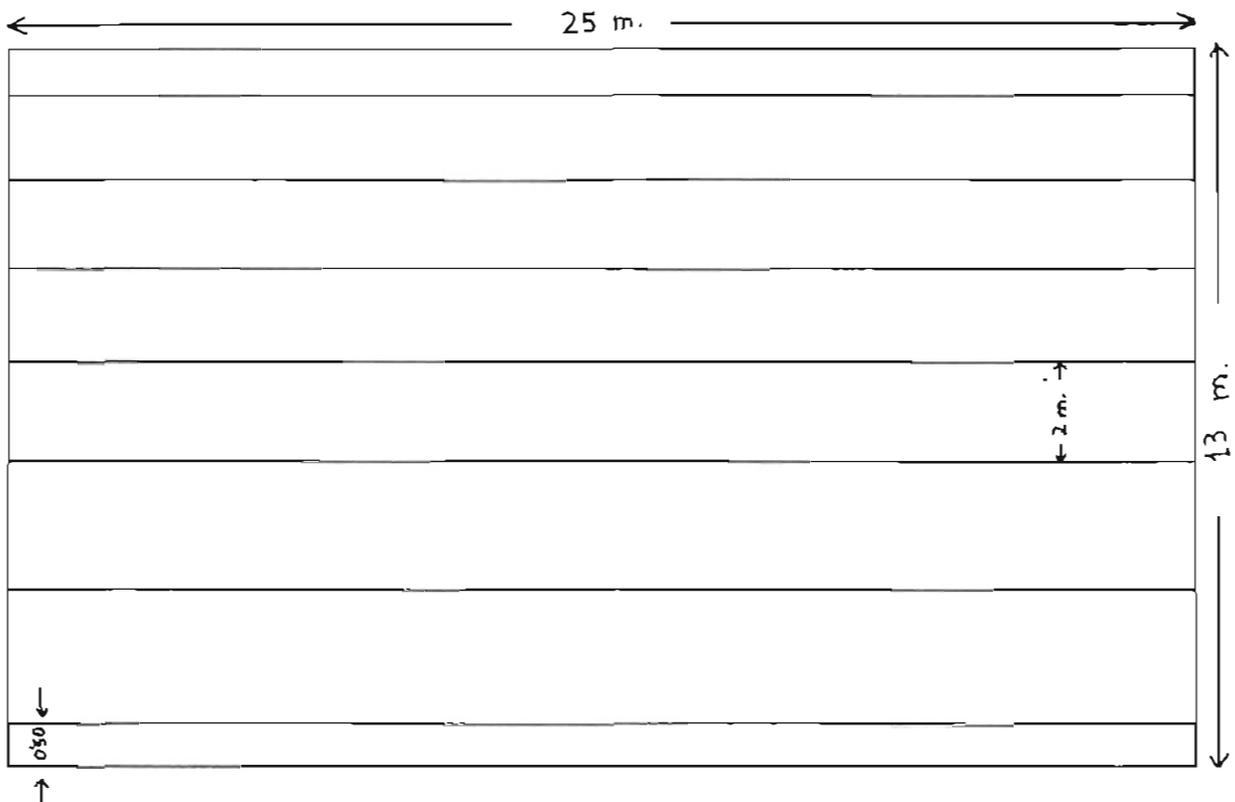
Las dimensiones pueden ser  $11,11\text{ m} \times 5\text{ m}$  ó  $12,50\text{ m} \times 6\text{ m}$ ; es decir,  $1/9$ ,  $1/8$ , etc., de  $100\text{ m}$ , lo que permite fácilmente programar las tareas por distancias recorridas.

Teniendo en cuenta esta premisa fundamental, sobre todo a la hora de tener que acotar espacios en algunas zona de baños (ríos, lagos, etc) estaremos propiciando de cara a los alumnos:

- Una buena percepción del espacio en el que tendrá lugar su acción.
- Una buena adaptación sensorial al nuevo elemento.

Para los alumnos «iniciados» las dimensiones aconsejadas son  $25\text{ m} \times 13\text{ m}$  ó  $50\text{ m} \times 25\text{ m}$ , siendo únicamente estas dos las medidas REGLAMENTARIAS para la homologación de las marcas realizadas por los alumnos.

La denominación de «piscina Olímpica» tiene lugar cuando en la misma se celebraron Juegos Olímpicos. Para que esto pueda suceder es necesario que tenga las dimensiones de  $50\text{ m} \times 25\text{ m}$ .



Se recomienda tener un espacio acotado por corcheras de  $0,50\text{ m}$  junto a cada lado grande de la pileta durante la celebración de competiciones.

El ancho mínimo recomendado para cada calle es de  $2\text{ metros}$ .

## 2.— EL EQUIPO

- Puede estar compuesto por todos los nadadores que reúnan las condiciones que exige el momento determinado.
- En Educación Especial los alumnos trabajados pueden nadar los cuatro estilos; por lo que resultaría muy limitante programar competiciones con sólo distancias muy cortas (50 m, 100 m) o de sólo estilo libre.
- Sólo existe limitación en el número de nadadores, para los Equipos de relevos, que estarán formados por cuatro alumnos.
- En el relevo de 4 × (25, 50, 12, 50, etc.) estilos, el orden será:
  - Espalda (saliendo desde dentro del agua colgado del podium de salidas).
  - Braza (saliendo desde arriba).
  - Mariposa (saliendo desde arriba).
  - Crawl (saliendo desde arriba).
- En el relevo de 4 × (12, 50; 25, 50; etc.) libres, cada alumno podrá nadar al estilo que desee, pero saliendo desde arriba; excepto el primero que puede salir desde dentro del agua colgado del borde si prefiere nadar a espalda. Sin un segundo o tercer, relevista quiere nadar a este estilo, tendrá que saltar desde arriba y una vez en el agua darse la vuelta y seguir nadando de espalda.
- Los últimos relevistas de cada equipo; al terminar, permanecerán dentro del agua sin salir de su calle hasta que lleguen todos los demás. La salida antes de tiempo será motivo de descalificación.

## 3.— NORMAS BASICAS

- Después de tomar la salida, se permite únicamente una brazada submarina en cada uno de los estilos.
- El nado, pues, hay que realizarlo manteniendo al menos el casquete occipital de la cabeza fuera del agua. De desaparecer este durante la prueba intervalos de tiempo superiores a 5 segundos se considerará que se realizó «buceo» en lugar de «nado», con la consiguiente descalificación.
- El toque en la pared para realizar el viraje se tiene que hacer:
  - En los estilos simétricos (brazos y mariposa) con las dos manos a la misma altura.
  - En los asimétricos (crawl y espalda), con una parte del cuerpo, normalmente manos o pies.
- El incumplimiento produce descalificación.
- Si durante el transcurso de una prueba, se saliera un alumno de su calle y pasará a la contigua interfiriendo al alumno de la misma, será descalificado.
- Si una vez que se da cuenta y regresa a su calle sin molestar a nadie y continua la prueba, no será sancionado.
- Si en plena ejecución de una prueba se nota que el estilo empleado no es el de la misma, o simplemente el movimiento de piernas no corresponde al estilo específico de dicha prueba, se incurre en descalificación.
- Sólo en la prueba de «libre» se podrá emplear el estilo o mezclas de estilos deseados.
- Al término de cada prueba los alumnos esperarán la llegada del último participante antes de salir.

#### 4.— METODOLOGIA DE LA ENSEÑANZA

En este orden:

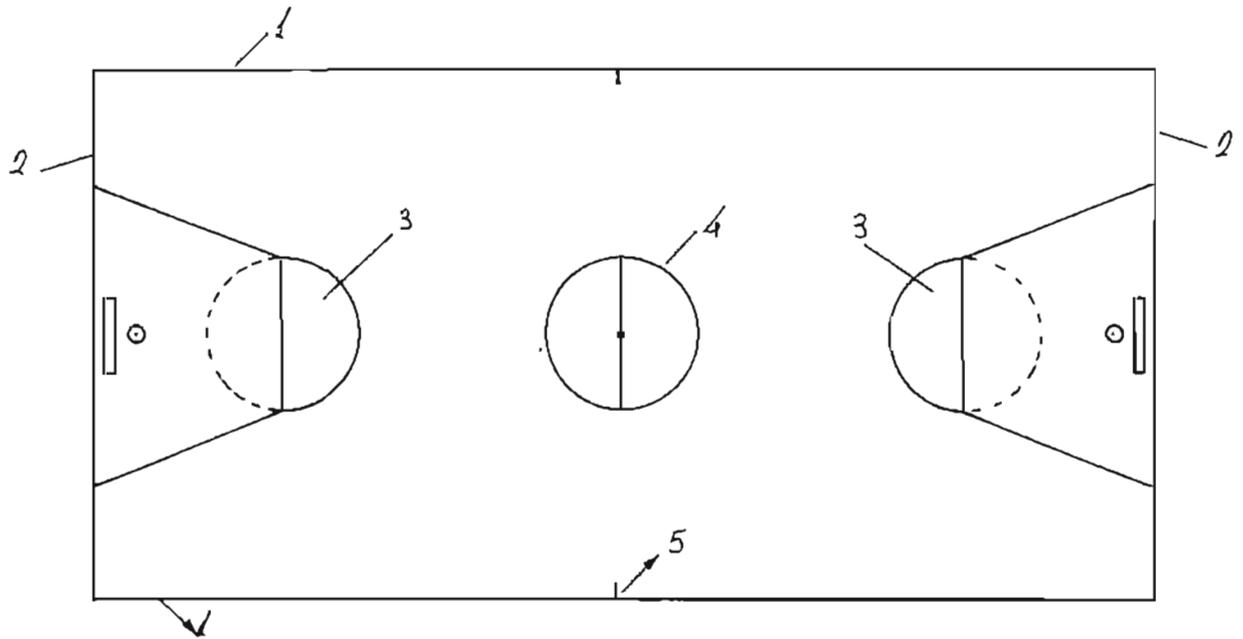
- 1º Juegos, saltos, inmersión que propicien la adaptación sensorial (ejem.: abrir ojos debajo del agua, etc.).
- 2º Flotaciones de frente.
- 3º Flotaciones de espalda.
- 4º El paso de flotar de frente a flotar de espalda. (Uno del eje longitudinal).
- 5º Movimientos específicos de pies.
- 6º Movimientos aislados de brazos. (Para conseguir disociar las actitudes de brazos y pies).
- 7º Durante estas prácticas, eliminar cualquier movimiento añadido que aparezca (sincinesias).
- 8º Nados en equilibrio dinámico.



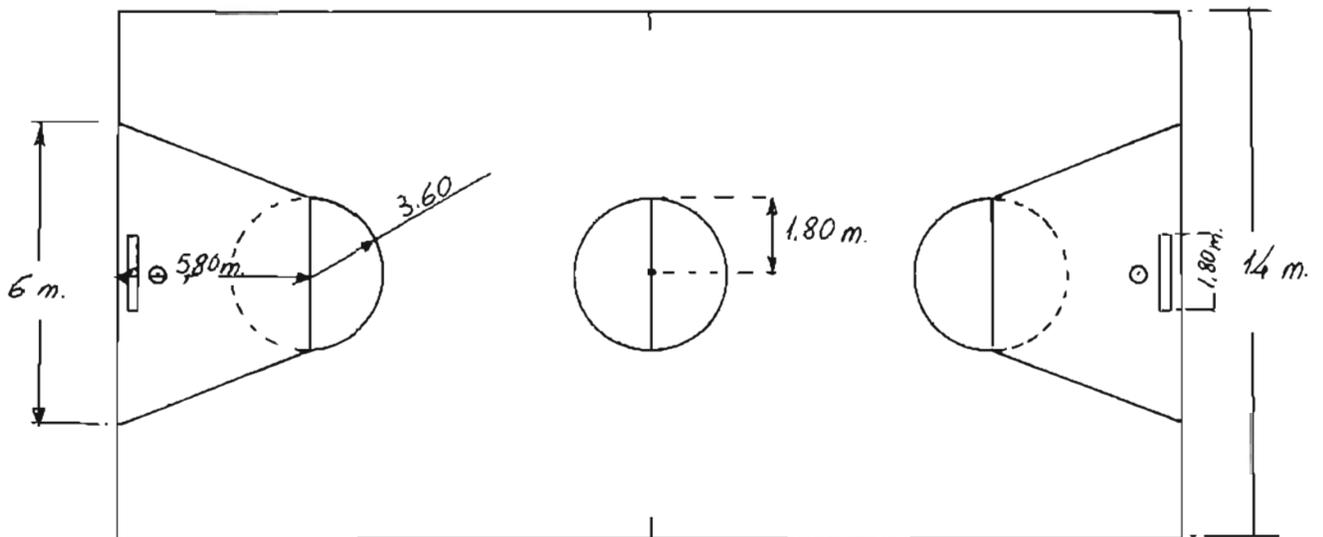
# BALONCESTO

## 1.— EL TERRENO DE JUEGO

— Dimensiones: Superficie de 26 m de largo por 14 m de ancho, medidas desde el borde interior de las líneas de demarcación. Están prohibidos los terrenos de hierba.



- 1.— Líneas laterales.
- 2.— Líneas de fondo.
- 3.— Líneas de tiro libre.
- 4.— Círculo central.
- 5.— Punto central de las líneas laterales.



Las líneas longitudinales del campo se denominan líneas laterales, y las que limitan el ancho, líneas de fondo.

El círculo central tendrá un radio de 1,80 m.

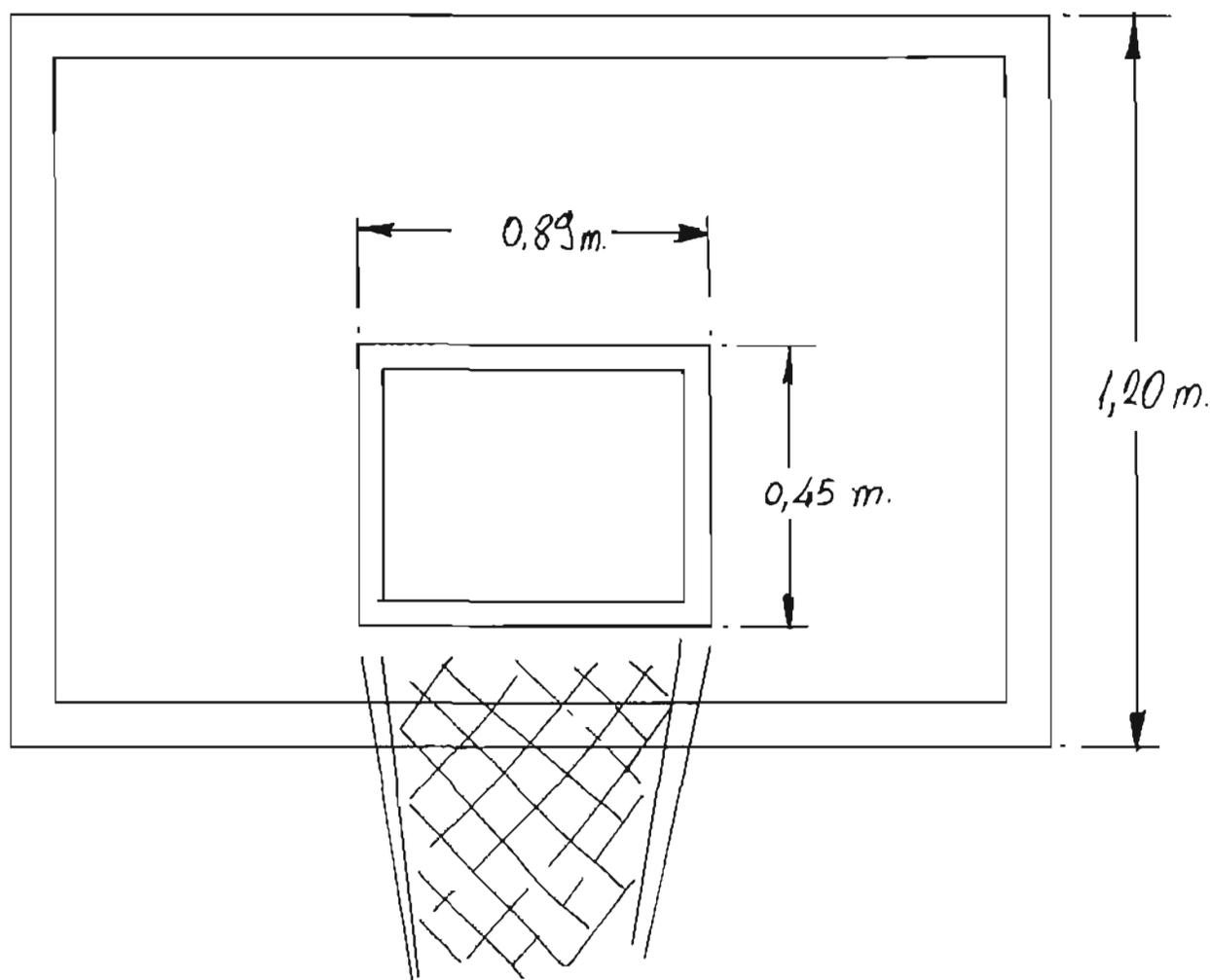
Hay una línea de tiro libre en cada parte del campo, paralelas a cada línea de fondo. Tendrá una longitud de 3,60 m y se encuentran a una distancia de 5,80 m de la línea de fondo.

Todas las líneas tendrán una anchura de 5 cm, salvo la línea de punto central de las líneas laterales, cuya anchura será de 10 cm.

- Cada uno de los tableros estará hecho de madera dura de un espesor de 3 cm, o de un material transparente adecuado, con unas dimensiones de 1,80 m de lado horizontal y 1,20 m de lado vertical. La superficie se marcará así: Se centra un rectángulo tras el arco, marcado por una línea de 5 cm de ancho. El rectángulo tendrá unas dimensiones exteriores de 59 cm de lado horizontal, 45 cm de lado vertical. El borde superior de la franja inferior de dicho rectángulo estará al mismo nivel del aro.

Los cestos constarán de unas redes de cuerdas blanca, suspendidas de aros de hierro de 45 cm de diámetro interior, pintados de color naranja. Las redes tendrán una longitud de 40 cm.

El balón tendrá una circunferencia de 75 a 78 cm y su peso será de 600 a 650 gramos.



## 2.— EL EQUIPO (Jugadores y participantes)

- Cada equipo está compuesto por cinco jugadores, uno de los cuales será el capitán.
- Cada equipo puede tener 7 suplentes.
- Cada jugador llevará en el frente y la espalda de su camiseta un número, no pudiendo los jugadores de un mismo equipo llevar números duplicados.
- Los jugadores pueden abandonar el terreno de juego con permiso del árbitro.
- El capitán es el representante de su equipo y dirige su juego. Puede dirigirse a los árbitros para obtener información, interpretar, etc., siempre en forma cortés. Ningún otro jugador podrá dirigirse a los árbitros.

## 3.— REGLAS DE JUEGO

- Consiste en un juego en que dos equipos se enfrentan intentando introducir el balón en el cesto (canasta) del equipo contrario, jugando el balón con la mano. El balón puede ser pasado, tirado, golpeado, robado o botado en cualquier dirección.
- Duración del partido: En adultos el partido dura dos tiempos de 20 minutos, con un descanso de 10 minutos. En niños el partido constará de dos tiempos de 15 minutos, con un descanso de 10 minutos.
- El partido comienza cuando el árbitro lanza el balón al aire en el círculo central. En la segunda parte se cambian los equipos el terreno de juego.
- Se marca cesto cuando el balón entra por la parte superior del mismo. Cada cesto vale dos puntos, salvo cuando se consigue por medio de «tiro libre» que cuenta un punto.
- Los jugadores atacantes no pueden tocar o coger el balón mientras está cayendo hacia el cesto y éste sobre el nivel del mismo, hasta que toque el aro o el tablero. Tampoco pueden tocar el cesto del equipo contrario mientras el balón esté tocando el aro.
- El jugador defensor no puede tocar después de que el balón ha comenzado a caer, después que el atacante ha lanzado a cesto desde la pista y mientras la totalidad del balón está sobre el nivel del aro. Esto se aplica a tiro a cesto pero no a remate. El jugador defensor no debe tocar el balón ni el cesto ni el tablero mientras el balón está tocando el cesto o esté dentro de él, ni puede tocar a la vez el balón y cesto al mismo tiempo, ya que aunque no entre el balón se considerará canasta.
- Tras haberse logrado un cesto, el equipo al que se le ha marcado el cesto saca el balón desde cualquier punto fuera de la línea de fondo de su parte del terreno de juego.
- Tiempos muertos: Se podrá conceder dos tiempos muertos legales a cada equipo durante cada tiempo.
- Reanudación del juego:
  - Después de un tiempo muerto sacará cualquier jugador del equipo que tenía el balón en el momento de producirse el tiempo muerto. Si ningún equipo tenía el balón se produce un salto entre dos (balón al aire).
  - Después de una falta, el balón se pone en juego dejándolo a disposición del equipo al que se hizo la falta.
- Un jugador sustituye a otro, cuando tras la indicación oportuna lo permite el árbitro, no pudiéndose perder en cada sustitución más de 20 segundos.
- El balón siempre se juega con las manos, no pudiéndose jugar con el pie o con el puño.
- Lanzar el balón de banda constituye una violación.

- No se puede realizar un segundo regate después de haber realizado uno completo. El efectuar un segundo regate constituye una violación.
- Pivotar consiste en que un jugador en posesión del balón desplaza un pie o una o varias direcciones, manteniendo el otro (pie de pivote) sobre un punto de contacto con el suelo.
- Límites de avance con el balón, pasados los cuales se produce una violación.
  - Puede pivotar tras recibir el balón, estando parado.
  - Jugador que en movimiento recibe el balón puede ejecutar un ritmo de dos tiempos para detenerse o para desprenderse del balón.
  - Jugador que estando parado recibe el balón o se detiene estando en posesión del mismo debe desembarazarse del balón antes que sus pies toquen otra vez el suelo, y no podrá levantar el pie pivote al comenzar un regate antes de que el balón deje sus manos.
- Se produce «balón retenido» cuando dos jugadores de equipos opuestos tiene una o dos manos cogiendo el balón o cuando se produce balón retenido se lanza el balón al aire entre dos jugadores intervinientes en la jugada.
- Ningún jugador puede estar más de tres segundos en el «área restringida» del equipo contrario comprendido entre la línea de fondo y el borde más alejado de la línea de tiro libre teniendo el balón alguien en su equipo.
- Cuando un equipo tiene el balón ha de efectuar el tiro al cesto dentro de un período de 30 segundos. La nueva cuenta comienza después que el balón ha salido fuera de banda tras arrebatárselo al contrario o bien después de rebotar en el aro o tablero.
- Constituye violación el hecho de lanzar el balón a un contrario a propósito.
- Durante todo el partido y período extra el equipo atacante hará llegar el balón a su pista delantera dentro de los 10 segundos siguientes al momento de tener el balón, no pudiendo retroceder el balón a su parte trasera.
- «Violación» es una infracción de las reglas que se penaliza con pérdida de balón.
- «Falta» es cuando la violación implica contacto personal con la adversario o conducta antideportiva, penalizándose y registrándose contra el infractor.
- Cuando se señale una violación el balón queda muerto, sacando el contrario de banda en el punto más cercano al que se produjo la infracción.
- Cuando se señale una falta, se toma nota del número del jugador infractor. Si la falta es cometida a un jugador que no está en acción de tirar a cesto, se sacará de banda (como en la violación). Si la falta es cometida a un jugador en acción de tirar a cesto y ésta se consiguiera se dará por válido, pero si el cesto no se consigue, se lanzarán tres tiros libres como máximo, contra la cesta del infractor. El tiro se lanza desde una posición directamente detrás de la línea de tiros libres.
- Cuando se señale falta personal y se conceden tiros libres el jugador al que se le ha hecho la falta será quien ejecute los lanzamientos.
- Cuando se señale falta técnica el tiro libre (cometidas por el entrenador a sustitutos o jugador) será ejecutado por cualquier jugador adversario.
- Al lanzar tiro libre, los jugadores, tienen derecho a tomar las siguientes posiciones:
  - Dos jugadores contra quienes se lanza el tiro, en los dos lugares más próximos al cesto.
  - Los otros jugadores tomarán posiciones alternas.
  - Los demás jugadores pueden tomar cualquier posición a condición de que no molesten ni dificulten al jugador que lanza el tiro libre, no se mueven de sus posiciones antes que el balón toque el aro, cesto o tablero, no ocupen los lugares en el pasillo de tiro libre próximo a la línea de fondo.

- En los tiros libres que siguen a las faltas técnicas (cometidas por entrenadores, sustitutos o jugadores) los jugadores no se situarán a lo largo del pasillo de tiro libre.
- Si se falta el último tiro libre, el balón sigue en juego. Si el balón no toca ni el aro ni el tablero y sale fuera de banda, será puesto en juego por el equipo adversario desde la línea lateral. Si el balón, sin tocar el aro cae dentro del terreno de juego, se saca por el equipo adversario desde la línea lateral a la altura de la línea de tiro libre.

#### 4.— ACTIVIDADES Y TACTICAS DE JUEGO

##### — Ejercicios de calentamiento:

- Carrera suave por el terreno.
- Carrera con dos zancadas largas y una corta.
- Botes con circundaciones de brazos.

##### — Ejercicios de fortalecimiento:

- Abdominales.
- Piernas.
- Brazos.
- Flexibilidad.
- Lumbares.

##### — Ejercicios de dominio del balón:

- Pasar el balón alrededor de la cabeza y cintura.
- Hacer ochos alrededor de las piernas.
- Pasarse el balón de una mano a otra por encima de la cabeza.
- Pasar el balón entre las piernas andando.
- Lanzar el balón verticalmente y volverlo a coger.

##### — Ejercicios de asimilación del gesto:

- Agarre el balón: Con dos manos, una a cada lado, dedos separados, pulgares hacia dentro de arriba. Las palmas de las manos no tocan el balón. Agarrar con fuerza, pero con rigidez.
- Posición fundamental: Pies bien apoyados en el suelo, peso del cuerpo ligeramente en la parte anterior del pie, un pie más adelantado, rodillas flexionadas, tronco ligeramente arqueado hacia delante, cabeza levantada, brazos flexionados y palmas de las manos hacia arriba.
- Pases: Deben ser con rapidez, fuerza y paralelos al suelo. El balón se pasa entre la cintura y el pecho del compañero.
- Tiro: Cierre de la mano de tiro ligeramente adelantado. Lígera flexión de piernas y simultáneamente elevación del balón por encima de la cabeza y a un lado la mano de tiro debajo del balón, la otra la sujeta lateralmente. Extensión de pierna y lanzamiento de balón, que se produce mediante la extensión de brazo y quiebro de muñeca. El brazo queda extendido hacia la canasta, el balón sale por los tres dedos centrales. El movimiento se debe realizar lo más continuo posible y sin detenciones.

##### — Balón en juego en posición del equipo contrario:

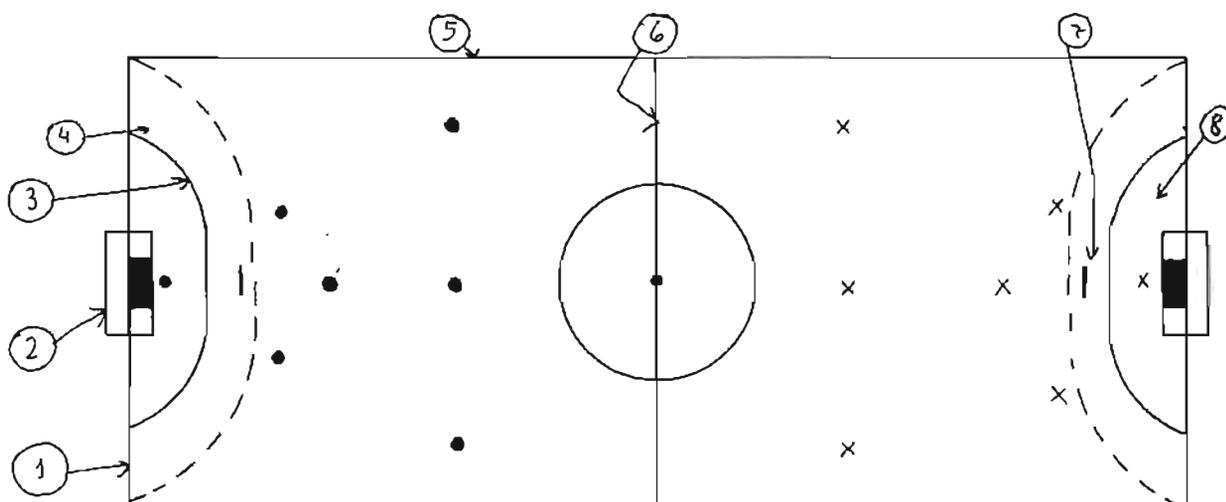
- Posición de defensa al hombro: Colocarse delante del atacante sea cual sea su posición.

- Posición de defensa por zonas: Defensa de espacios de terreno por parte de cada uno de los jugadores, intentando impedir la penetración de los contrarios hacia la canasta propia.
- Balón en juego en posición del propio equipo:
- Ataque a una defensa al hombre.
  - Ataque a una defensa por zonas.
- Tácticas de defensa durante el juego:
- Pressing: Variante de la defensa al hombre, realizada en toda la cancha.
  - Defensa al hombre con balón.
  - Tapón: Saltar con los brazos levantados colocados delante del atacante, en el momento en que éste se dispone a lanzar a canasta, intentando desviar la trayectoria del balón.
- Tácticas de ataque durante el juego:
- Contraataque.
  - Bloqueos: Liberar a un compañero de la vigilancia de su defensor. El jugador que libera es el que porta el balón y, normalmente se realiza entregando el balón al jugador que se quiera liberar y marcando en dirección a él o a otro.
  - Pantallas: Para liberar a un compañero de la vigilancia a que es sometido. El jugador que realiza la pantalla se coloca entre el compañero que quiere liberar y el contrario que lo marca.
  - Desmarque.
  - Fintas: Movimientos del atacante para engañar al defensor. Se avanza con el balón protegido en el lado de la pierna adelantada, acercada al jugador contrario y cambiando rápidamente de mano el balón, pasar por el otro lado del jugador defensor.
  - Tiros: Los tiros deben tener las siguientes cualidades: Suavidad, efecto, altura.
- Tipos de tiros: estático, en suspensión, en bandeja (entrando botando de lado), de gancho (de posición lateral, lanzar el balón por encima de la cabeza).

# BALONMANO

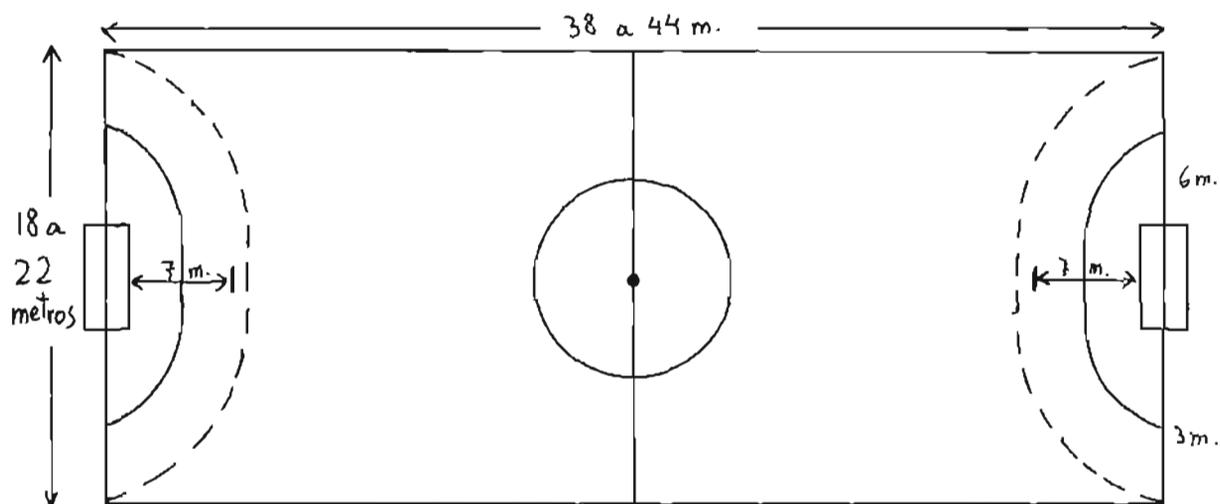
## 1.— EL TERRENO DE JUEGO

- Dimensiones posibles: Para mayores y juveniles de 38 a 44 m de largo y 18 a 22 m de ancho; y para infantiles de 26 a 32 m de largo y 14 a 26 m de ancho. Las dimensiones pueden escogerse libremente, pero deberá siempre ser el ancho la mitad de la longitud del terreno de juego.

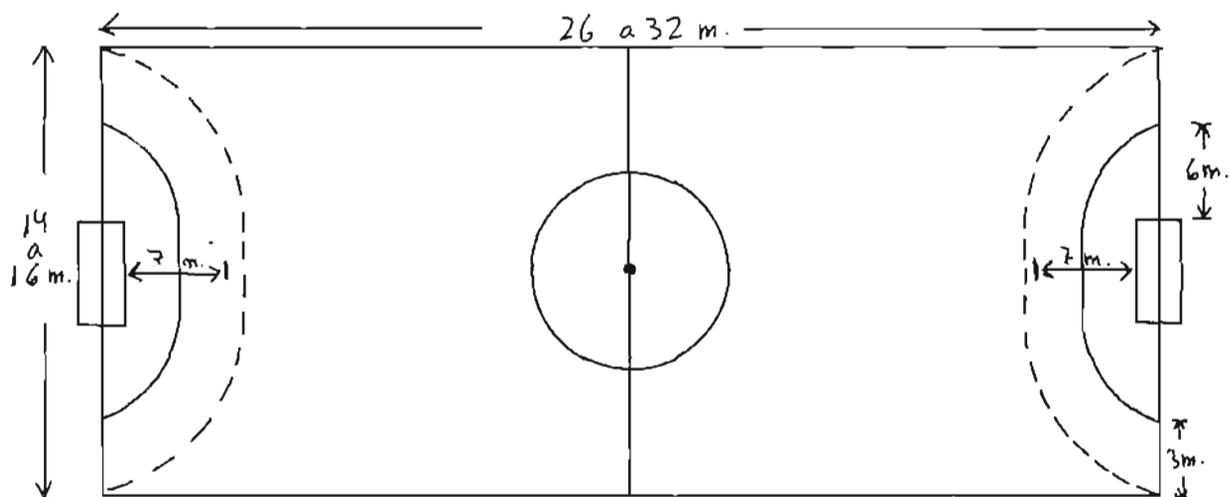


- 1.— Línea de portería.
- 2.— Portería.
- 3.— Línea de área de portería.
- 4.— Línea de golpe franco.
- 5.— Línea de banda.
- 6.— Línea media.
- 7.— Línea de penalty.
- 8.— Área de portería.

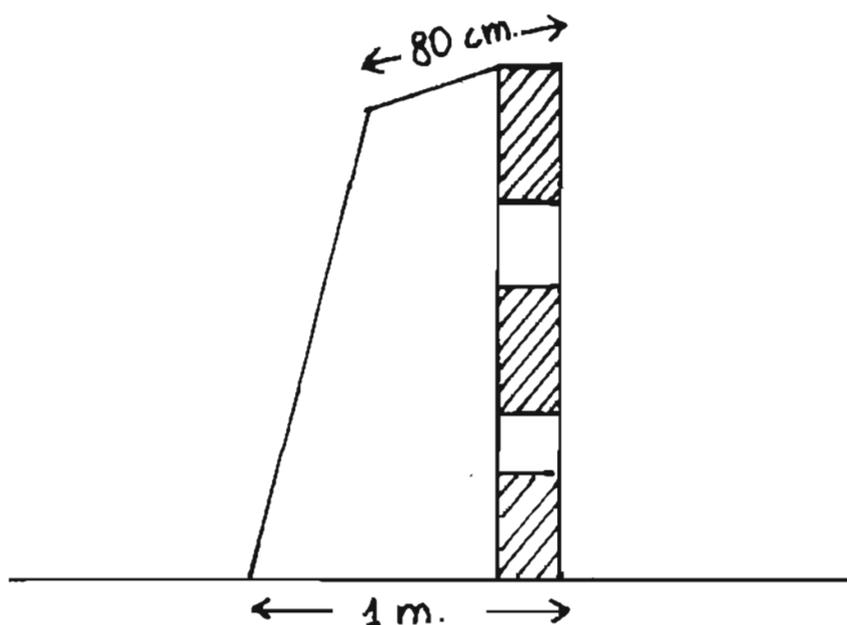
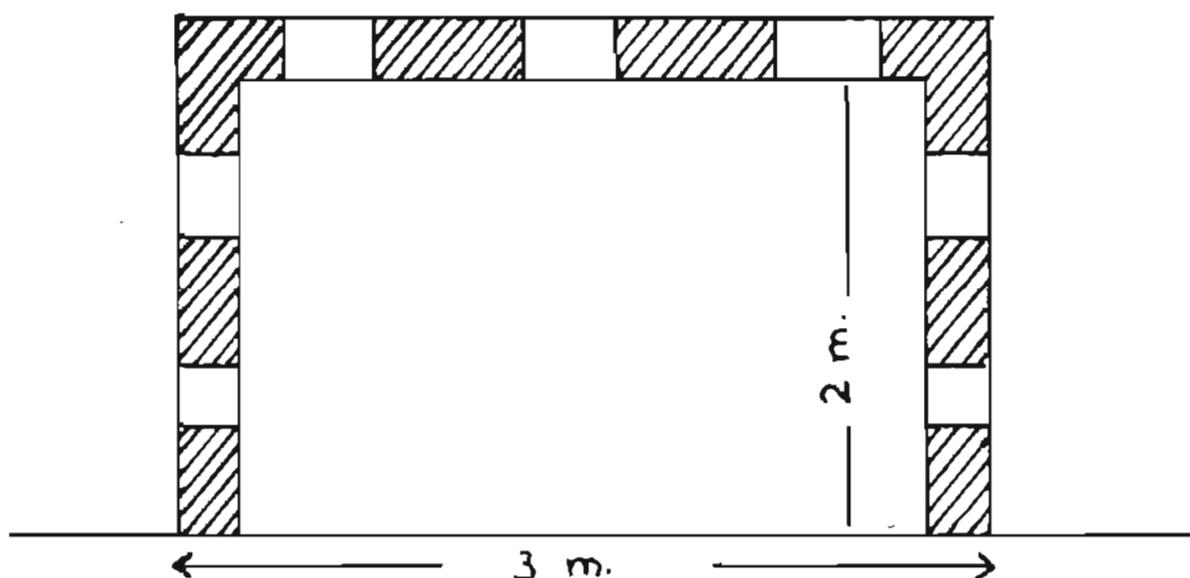
Dimensiones para mayores y juveniles.



Dimensiones para infantiles.



- En el centro de cada línea de portería situada la misma, formada por dos postes verticales equidistantes de los extremos de la línea, separados entre sí por una distancia de 3 metros y unidos por un larguero horizontal a una altura de 2 metros. La profundidad de la portería de 50 centímetros en su parte superior y de un metro en la inferior.



La línea de área de portería es  $1/4$  de circunferencia de 6 metros de radio, situada a 6 metros de la portería, y que determina el área de portería.

La línea de golpe franco se marcará con trazos discontinuos por fuera de la línea de área de portería, paralela a esta, a una distancia de 3 metros. Cada trazo debe medir 15 cm y estar separados entre sí 15 cm.

A 7 metros del centro de cada portería se marcará una línea de 1 metro de largo llamada de penalty.

Los centros de las líneas de banda se miran por otra perpendicular a ellas, llamada línea media o central.

## 2.— EL EQUIPO (Jugadores o participantes)

- El número de participantes puede ser de 11 ó de 7, si bien esta es la forma más extendida.
- Uno de los jugadores es el guardameta o portero, dos son defensas, un volante y tres delanteros. Además hay tres suplentes.
- Deberá haber al menos cinco jugadores por equipo para poder comenzar el partido.
- Para poder salir o entrar del encuentro un jugador, debe anunciarlo al árbitro. No puede entrar un nuevo jugador sin salir otro.
- Cuando un jugador sea expulsado, no podrá ser sustituido por otro.
- Los jugadores de un mismo equipo deberán ir con el mismo equipo, salvo el portero que debe ir vestido de otra forma. El calzado a utilizar será sin tacón y ligero.
- El portero puede parar el balón con cualquier parte de su cuerpo. El portero puede salir de su área sin el balón, pero no puede hacer con él.

## 3.— REGLAS DE JUEGO

- Consiste en jugar el balón con la mano, para meter goles en la puerta del equipo contrario.
- El árbitro sortea al principio, en presencia de los capitanes, la elección del campo o saque. El saque debe efectuarse en el centro del terreno, tras indicación del árbitro, mientras los jugadores deben estar situados en su campo respectivo, a tres metros de la línea central. No puede lograrse un tanto directamente de saque inicial. Después del descanso se debe cambiar de campo.
- Duración del partido: Dos tiempos de 30 minutos en adultos, de 25 minutos para juveniles y femeninos y de 20 minutos para infantiles. Tras el descanso, los equipos cambiarán de campo, y el saque lo hará el contrario al que lo efectuó al comienzo del partido. El tiempo perdido en interrupciones de juego debe recuperarse. Los descansos son de 10 minutos.
- Se permite: Tirar, golpear, lanzar, empujar con el puño, parar o coger el balón con manos, brazos, cabeza, tronco, muslos y rodillas; dar tres pasos como máximo con el balón durante 3 segundos; cambiar de mano en el bote continuado; llevar el balón de una mano a otra; parar el balón con una o ambas manos y cogerlo después; jugar al balón estando sentado, tumbado o de rodillas; quitar el balón de las manos del contrario, en cualquier dirección, con la mano abierta; cerrar el paso al contrario con el cuerpo.
- Se prohíbe: Tocar más de una vez el balón, sin que éste haya tocado a otro jugador, suelo o portería; tocar el balón con las piernas (por debajo de la rodilla) o los pies; arrojarse encima del balón; jugar fuera de las líneas del terreno de juego; arrebatarse el balón al contrario con una o dos manos o golpear el balón cuando lo tenga entre manos; cerrar el paso con los brazos, con las manos o con las piernas; sujetar, abrazar o empujar al contrario; arrojar intencionadamente el balón contra un contrario; emplear el puño para quitar el balón al contrario; obstruir el paso al contrario con los brazos, manos o piernas.
- El balón tendrá una circunferencia de 50 a 60 cm y un peso de 425 a 475 gramos para mayores y juveniles y de 54 a 56 cm y de 325 a 400 gramos para infantiles y equipos femeninos.
- Cuando se incurre en falta grave en propio campo, se penaliza con tiro a 7 metros (penalty). Si dos jugadores caen con el balón, y éste se halla inmovilizado por los mismos, no incurriendo en falta, se hará un saque de árbitro.
- Dentro del área de puerta o de portería sólo puede estar el portero. Si otro jugador penetra dentro del área es falta y se condena, según los casos, de la siguiente forma: Si se trata de un atacante, golpe franco; penalty cuando el defensor entra en el área con intención de defender ésta, y golpe franco en los demás casos. No hay penalización en los casos en que se entra en el área tras lanzar el balón.
- Si se envía el balón a la propia área, según los casos, la penalización será la siguiente: si

entra el balón en la portería, el gol es válido; si toca el balón el portero, penalty; en los demás casos, golpe franco.

- Si efectúa saque de banda cuando salga el balón fuera del campo, rebasando las líneas de banda. Se efectúa el saque del mismo sitio por donde salió el balón. Se saca desde fuera de la línea lateral, lanzando el balón por encima de su cabeza con las manos, sin levantar los pies del suelo. Si al sacar se consigue gol directamente, éste no es válido.
- El saque de esquina se saca después de que un defensor, salvo el portero a tocado el balón y éste ha traspasado la línea de portería. Si se consigue gol desde la esquina al sacar, éste es válido.
- Se sacará de portería cuando el balón al traspasar la línea de portería había sido tocado por última vez por el portero defensor o por cualquier atacante. Si se obtiene gol desde saque de portería directamente, no es válido. Al sacar de puerta, los contrarios deben situarse más allá de la línea de golpe franco.
- El penalty o castigo a 7 metros, se produce en los siguientes casos: cuando, infringiendo las reglas se impide una ocasión clara de gol; cuando el jugador entra en su área de puerta con idea de defender; cuando se envía con intención el balón al propio portero; cuando el portero lleva el balón a su área de portería.
- El golpe franco es el tiro contra el equipo infractor ejecutado desde el lugar donde se cometió la falta, y se lanza permitiéndose levantar un solo pie en el momento de ejecutar el golpe franco, en los siguientes casos: entrada y salida antirreglamentaria de los jugadores, saque inicial antirreglamentario, en faltas cometidas al jugar el balón, comportamiento incorrecto con los adversarios, faltas cometidas por los jugadores en el área de puerta, saque de banda, de puerta o de esquina antirreglamentario, comportamiento irregular de los atacantes con ocasión de un saque de puerta, golpe franco antirreglamentario, tiro de castigo a 7 metros antirreglamentario, comportamiento antideportivo.
- Al lanzar el golpe franco puede conseguirse gol directamente, pudiendo lanzarse en cualquier dirección; los jugadores del equipo contrario pueden colocarse o defender a lo largo de la línea de puerta, no pudiendo los atacantes rebasar la línea de golpe franco.
- El penalty o castigo a 7 metros se efectúa desde la línea correspondiente sin poder levantar más de un pie al lanzar, lanzándose directamente a portería no pudiendo haber entre las líneas de portería y golpe franco otro jugador más que el lanzador. El portero, mientras se lanza este castigo, puede moverse libremente, pero sin acercarse a más de 3 metros de la línea de penalty. Se lanza este castigo con los siguientes casos: juego brutal de un jugador en su propio campo, cuando se impide, infringiendo las reglas, una clara ocasión de marcar gol en su portería, cuando el defensor entra en su área de puerta con intención de despejar el peligro, cuando se le envía con intención el balón a su portero, cuando el portero lleva el balón desde fuera a su propia área.

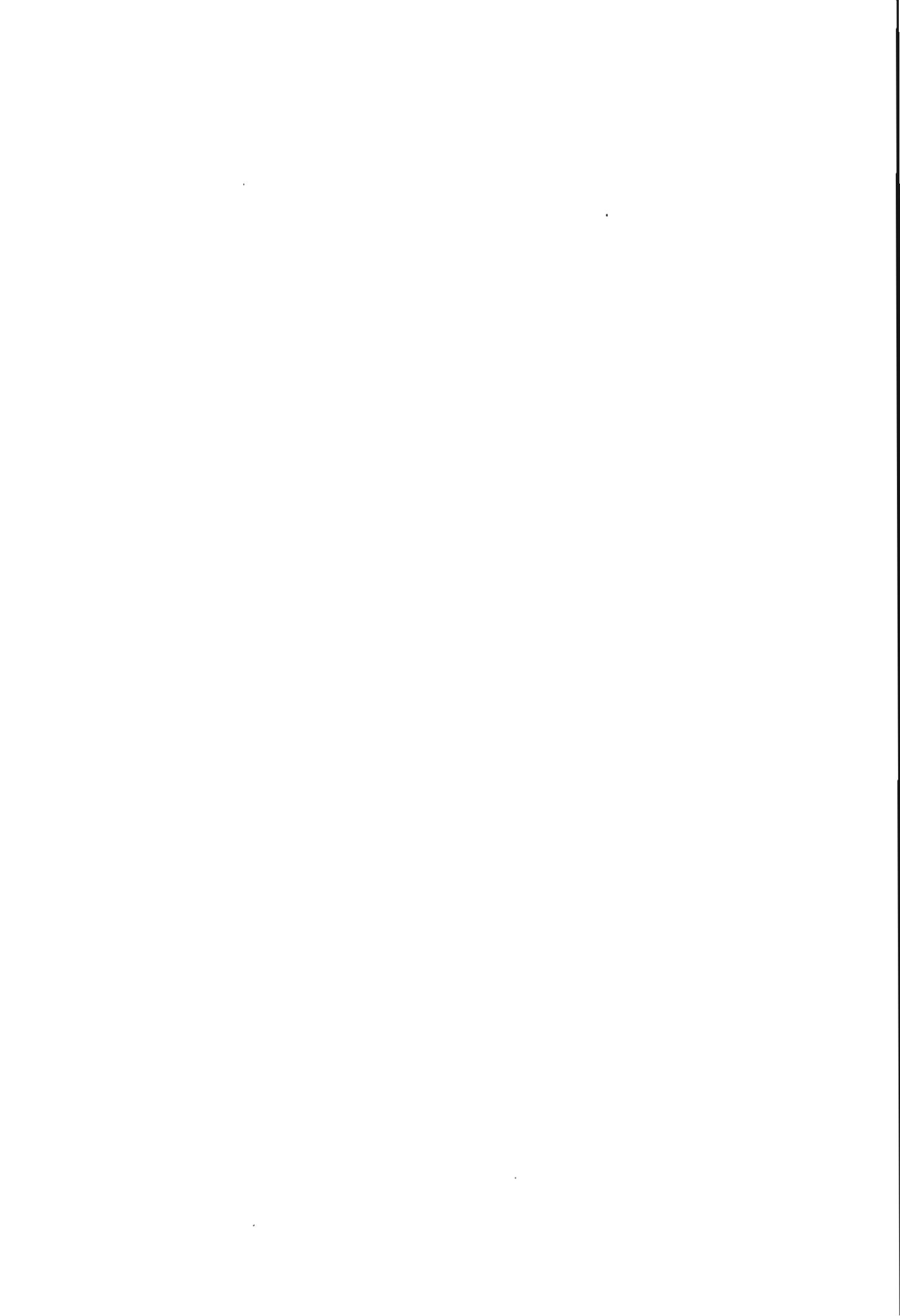
#### 4.— ACTIVIDADES Y TACTICAS DE JUEGO

- Ejercicios de calentamiento:
  - Carrera suave por la cancha.
  - Carrera con circundación de brazo.
  - Flexión de tronco.
- Ejercicios de formación corporal:
  - Tendido supino, subir y bajar piernas sin tocar el suelo.
  - Saltar a otro compañero en posición de puente.
- Ejercicios de dominio del balón:
  - Pasar el balón de una mano a otra escurriéndola entre los dedos.

- Bote alto de balón sin desplazamiento.
  - Bote bajo de balón con desplazamiento.
  - Balón sujeto con una mano y la palma hacia abajo, soltarlo y tocarlo antes de que toque el suelo.
  - Recepciones y pases de balón en triángulo.
  - Recepciones y pases de balón en abanico, sin movimiento.
  - Botar el balón con desplazamiento, continuar tres pasos y parar.
  - Tiros a portería.
- Coger balones, abarcando la mayor superficie posible, cómodamente y sin rigidez. Las yemas de los dedos ejercerán una leve presión sobre el balón, asegurando el acoplamiento. El balón debe descansar sobre la zona palmar de las manos. La cara palmar no debe tocar el balón.
- Posiciones fundamentales de base:
- Posición estática: Cabeza erguida con normalidad. Tronco ligeramente inclinado sobre la pierna adelantada. Piernas ligeramente flexionadas y separadas teniendo adelantada la contraria al brazo ejecutor. Pies en total contacto con el suelo. Brazos semiflexionados, ligeramente flexionados del cuerpo en actitud de recibir el balón con las manos extendidas.
  - Posición dinámica sin desplazamiento: Cabeza alta, tronco erguido y sin rigidez. Las piernas en suspensión alternativa continuada. Brazos ligeramente flexionados, preparados para el desplazamiento y recepción del balón. Peso del cuerpo repartido entre las dos piernas.
- Desplazamientos:
- Frontales, para progresar hacia portería para ganar una situación favorable.
  - Hacia atrás: Para recuperar la situación de principio previamente asignada.
  - Laterales.
- Bote de balón: Para progresar en el espacio libre cuando la distancia a recorrer sea mayor de 3 pasos, para evitar la retención del balón, para alejarnos del aparente directo y para serenar el juego. Será vertical u oblicuo, según el jugador esté estático o en desplazamiento.
- Pase de balón: Se realizará sobre el compañero mejor situado, con potencia, sin mirar al posible receptor.
- Recepción de balón, extendiendo horizontalmente los brazos hacia el balón con manos y dedos abiertos y sin rigidez; antes de tomar contacto con el balón se flexionarán los brazos acompañando el mismo en su recorrido.
- Finta: Son los gestos técnicos para tratar de inducir al adversario a que reaccione realizando un movimiento previsto de antemano, del cual tratamos de aprovecharnos adquiriendo una ventaja.
- Lanzamientos a portería: Es la finalidad principal del jugador en ataque, para lo cual debe dominar y conocer la mayor cantidad posible de tiros (en apoyo, en suspensión, en rectificado, en caída, etc.).
- Posible fundamental de la defensa: Tronco ligeramente inclinado hacia adelante. Una de las piernas ligeramente adelantada. Los brazos más abiertos que en la posición ofensiva, pero sin separarlos excesivamente del tronco. Manos abiertas con cara palmar mirando al objetivo.
- Posible fundamental de la defensa: Tronco ligeramente inclinado hacia adelante. Una de las

piernas ligeramente adelantada. Los brazos más abiertos que en la posición ofensiva, pero sin separarlos excesivamente del tronco. Manos abiertas con cara palmar mirando al objetivo.

- Desplazamientos: Con el objetivo de impedir o al menos retardar la progresión del oponente y la portería, con la pierna del lado en que el jugador lleva el balón, siempre adelantada. Serán frontales hacia atrás o laterales según el desplazamiento del contrario.
- Marcaje al contrario: Se realizará tanto si lleva como si no lleva el balón, buscando la anticipación a su movimiento. Siempre de cerca, interceptando su trayectoria y procurando no dejar un pasillo por el que se puede penetrar
- Blocaje del balón: Posiciones del defensor para cortar la trayectoria del balón.

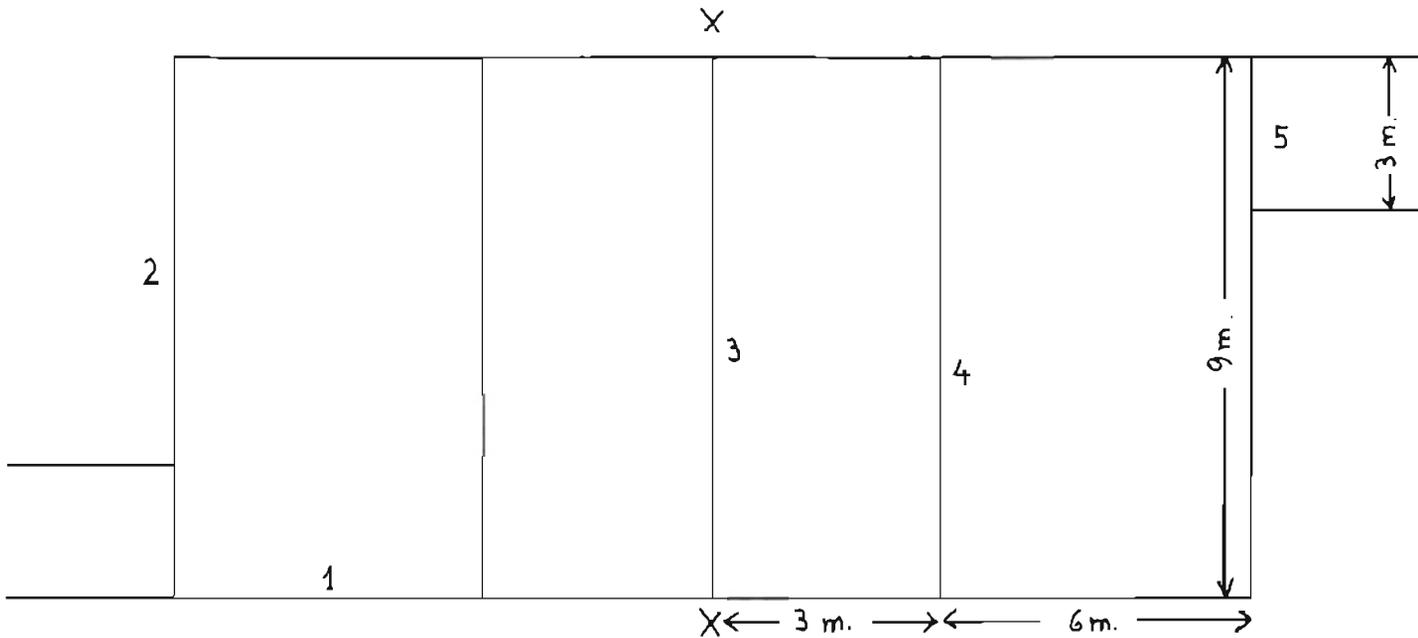


# VOLEIBOL

## 1.— EL TERRENO DE JUEGO

Debe de ser de 18 m de longitud por 9 m de anchura. Las líneas marcadas sobre él para delimitación deben de tener 5 cm de anchura.

Está delimitado por dos líneas laterales (que marcan la longitud) y dos líneas de fondo (que marcan la anchura). Sobre la línea central, que divide el campo en dos mitades, se coloca la red. A tres metros de la línea central, se sitúa las líneas de ataque. La zona de saque queda ubicada en el extremo derecho de cada campo y debe tener 3 m de longitud por al menos 2 m de profundidad.



- 1.— Línea lateral.
- 2.— Línea de fondo.
- 3.— Línea central.
- 4.— Línea de ataque.
- 5.— Zona de ataque.
- 6.— Postes que sujetan la red.

#### 4.— ACTIVIDADES Y TACTICAS DE JUEGO

##### — Ejercicios de calentamiento:

- Carrera suave en todas las direcciones.
- Marcha con circundaciones amplias de brazos.
- Carrera elevando los talones a los glúteos.
- Con piernas separadas, rotaciones de tronco a derecha e izquierda.

##### — Ejercicios de desarrollo muscular:

- Elevar los pies y tocar los pies con las manos.
- En posición de fondos realizar un círculo alrededor de los pies.
- Arco dorsal y tocar los pies con las manos
- Sentado y reclinado sobre los antebrazos, tijeras de piernas.
- En prono, pateo de nada y tijera de brazos.
- Sentado con piernas extendidas y brazos en cruz, flexión de tronco tocando la punta de los dedos.

##### — Ejercicios de aprendizaje gestual:

- En círculo, con uno en el centro, saque de tenis contra el suelo.
- En fila, saque de tenis contra una pared.
- Autopase y rematar.
- Formar un cuadrado y pasarse lateralmente.

##### — Saques:

- Poner el balón en juego, pasándolo por encima de la red al campo contrario, sin pisar la línea de fondo y soltar el balón antes de golpearlo.

##### — Tipos de saque:

- Saque de abajo o de seguridad, con hombros paralelos a la red.
- Saque de lado, con hombros perpendiculares a la red, golpeando el balón por su parte posterior.
- Saque de tenis: Hombros paralelos a la red y el pie izquierdo adelantado. La mano izquierda que sujetaba el balón lo lanza hacia arriba y en vertical, por delante del cuerpo. Seguidamente se flexionan las piernas y se echa el tronco hacia atrás. Al mismo tiempo se arma el brazo derecho llevando la mano hacia la espalda y elevando el codo por encima de la línea de hombros. El balón se golpea lo más arriba posible por su parte posterior.
- Saque de gancho: Ofrece gran seguridad y el largo recorrido del brazo permite imprimir mucha potencia al golpe.

##### — Posición fundamental: Pies separados aproximadamente la anchura de los hombros. Un pie más adelantado que el otro según la situación en el campo. El pie retrasado apoyado sobre su punta preparado para una intervención rápida en el juego. Las piernas flexionadas por las rodillas. Las caderas retrasadas y el tronco ligeramente inclinado hacia delante. Los brazos relajados y semiflexionados. La cara mirando al frente.

##### — Desplazamientos: Exigen mucha rapidez de sección. Deben efectuarse desde la posición

fundamental, llevando un pie hacia el otro, para sin repasar sus límites. El salto se realiza sobre todo en remates y bloqueos.

— Toque de balón:

- Sólo se puede tocar una vez por el mismo jugador.
- El toque será único, limpio y seco sin acompañar ni retener el balón.
- Toque de dedos: Se colocan las manos sobre la cara con las manos hacia arriba y los dedos abiertos formando los pulgares e índices una figura romboide. Los brazos flexionados por los codos. Cuando el balón entre en contacto con los dedos se producirá a la vez la extensión del cuerpo, piernas tronco y brazos.
- Toque de mano baja: Piernas abiertas, con las puntas de los dedos en la dirección que se desea mandar el balón, las rodillas flexionadas y el tronco inclinado hacia adelante. El toque debe realizarse con los antebrazos. Este toque se realiza en balones que llevan gran velocidad, con trayectoria baja o caen demasiado lejos para dar un toque de dedos.

— Pases. Tipos:

- Pase vertical: Se realiza estirando el cuerpo e impulsando el balón en sentido vertical.
- Pase de frente: Se realiza saliendo al encuentro del balón, tomando como referencia la cara del compañero.
- Pase de espaldas: Se recibe el balón encima de la frente. Al extender el cuerpo se produce un arqueamiento hacia arriba y hacia atrás. Requiere gran precisión ya que se hace sin referencias.
- Pase lateral: Se utiliza para sacar balones que van muy pegados a la red.

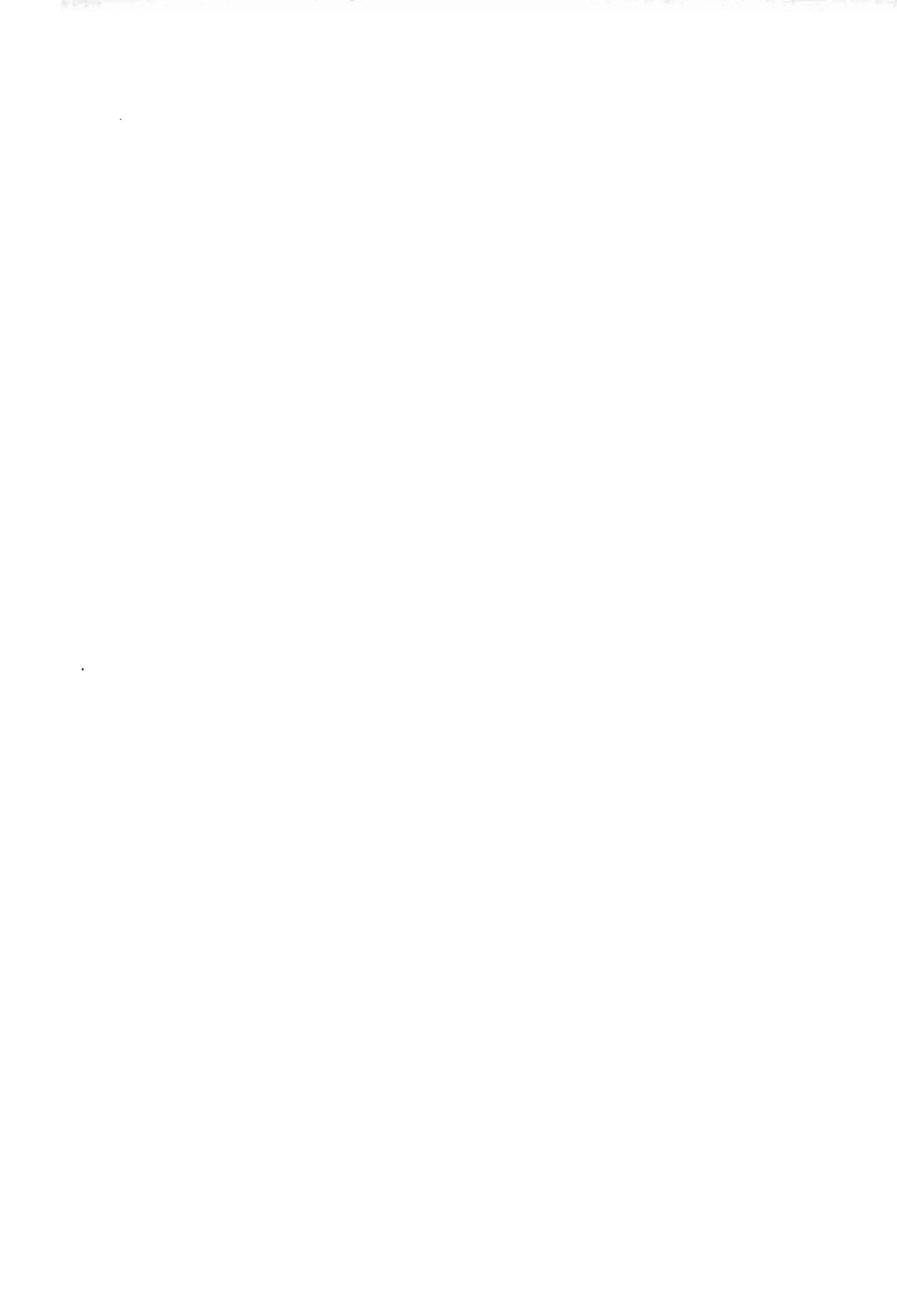
— Caídas: Se utilizan para balones que llegan demasiado lejos y a mucha velocidad. Se realizarán de espaldas o laterales según la trayectoria del balón.

— Remates: Es el medio de ataque más agresivo y efectivo. Tiene diversas fases: la carrera, la batida, el salto, la suspensión y golpe de remate.

— El bloqueo: Es el mejor medio defensivo y se emplea para evitar los remates del contrario. Consiste en intuir el momento en que se va a producir el remate y saltar con los brazos extendidos hacia arriba y cerca de la red, interceptando la trayectoria del balón y procurando que éste caiga en el campo contrario.



## INDICADORES



# 1. DESARROLLO DE LAS POSIBILIDADES MOTRICES DE LOS ALUMNOS

## 1.1. Desarrollo tónico muscular y de la actitud postural

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.1.1.	Responde a los estímulos visuales.	21
1.1.2a.	Tocar el suelo con los pies estando suspendido.	21
1.1.2b.	Mantener entre las manos un objeto pequeño.	21
1.1.3.	Extender los brazos adelante para coger un objeto.	21
1.1.4.	Pasar de decúbito prono a decúbito supino.	21
1.1.5.	Pasar de tendido supino a decúbito prono.	21
1.1.6a.	Aguantar peso del tronco apoyando manos en el suelo.	21
1.1.6b.	Pasar de tendido supino a sentado.	21
1.1.7a.	Pasar de sentado a tendido supino.	21
1.1.7b.	Pasar de pie a sentado en el suelo.	21
1.1.8.	Pasar de sentado a de pie.	21
1.1.9a.	Elevar brazos al frente.	21
1.1.9b.	Pasar de pie a de rodillas.	21
1.1.9c.	Mantenerse de pie sobre un plano inclinado.	21
1.1.9d.	Flexionar tronco hasta tocar suelo con manos.	21
1.1.9e.	Oscilar anteroposteriormente una pierna.	21
1.1.9f.	Inclinar el cuerpo hacia adelante.	21
1.1.10a.	Mantenerse de puntillas.	22
1.1.10b.	Elevar una pierna al frente.	22
1.1.10c.	Extender la cabeza hacia arriba.	22
1.1.11.	Pasar de pie a cuclillas.	22
1.1.12a.	Mantenerse sobre una sola pierna.	22
1.1.12b.	Llevar las manos entrelazadas a la nuca.	22
1.1.12c.	Pasar de marcha rápida a cuclillas.	22
1.1.12d.	Montar una pierna sobre la otra (tumbado).	22
1.1.12e.	Mover la cabeza hacia delante y detrás.	22
1.1.13a.	Separar piernas a ambos lados (supino).	22

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.1.13b.	Para el movimiento de los brazos.	22
1.1.14a.	Sentarse a derecha e izquierda (rodillas).	22
1.1.14b.	Aproximar los talones a los glúteos (prono).	22
1.1.14c.	Cargar el peso del cuerpo sobre una pierna.	22
1.1.15.	Botar con apoyo de manos en el suelo (prono).	22
1.1.16a.	Estirar los brazos al frente (prono).	22
1.1.16b.	Tocar el suelo con las manos (de rodillas).	23
1.1.16c.	Extender brazo y pierna antagónica.	23
1.1.17a.	Elevar piernas, sentado en escuadra.	23
1.1.17b.	Elevar las piernas hasta tocar las manos por encima de la cabeza.	23

## 1.2. Desarrollo de la coordinación

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.2.1.	Tomar y tirar objetos a su alcance.	25
1.2.2.	Tocar palmas al oír la canción «Palmas palmitas».	25
1.2.3.	Golpearse la cabeza con la canción «date, date, date».	25
1.2.4.	Caminar cuatro metros.	25
1.2.5.	Sentarse en una silla.	25
1.2.6.	Caminar arrastrando objetos tirados por una cuerda.	25
1.2.7.	Descender escalones arrastrando glúteos.	25
1.2.8.	Lanzar una pelota a un metro.	25
1.2.9.	Detenerse al deambular.	25
1.2.10.	Correr sin caerse.	25
1.2.11.	Empujar una pelota con el pie.	25
1.2.12.	Subir escalones con apoyo.	25
1.2.13.	Pasar una pelota de mano a mano por delante y por detrás.	25
1.2.14.	Golpear una pelota desplazándola.	25
1.2.15.	Bajar cuatro escalones sin caerse, con apoyo.	25

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.2.16.	Subir cinco escalones alternando pies.	25
1.2.17.	Impulsar con los dos pies al mismo tiempo.	26
1.2.18a.	Recorrer 5 metros en un triciclo.	26
1.2.18b.	Botar una pelota una sola vez.	26
1.2.18c.	Abrir una mano, cerrando otra simultáneamente.	26
1.2.18d.	Impulsar cinco veces con la mano un globo esférico.	26
1.2.19a.	Bajarse de un taco impulsándose con ambos pies.	26
1.2.19b.	Bajar escalones sin apoyo y alternando cada pie en escalones.	26
1.2.19c.	Lanzar pelotas a una diana.	26
1.1.19d.	Lanzar pelotas a la pared y recoger.	26
1.2.20a.	Botar alternativamente sobre uno y otro pie.	26
1.2.20b.	Flexionar alternativamente cada pierna, estando en posición de suspensión con apoyo.	26
1.2.20c.	Recorrer 20 metros en bicicleta con estabilidad.	26
1.2.20d.	Realizar voltereta.	26
1.2.21.	Abrir piernas y brazos simultáneamente en tendido supino.	26
1.2.22a.	Palmea y golpear alternativamente con cada pierna.	26
1.2.22b.	Lanzar pelota contra la pared y recoger después de un bote.	26
1.2.22c.	Camina elevando alternativa y coordinadamente brazos y piernas.	26
1.2.22d.	Lanzar y recibir pelotas a una distancia de 3 metros.	27
1.2.22e.	Abrir una mano y usar simultáneamente la otra con los brazos en extensión.	27
1.2.23a.	Botar pelota con una y otra mano.	27
1.2.23b.	Lanzar pelota llegando a su destino después de un solo bote.	27
1.2.24a.	Lanzar y recibir la pelota, estando situado sobre un taco.	27
1.2.24b.	Abrir y juntar piernas lateralmente con un ritmo.	27
1.2.24c.	Lanzar un balón por debajo de las piernas a un compañero.	27
1.2.24d.	Golpear la mesa con puño y palmas alternativamente.	27

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.2.25a.	Botar un balón desplazándose.	27
1.2.25b.	Lanzar pelota verticalmente recogiendo.	27
1.2.26a.	Abrir piernas en sentido longitudinal coordinadamente.	27
1.2.26b.	Encestar un balón.	27
1.2.26c.	Recorrer 20 metros empujando una pelota con los pies.	27
1.2.27a.	Recorrer banco sueco saltando con pies juntos.	28
1.2.27b.	Abrir y cerrar piernas en posición de suspensión pura.	28
1.2.27c.	Recorrer 75 metros dando zancadas.	28
1.2.28a.	Recorrer banco sueco a la pata coja.	28
1.2.28b.	Realizar flexiones de piernas con rebote permitiéndose un apoyo.	28
1.2.28c.	Recorrer a paso ligero 300 metros.	28
1.2.29a.	Subir y bajar a la espaldera coordinadamente.	28
1.2.29b.	Lanzar brazos a la vertical alternativamente a partir de manos en los hombros.	28
1.2.29c.	Flexionar piernas alternativamente y con apoyo a partir de tendido supino.	28
1.2.29d.	Extensión simultánea de brazos (rebotes), a partir de manos en clavículas.	28
1.2.30a.	Recorrer un kilómetro en bicicleta.	28
1.2.30b.	Botar pelota durante 20 segundos.	28
1.2.31a.	Flexionar piernas con rebote sin perder el equilibrio, y a un ritmo.	28
1.2.31b.	Flexionar piernas alternativamente, sin apoyo (tendido supino).	28
1.2.31c.	Recorrer espacio «a la pata coja» siguiendo un ciclo.	28
1.2.32a.	Flexionar tronco con rebote dando con las manos en los pies.	28
1.2.32b.	Encestar desde 4 metros.	29
1.2.32c.	Flexionar piernas alternativamente a partir de suspensión.	29
1.2.32d.	Oscilar brazos, uno en cruz y otro arriba repitiendo ciclos.	29

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.2.32e.	Elevar simultáneamente un brazo y pierna contraria, (desde tendido prono).	29
1.2.32f.	Elevar brazo izquierdo y oscilar hacia atrás pierna derecha simultáneamente.	29
1.2.33a.	Saltar a la comba 45 segundos.	29
1.2.33b.	Realizar torsiones de tronco con brazos en cruz sujetando pica.	29
1.2.33c.	Realizar torsiones laterales con tronco flexionado en ángulo recto.	29
1.2.33d.	Abrir y cerrar piernas y elevación simultánea de brazos en cruz.	29
1.2.33e.	Realizar ejercicios de lateralidad cruzada.	29
1.2.34a.	Realizar extensión de piernas y oscilación simultánea de brazos atrás (tendido supino).	29
1.2.34b.	Realizar flexión-extensión alternativa de piernas (tierra supino).	29
1.2.34c.	Abrir y cerrar piernas en posición de tierra supino.	30
1.2.34d.	Realizar flexión-extensión alternativa de piernas (tierra supino).	30
1.2.34e.	Abrir piernas de salto y elevar brazos alzando pica entre manos.	30
1.2.34f.	Saltar a distintos travesaños de la espaldera con pies juntos.	30
1.2.35a.	Flexionar piernas llevando manos a la nuca.	30
1.2.35b.	Flexionar tronco, con brazos en extensión enlazando pica entre manos.	30
1.2.35c.	Hacer extensiones de tronco con manos en nuca (tendido prono).	30
1.2.36.	Abrir piernas mediante salto, con extensión simultánea y brazos en cruz y arriba con palmada.	30

### 1.3. Desarrollo de la capacidad de respiración

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.3.1.	Expulsar el aire mediante estimulación física.	31
1.3.2.	Soplar dando movimiento a objetos ligeros.	31
1.3.3a.	Tomar y expulsar aire por la nariz.	31

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.3.3b.	Tomar aire por la nariz y expulsarlo por la boca.	31
1.3.4.	Mover el vientre mediante la respiración.	31
1.3.5.	Inspirar por la nariz y espirar por la boca (movimiento el vientre).	31
1.3.6.	Soplar sobre objetos para desplazarlos.	31
1.3.7a.	Soplar sobre un tubo produciendo sonidos.	31
1.3.7b.	Inspirar por la nariz, mantener y expulsar el aire.	31
1.3.8a.	Inspirar por la nariz separando los brazos del cuerpo.	31
1.3.8b.	Espirar inclinando el tronco e inspirar enderezando.	31
1.3.8c.	Respirar con movimiento de brazos.	31
1.3.8d.	Inspirar por la nariz, espirar por la boca (en tres tiempos).	31
1.3.8e.	Respirar moviendo cabeza y tronco (sentado).	32
1.3.9a.	Respirar con movimiento de brazos y pies.	32
1.3.9b.	Respirar profundamente con movimiento lento de brazos (supino).	32
1.3.9c.	Inspirar por la nariz y espirar por la boca.	32
1.3.9d.	Respirar bajando y subiendo de cuclillas.	32
1.3.9e.	Respirar con apoyo en las espaldaderas.	32

#### 1.4. Desarrollo de la flexibilidad y agilidad articular

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.4.1.	Mover una articulación mediante estimulación.	33
1.4.2.	Mover dos articulaciones simultáneamente mediante estimulación.	33
1.4.3a.	Mover una determinada articulación por imitación.	33
1.4.3b.	Mover distintas partes del cuerpo ante un estímulo.	33
1.4.4a.	Mover un objeto produciendo un sonido.	33
1.4.4b.	Coger un objeto cercano.	33
1.4.5.	Coger los pies con ambas manos (supino).	33
1.4.6a.	Agacharse para coger un objeto del suelo.	33

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.4.6b.	Juntar las palmas de las manos.	33
1.4.6c.	Imitar movimientos con la cabeza.	33
1.4.7a.	Girar el tórax hacia ambos lados.	33
1.4.7b.	Flexionar el tronco hasta tocar el suelo con las manos.	33
1.4.8a.	Oscilar brazos hasta tocar palmas sobre cabeza.	33
1.4.8b.	Balancear una pierna.	33
1.4.8c.	Extender el cuerpo hacia delante (rodillas).	33
1.4.8d.	Describir círculo en el suelo con el pie.	34
1.4.8e.	Abrir y cerrar las manos con extensión de dedos.	34
1.4.9.	Mover los brazos circularmente.	34
1.4.10a.	Entregar una pelota por encima de la cabeza.	34
1.4.10b.	Hacer circundaciones de muñeca.	34
1.4.11a.	Mover brazos hacia arriba y hacia abajo (prono).	34
1.4.11b.	Balancearse sobre la espalda (sentado).	34
1.4.11c.	Flexionar el tronco hacia atrás.	34
1.4.12a.	Flexionar el tronco hasta tocar los pies.	34
1.4.12b.	Movimientos de vaivén con el cuerpo.	34
1.4.12c.	Flexionar lateralmente el tronco.	34
1.4.12d.	Rotar la cabeza hacia derecha e izquierda.	34
1.4.12e.	Flexionar el tronco hasta tocar el pie en extensión (sentado).	34
1.4.12f.	Oscilar lateralmente las piernas en extensión.	34
1.4.13a.	Tocar con las manos las puntas de los pies (sentado).	34
1.4.13b.	Tocar el suelo con los pies por encima de la cabeza (tendido).	34
1.4.13c.	Pasar de sentado a de pie sin apoyo.	35
1.4.13d.	Flexionar y extender el tronco (sentado por parejas).	35
1.4.13e.	Flexionar lateralmente el tronco (prono).	35
1.4.13f.	Extender el tronco hacia atrás (rodillas).	35
1.4.13g.	Elevar rodillas y cabeza en movimiento semicircular.	35
1.4.14a.	Describir semicírculo con ambos brazos portando objetos.	35

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.4.14b.	Realizar circunducciones del tronco.	35
1.4.15.	Extender el tronco hacia atrás (puente).	35

#### 1.5. Desarrollo de las distintas posibilidades de desplazamiento en el espacio

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.5.1.	Girar el cuerpo, pasando de supino a prono.	37
1.5.2a.	Arrastrarse desde tendido prono.	37
1.5.2b.	Adoptar la posición de gateo.	37
1.5.3.	Ponerse de pie con apoyo.	37
1.5.4a.	Seguir movimientos agarrándose al profesor.	37
1.5.4b.	Gatear.	37
1.5.5.	Andar erecto agarrándose.	37
1.5.6.	Andar erecto, sin agarrarse.	37
1.5.7.	Desplazarse a distintas velocidades.	37
1.5.8.	Desplazarse de rodillas de forma coordinada.	37
1.5.9.	Gatear con coordinación.	37
1.5.10.	Saltar estilo conejo, desplazándose.	37
1.5.11.	Desplazarse sobre nalgas hacia atrás.	37
1.5.12.	Reptar avanzando los antebrazos.	37
1.5.13a.	Correr sin caerse.	37
1.5.13b.	Andar y parar siguiendo ritmo marcado.	37
1.5.13c.	Desplazarse sobre la espalda desde tendido supino.	37
1.5.13d.	Desplazarse en equilibrio.	38
1.5.13e.	Desplazarse pisando por unos lugares determinados.	38
1.5.14a.	Andar sobre puntas de pies.	38
1.5.14b.	Trepar a diferentes alturas.	38
1.5.14c.	Subir por plano inclinado.	38
1.5.14d.	Reptar por túnel de piernas.	38
1.5.14e.	Correr dándose con talones en nalgas.	38

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.5.14f.	Andar por caminos hacia atrás, sin salirse de la demarcación.	38
1.5.14g.	Correr por calles sin salirse de la demarcación.	38
1.5.14h.	Seguir huellas al andar.	38
1.5.15a.	Deslizarse por plano inclinado.	38
1.5.15b.	Correr saltando obstáculos.	38
1.5.15c.	Saltar con precisión.	38
1.5.15d.	Andar atado a un compañero por el pie.	38
1.5.15e.	Caminar lateralmente sobre alturas diferentes.	38
1.5.16a.	Saltar en posición cuclillas sin perder el equilibrio.	38
1.5.16b.	Saltar dentro de un saco.	38
1.5.16c.	Girar sobre si mismo con impulso y velocidad (tendido supino).	39
1.5.16d.	Caminar sobre las manos estando sujeto por los pies.	39
1.5.16e.	Saltar sobre objetos dados.	39
1.5.16f.	Adelantar una fila en movimiento.	39
1.5.16g.	Andar evitando obstáculos por alturas.	39
1.5.17a.	Andar con pasos largos y cortos sobre una línea recta.	39
1.5.17b.	Saltar obstáculos de diferentes alturas.	39
1.5.17c.	Saltar como conejos con un balón entre las rodillas.	39
1.5.17d.	<i>Desplazarse por espaldas.</i>	39
1.5.17e.	Saltar a la pata coja siguiendo distintas consignas.	39
1.5.17f.	Desplazarse con ojos cerrados sin desviarse de una línea.	39
1.5.17g.	Desplazarse en el aire con una cuerda dejándose caer.	39
1.5.17h.	Desplazarse sobre puntillas a dos velocidades.	39
1.5.18a.	Reptar llevando en la mano un balón.	39
1.5.18b.	Correr, y saltar en el quinto paso.	39
1.5.18c.	Dar volteretas hacia delante.	40
1.5.18d.	Desplazarse en cuadrupedia sobre bancos suecos paralelos.	40
1.5.19a.	Saltar tres obstáculos.	40
1.5.19b.	Saltar hacia delante y hacia atrás elevando talones.	40

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.5.19c	Saltar a la comba desplazándose.	40
1.5.20a.	Trepar por palo sueco.	40
1.5.20b.	Dar volteretas hacia detrás.	40
1.5.20c.	Desplazarse por paralelas.	40

## 1.6. Desarrollo de la capacidad de respiración

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.6.1.	Desplazar objetos con una mano de la mesa al suelo.	41
1.6.2.	Identificar su imagen en el espejo.	41
1.6.3.	Realizar gestos imitando al profesor.	41
1.6.4.	Tocarse partes del cuerpo imitando al profesor.	41
1.6.5.	Tocarse partes de su cuerpo por indicación del profesor.	41
1.6.6.	Señalar en una muñeca distintas partes del cuerpo que nombran.	41
1.6.7a.	Separar segmentariamente partes del cuerpo pegadas a la pared.	41
1.6.7b.	Marcar la huella de sus manos manchadas con pintura sobre papel.	41
1.6.7c.	Introducirse en un metro cuadrado de superficie limitado.	41
1.6.8a.	Identificar la silueta de sus manos.	41
1.6.8b.	Deslizar lentamente un balón por todo el cuerpo.	41
1.6.8c.	Deslizarse sobre la espalda flexionando las rodillas.	41
1.6.9a.	Recorrer el cuerpo con las manos deteniéndose en un lugar concreto.	41
1.6.9b.	Tocar articulaciones, partes por donde se dobla el cuerpo.	41
1.6.10.	Tumbado girar hacia los lados permaneciendo en posición lateral.	42
1.6.11a.	Colocar mano y pie del mismo lado dentro de un aro.	42
1.6.11b.	Pasar un aro de arriba abajo y viceversa a través de su cuerpo.	42
1.6.11c.	Recorrer y reconocer siluetas del mismo pie.	42

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.6.11d.	Doblar partes simétricas de sus brazos a la par.	42
1.6.12a.	Con ojos cerrados pasar por distintas posiciones.	42
1.6.12b.	Recorrer siluetas de sus pies hacia atrás.	42
1.6.12c.	Trasladar objetos con diferentes partes del cuerpo.	42
1.6.13a.	Señalar partes simétricas de su cuerpo ante el espacio.	42
1.6.13b.	Ante el espejo destacar partes de su cuerpo simétricas.	42
1.6.13c.	Caminar golpeando con intensidad el pie derecho.	42
1.6.13d.	Completar en el suelo su silueta iniciada.	42
1.6.13e.	Recibir una pelota con la mano derecha y entregarla con izquierda.	42
1.6.13f.	Señalar ambos lados del eje de simetría de su cuerpo.	42
1.6.13g.	Señalar tres articulaciones que le permitan cambio de posición.	42
1.6.14a.	Ante un espejo sacar la lengua y llevarla hacia...	43
1.6.14b.	Localizar a ambos lados del eje de simetría partes de su cuerpo simétricas.	43
1.6.14c.	Nombrar partes de su cuerpo que intervienen en determinadas actividades.	43
1.6.14d.	Saltar con el pie aros de diferentes colores.	43
1.6.14e.	Saltar a la pata coja sobre aros: dentro-derecha-fuera-izquierda.	43
1.6.14f.	Lanzar hacia arriba pelota con mano derecha y recogerla con izquierda.	43
1.6.14g.	Sobre un eje de simetría buscar posiciones de su cuerpo simétricas.	43
1.6.14h.	De pie buscar posiciones asimétricas respecto a una línea trazada en el suelo.	43
1.6.15.	Imitar al profesor reproduciendo posiciones diferentes.	43
1.6.16.	Trasladar un balón en corro o fila de niños combinando orden y lateralidad.	43

### 1.7. Desarrollo del equilibrio

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.7.1.	Ponerse en pie apoyándose en objetos apropiados.	45

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.7.2.	Avanzar empujando una silla.	45
1.7.3.	Caminar arrastrando un juguete de ruedas.	45
1.7.4.	Caminar sobre firmas de diferentes dureza.	45
1.7.5a.	Caminar por encima de tacos unidos con apoyo.	45
1.7.5b.	Caminar sin pisar rayas trasversales con apoyo.	45
1.7.5c.	Permanecer inmóvil y de pie sobre un banco sueco.	45
1.7.5d.	Mantenerse de puntillas con apoyo.	45
1.7.5e.	Flexionar lateralmente el tronco.	45
1.7.6a.	Realizar una genuflexión.	45
1.7.6b.	Tocarse la nariz con el índice (ojos cerrados).	45
1.7.6c.	Flexionar las piernas.	45
1.7.7a.	Andar sobre tacos separados.	45
1.7.7b.	Mantener un objeto sobre la cabeza.	45
1.7.7c.	Mantenerse sobre un solo pie.	45
1.7.7d.	Caminar con brazos estirados portando objetos.	45
1.7.8a.	Caminar portando objetos sobre la cabeza.	46
1.7.8b.	Saltar con pies juntos sobre un trampolín.	46
1.7.8c.	Flexionar el tronco hacia delante.	46
1.7.8d.	Caminar sobre una tabla colocada sobre neumáticos.	46
1.7.8e.	Caminar saltando sobre una pierna.	46
1.7.8f.	Agacharse y levantarse sobre un banco sueco portando objetos.	46
1.7.8g.	Andar sobre un banco hacia delante-detrás.	46
1.7.8h.	Descender a cuclillas con apoyo en hombros del compañero.	46
1.7.9a.	Andar sobre los laterales de una escalera tumbada.	46
1.7.9b.	Andar sobre un banco sueco invertido.	46
1.7.9c.	Caminar con zancos tirando de las cuerdas.	46
1.7.9d.	Saltar de un aro a otro con un solo pie.	46
1.7.9e.	Girar hacia delante-detrás apoyando un pie sobre un balón.	46
1.7.9f.	Saltar sobre una cama elástica.	46

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.7.10a.	Caminar por una escàlera tumbada en el suelo.	46
1.7.10b.	Mantenerse sentado sobre nalgas sin apoyo.	46
1.7.10c.	Dirigir una pelota con el pie sobre un banco.	46
1.7.10d.	Mantenerse de puntillas con ojos cerrados.	47
1.7.10e.	Mantenerse en equilibrio oscilando brazos (con ojos cerrados).	47
1.7.10f.	Caminar hacia atrás con objeto en la cabeza.	47
1.7.10g.	Caminar sobre un cordón.	47
1.7.11a.	Vencer una resistencia con las manos (sin perder equilibrio).	47
1.7.11b.	Trasladar un balón con el pie sobre el mismo.	47
1.7.11c.	Desplazarse sobre tacos separados.	47

#### 1.8. Desarrollo de la orientación espacio temporal

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.8.1a.	Reconocer al espacio.	49
1.8.1b.	Coordinar objeto lugar.	49
1.8.2.	Reconocer: encima-debajo.	49
1.8.3a.	Conocer arriba.	49
1.8.3b.	Reconocer delante, detrás.	49
1.8.3c.	Reconocer arriba-abajo.	49
1.8.4a.	Reconocer dentro-fuera.	49
1.8.4b.	Cambiar de trayectoria.	49
1.8.5a.	Desplazar el cuerpo entre laberintos.	49
1.8.5b.	Reconocer largo-corto.	49
1.8.5c.	Reconocer antes-después.	49
1.8.5d.	Botar la pelota para reconocer alrededor.	49
1.8.5e.	Dar una palmada y reconocer antes qué.	49
1.8.5f.	Lanzar una pelota después qué.	49
1.8.6.	Reconocer lejos-cerca.	49

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.8.7a.	Lanzar y reconocer delante-detrás-arriba-abajo.	49
1.8.7b.	Saltar y reconocer derecha-izquierda-atrás-adelante.	49
1.8.7c.	Diferenciar corto-largo.	50
1.8.8a.	Seguir una dirección marcada.	50
1.8.8b.	Recoger un balón desplazando a través de barra sueca.	50
1.8.8c.	Botar la pelota para reconocer entre.	50
1.8.8d.	Reproducir una figura geométrica en el espacio.	50
1.8.8e.	Elevar brazos y reconocer la mismo tiempo.	50
1.8.9a.	Lanzar la pelota y reconocer el momento más alto y bajo de la trayectoria.	50
1.8.9b.	Lanzar hacia.	50
1.8.9c.	Completar una figura con su cuerpo.	50
1.8.9d.	Seguir la dirección que le marca la flecha.	50
1.8.10.	Memorizar y realizar una trayectoria entre los objetos.	50
1.8.11.	Realizar una trayectoria dibujada en la pizarra.	50
1.8.12.	Lanzar hacia.	50
1.8.13a.	Memorizar rápido-lento.	50
1.8.13b.	Saltar con giro de 180 grados sin perder equilibrio.	50
1.8.14.	Realizar la acción más alejada.	50
1.8.15.	Localizar de dónde viene el sonido.	51
1.8.16a.	Reconocer de frente, de espaldas, uno detrás de otro, al lado de, entre dos.	51
1.8.16b.	Reconocer, más alto que, más bajo que, tan alto como.	51
1.8.16c.	Realizar itinerarios concretos.	51
1.8.17.	Realizar itinerario: pasa delante de, a la izquierda, debajo de...	51
1.8.18.	Simbolizar un itinerario seguido anteriormente.	51

#### 1.9. Desarrollo de la capacidad de relajación

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.9.1.	Tranquilizarse al oír sonidos suaves.	53

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.9.2.	Mantener los brazos penduleando mientras respira.	53
1.9.3a.	Respirar pausadamente con inclinación de tronco hacia atrás.	53
1.9.3b.	Respirar lentamente con extensión y flexión de brazos y tronco.	53
1.9.4.	Respirar lentamente con flexión y extensión de brazos (en tendido supino).	53
1.9.5.	Aislarse del mundo exterior (tumbado).	53
1.9.6.	Sentado centrar la atención sobre una mano.	53
1.9.7.	Relajar una mano.	53
1.9.8a.	Relajar el brazo.	53
1.9.8b.	Relajar la cabeza.	53
1.9.9.	Relajar totalmente el cuerpo con ayuda de la música.	53
1.9.10.	Relajar brazo y pierna colateral.	53
1.9.11.	Relajar brazos y piernas.	53
1.9.12.	Adoptar posturas cómodas.	54

#### 1.10. Desarrollo de la potencia muscular

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.10.1.	Tirar de una cuerda que ofrece resistencia.	55
1.10.2.	Lanzar y recoger un balón (1 kg).	55
1.10.3a.	Caminar con las manos (carretilla).	55
1.10.3b.	Vencer la resistencia del contrario.	55
1.10.4a.	Levantar al contrario (sentado).	55
1.10.4b.	Presionar con las piernas a un contrario.	55
1.10.5a.	Saltar del suelo a un banco.	55
1.10.5b.	Ponerse de puntillas soportando a un compañero en hombros.	55
1.10.6a.	Tocar el suelo por encima cabeza con piernas juntas (supino).	55
1.10.6b.	Flexionar brazos con piernas en extensión.	55

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.10.7a.	Flexionar brazos a partir de la posición de tierra inspirando y espirando.	55
1.10.7b.	Trepar con una mano en cada cuerda.	55
1.10.8.	Vencer con las piernas una resistencia.	56
1.10.9a.	Saltar con pies juntos a ambos lados de un banco.	56
1.10.9b.	Flexionar el tronco soportando un peso en espaldas.	56
1.10.10a.	Transportar a un compañero sobre los hombros.	56
1.10.10b.	Vencer una resistencia mediante extensión de piernas.	56
1.10.10c.	Flexionar brazos para elevar cuerpo en suspensión.	56
1.10.10d.	Recoger y lanzar balón manteniendo el tronco elevado (prono).	56
1.10.11.	Elevar piernas juntas suspendido en la espaldera.	56
1.10.12.	Flexionar pierna extendiendo la opuesta.	56
1.10.13.	Avanzar por las paralelas en suspensión (brazos flexionados).	56

#### 1.11. iniciación al deporte y actividades al aire libre

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.11.1.	Jugar fútbol: cualquier parte del cuerpo, salvo manos y chutar a gol.	57
1.11.2.	Jugar fútbol: pasar y recibir balones, parar cuando oiga el silbato.	57
1.11.3.	Jugar fútbol: evitar se le arrebate balón, arrebatarse balón al contrario.	57
1.11.4.	Jugar fútbol: sin golpear, empujar, sujetar sin cargar al adversario.	57
1.11.5.	Lanzarse a piscina con profundidad menor a altura niño.	57
1.11.6.	Nadar libremente.	57
1.11.7.	Nadar «espalda».	57
1.11.8.	Nadar estilo «crawl».	57
1.11.9.	Nadar estilo «braza».	57

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.11.10.	Jugar baloncesto: con las manos, sin que salga balón terreno juego.	57
1.11.11.	Jugar baloncesto: no correr con balón, no retener balón más de 5 segundos.	57
1.11.12.	Jugar baloncesto: evitar contactos físicos, no cometer más de 5 faltas personales.	58
1.11.13.	Jugar baloncesto: no golpear con pies, lanzar balón puerta.	58
1.11.14.	Jugar balonmano: no correr con balón, no retener balón más de 3 segundos.	58
1.11.15.	Jugar balonmano: no entrar áreas portería, no devolver balón portero.	58
1.11.16.	Jugar voleibol: sacar balón, golpear balón proveniente campo contrario.	58
1.11.17.	Jugar voleibol: no golpear balón dos veces seguidas, rotación.	58
1.11.18.	Jugar voleibol: realizar bloqueo, no dar al balón con el pie.	58
1.11.19.	Jugar voleibol: no tocar red, no invadir campo contrario no efectuar acompañamiento.	59

## 1.12. Desarrollo de la capacidad para el salto

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.12.1.	Saltar altura libremente partiendo de reposo.	61
1.12.2.	Saltar altura mediante carrera adelantando una pierna.	61
1.12.3.	Saltar dos «de tijera».	61
1.12.4.	Saltar altura mediante carrera impulsándose con pies juntos.	61
1.12.5.	Saltar altura partiendo del repeso y con pies juntos.	61
1.12.6.	Saltar longitud mediante carrera.	61
1.12.7.	Salto exterior (potro).	61
1.12.8.	Salto «de torera» (potro).	61
1.12.9.	Salto interior (potro).	61
1.12.10.	Salto exterior (plinton).	61

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
1.12.11.	Salto «de torera» (plinton).	61
1.12.12.	Salto interior (plinton).	61
1.12.13.	Salto sobre plinton.	62
1.12.14.	Salto del «león».	62
1.12.15.	Saltos: interior, semi-exterior y exterior en «silla turca».	62

## 2. DESARROLLO DEL SENTIDO DEL RITMO Y CAPACIDAD MUSICAL

### 2.1. Desarrollo de la capacidad de emisión y discriminación de sonidos y del manejo de instrumentos musicales

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.1.1.	Manifestar gestualmente haber percibido un sonido.	63
2.1.2.	Reaccionar gestualmente ante dos sonidos distintos.	63
2.1.3.	Tocar instrumentos de percusión por imitación.	63
2.1.4.	Guardar silencio, a una orden.	63
2.1.5.	Distinguir sonidos naturales de los productos por instrumentos.	63
2.1.6.	Reproducir sonidos.	63
2.1.7.	Reconocer, sonidos de diferentes instrumentos.	63
2.1.8.	Dar pisadas fuertes o débiles según lo sean las percusiones del pandero.	63
2.1.9.	Reconocer sonidos familiares de una grabación.	63
2.1.10.	Hacer sonar el instrumento más parecido al escuchado.	63
2.1.11.	Acertar el nombre de una canción conocida.	63
2.1.12.	Emplear técnicamente los instrumentos naturales de su cuerpo.	63
2.1.13.	Palmeo una música con distintas técnicas.	63
2.1.14.	Acompañar melodías con instrumentos.	63
2.1.15.	Diferenciar dos sonidos en cuanto a su duración.	63
2.1.16.	Distinguir un sonido grave de uno agudo.	64

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.1.17.	Averiguar los golpes fuertes de un ritmo binario.	64
2.1.18.	Acompañar con un pandero una composición de ritmo binario.	64
2.1.19.	Reconocer en una grabación voces cantando de personas conocidas.	64
2.1.20.	Marcar con pandero el tiempo fuerte del ritmo ternario.	64
2.1.21.	Reconocer la nota SOL de entre tres notas.	64
2.1.22.	Contestar preguntas sobre voces o instrumentos de una canción.	64
2.1.23.	Reconocer las notas LA y DO de un instrumento.	64
2.1.24.	Tocar, con apoyo, las notas indicadas en un metalofón.	64
2.1.25.	Tocar las notas indicadas en un metalofón.	64
2.1.26.	Abstraer sonidos en una obra de música descriptiva.	64
2.1.27.	Reconocer diferentes instrumentos de una orquesta.	64
2.1.28.	Distintuir la altura de los sonidos en una canción.	64
2.1.29.	Entonar una octava oída en el piano.	65
2.1.30.	Reconocer las escenas de una pieza musical con argumento.	65
2.1.31.	Entonar la escala subiendo y bajando la mano.	65
2.1.32.	Interpretar la escala en el metalofón.	65
2.1.33.	Tocar con metalofón y al dictado una pieza.	65
2.1.34.	Identificar notas musicales representadas por cifras arábicas.	65
2.1.35.	Reconocer compases no pertenecientes a una melodía conocida.	65
2.1.36.	Intervenir utilizando instrumento de parche.	65
2.1.37.	Aprender la técnica de xilofón, metalofón y carrillón.	65
2.1.38.	Tocar la flauta dulce.	65

## 2.2. Desarrollo del sentido del ritmo

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.2.1.	Realizar gestos alusivos a una canción infantil.	67

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.2.2.	Desplazar el cuerpo libremente y caer con golpe seco.	67
2.2.3.	Seguir un ritmo binario con palmas u instrumento.	67
2.2.4.	Desplazarse al son de una marcha, formando fila.	67
2.2.5.	Repetir el ritmo binario marcado por el profesor con instrumentos naturales o instrumentales.	67
2.2.6.	Realizar diálogos rítmicos con el profesor y compañeros.	67
2.2.7.	Cambiar la forma de caminar según el ritmo marcado.	67
2.2.8.	Cambiar el peso de pie según ritmo marcado.	67
2.2.9.	Acompañar una canción golpeando con puños saquito de arena.	67
2.2.10.	Intervenir con instrumentos de percusión en un fragmento indicado.	67
2.2.11.	Dar dos palmadas por cada una del profesor.	67
2.2.12.	Reproducir una estructura de ritmo ternario.	67
2.2.13.	Cambiar el ritmo tocando las claves.	67
2.2.14.	Reproducir una estructura rítmica un número exacto de veces.	67
2.2.15.	Repetir con palmadas palabras marcando la sílaba acentuada.	67
2.2.16.	Reproducir ritmos binarios combinados.	68
2.2.17.	Expresar los cambios de ritmo, variando la propia marcha.	68
2.2.18.	Reproducir ritmos binarios y ternarios con negra y corchea.	68
2.2.19.	Trabajar musicalmente: mucho-poco, largo-corto.	68
2.2.20.	Responder con distintos movimientos a los cambios de ritmo.	68
2.2.21.	Identificar blanca, negra y corchea, con pies, palmas y pitos.	68
2.2.22.	Interpretar el esquema rítmico de una canción a aprender.	68
2.2.23.	Realizar gráficas en el espacio y en la pizarra.	68
2.2.24.	Distinguir la acentuación en una agrupación rítmica binaria.	68
2.2.25.	Componer e interpretar partituras rítmicas convencionales.	68

### 2.3. Iniciación al canto individual y grupal

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.3.1.	Ejercicios de respiración.	69
2.3.2.	Ejercicios de vocalización.	69
2.3.3.	Imitar sonidos desde graves hasta agudos.	69
2.3.4.	Ejercitar y tomar conciencia de caja de resonancia.	69
2.3.5.	Articular correctamente fonemas y canciones.	69
2.3.6.	Identificar la altura de un sonido.	69
2.3.7.	Imitar sonidos de su mundo exterior.	69
2.3.8.	Tararear canciones.	69
2.3.9.	Comprender órdenes gestuales referidas al canto.	69
2.3.10.	Captar el mensaje musical y poético de canciones.	69
2.3.11.	Improvisaciones musicales.	69
2.3.12.	Cantar como solista el fragmento de una canción.	69
2.3.13.	Interpretar canciones colectivamente.	69
2.3.14.	Interpretar una canción en forma de canon.	69
2.3.15.	Participar en diálogos cantados.	69
2.3.16.	Participar interpretados el eco de canciones.	69
2.3.17.	Interpretar canciones a varias voces.	69
2.3.18.	Identificar las diferentes voces según su tesitura.	70
2.3.19.	Interpretar partituras sencillas.	70
2.3.20.	Cantar en grupo con afirmación y gusto.	70

### 2.4. Iniciación a la danza

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.4.1.	Danzar libre y espontáneamente al compás de una música.	71
2.4.2.	Balancear los brazos a ritmo de vals.	71
2.4.3.	Desplazarse en distintas direcciones según las indicaciones.	71
2.4.4.	Bailar utilizando el «paso salto».	71

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
2.4.5.	Bailar con brazos y pies acompasadamente.	71
2.4.6.	Acompañar una canción bailando en corro.	71
2.4.7.	Evolucionar manteniendo un corro sin agarrarse de las manos.	71
2.4.8.	Bailar piezas populares con distintos punteos.	71
2.4.9.	Bailar llevando con las manos algún objeto (puñuelos, arcos).	71
2.4.10.	Gesticular al ritmo de una canción.	71
2.4.11.	Evolucionar formando hilera según la consigna dada.	71
2.4.12.	Combinar la formación de corro y la de hilera, a ritmo musical.	71
2.4.13.	Bailar por parejas en diferentes posiciones.	71
2.4.14.	Improvisar coreografía para canciones conocidas.	71
2.4.15.	Acompañar una música con unos determinados pasos.	71
2.4.16.	Bailar combinando distintos movimientos y desplazamientos, con palmadas.	72
2.4.17.	Ejecutar una danza en forma de hilera.	72
2.4.18.	Acompañar una melodía formando una cadena con los compañeros.	72
2.4.19.	Acompañar una melodía con diferentes movimientos corporales.	72
2.4.20.	Bailar una jota del folklore autóctono.	72
2.4.21.	Incorporarse a un baile de grupo ya comenzado.	72
2.4.22.	Acompañar una melodía con los movimientos fijados en la pizarra.	72
2.4.23.	Aprender las posturas básicas de pies de la escuela clásica internacional.	72
2.4.24.	Aprender las posturas básicas de manos de la escuela clásica internacional.	72
2.4.25.	Combinar posturas de brazos y pies.	72
2.4.26.	Acompañar una melodía con pasos de la escuela clásica.	72

### 3. DESARROLLO DE LA COMUNICACION Y REPRESENTACION DE VIVENCIAS POR MEDIO DE LA EXPRESION CORPORAL

#### 3.1. Desarrollo de la imitación y representación de acciones, sentimientos y emociones a través de gesto

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
3.1.1.	Imitar movimientos mecánicos.	73
3.1.2.	Imitar gestos faciales.	73
3.1.3.	Manifiestar agrado y desagrado del niño.	73
3.1.4a.	Imitar gestos acciones vida diaria.	73
3.1.4b.	Imitar con gestos de manos una canción.	73
3.1.5.	Imitar gestos del profesor.	73
3.1.6a.	Imitar con todo el cuerpo para comprender el contraste abierto-cerrado.	73
3.1.6b.	Imitar con todo el cuerpo movimientos cortados (robot).	73
3.1.6c.	Imitar con cara y manos actividades cotidianas.	73
3.1.7a.	Mover rítmicamente el cuerpo jugando con una bola.	73
3.1.7b.	Realizar movimientos rápidos y lentos con ayuda de tiras de papel.	73
3.1.7c.	Lanzar papeles al espacio.	73
3.1.8a.	Interpretar gestualmente instrumentos musicales con dos palos.	73
3.1.8b.	Imitar con el cuerpo distintos animales.	73
3.1.8c.	Representar mímicamente las secuencias de una canción.	73
3.1.9.	Imitar acciones con objetos imaginarios.	74
3.1.10.	Imitar acciones que exigen esfuerzo.	74
3.1.11a.	Representar mímicamente distintas formas de andar.	74
3.1.11b.	Representar mímicamente órdenes verbales.	74
3.1.11c.	Representar gestualmente un determinado deporte.	74
3.1.12.	Expresar a través del gesto un deseo.	74
3.1.13.	Interpretar acciones realizadas gestualmente por el profesor.	74
3.1.14.	Dialogar a través del gesto.	74
3.1.15a.	Representar grupalmente una narración.	74
3.1.15b.	Participar en un diálogo gestual de acciones cotidianas.	74

Código	Indicador del objetivo operativo	Página
3.1.16a.	Representar gestualmente distintas expresiones faciales.	74
3.1.16b.	Expresar gestos de alegría y contrastes.	74
3.1.16c.	Interpretar gestos de alegría y tristeza.	74
3.1.17.	Cambiar gestualmente ante una narración de contrastes.	74
3.1.18a.	Formar un grupo escultórico.	74
3.1.18b.	Hacer una máquina con los compañeros.	75
3.1.19a.	Realizar tres gestos de un determinado oficio.	75
3.1.19b.	Participar en una representación gestual breve.	75
3.1.20.	Representar con otros compañeros acciones cotidianas con diálogo.	75
3.1.21.	Representar un cuento previamente preparado.	75
3.1.22.	Representar personajes que intervienen en un tema.	75
3.1.23a.	Representar escenas evocadas libremente de un grabado.	75
3.1.23b.	Representar escenas sacadas de noticias de la prensa.	75
3.1.23c.	Representar gestualmente contrastes abstractos.	75
3.1.24.	Manejar títeres.	75
3.1.25.	Imitar con el títere gestos y movimientos.	75
3.1.26.	Mantener pequeños diálogos espontáneos con el títere.	75
3.1.27.	Representar con el títere una escena siempre narrada.	75
3.1.28.	Mantener un diálogo alumno-títere con profesor-títere.	75
3.1.29.	Responder verbalmente lo que sugiere una representación de guiñol.	75
3.1.30.	Escuchar una narración y preparar los títeres adecuados.	76
3.1.31.	Inventar una historieta manejando un títere con cada mano.	76

## **GRUPO DE TRABAJO**



## **PROMOTORES:**

Don Juan María Ramírez Cardús.  
Director General del Instituto Nacional de Educación Especial.

Don Javier Díez de Miguel.  
Secretario General del Instituto Nacional de Educación Especial.

Don Antonio Romero Cuerda y Doña Carmen Pablo Marco.  
Jefes del Departamento Técnico del Instituto Nacional de Educación Especial.

## **COORDINADOR GENERAL:**

*Doña María del Pilar Pamblanco García.*  
Asesor Técnico del Instituto Nacional de Educación Especial.

## **COORDINADORES DE AREAS:**

Don Climent Giné Giné.  
Director del Centro de E. E. «Collegi Sants Innocents».  
Jefe de la Sección Técnico-Pedagógica del Servicio de E.E. de la Generalidad de Cataluña.

Don Manuel Deaño Deaño.  
Director del Patronato María Soriano.

Don Manuel Avila Cañadas.  
Director del Centro de E.E. «Virgen de la Esperanza».

Don Salustiano Rodríguez Vega.  
Director del Colegio Nacional «XXV Años de Paz».

Doña Enríqueta Garriga Ferriol.  
Logopeda del Centro de E. E. «Collegi Sants Innocents».  
Directora del Centro de E. E. «Collegi Sants Innocents».

Don José Luis Domenech Zornoza.  
Director del Centro de E. E. «Marqués de Dos Aguas».

Don Tomás Arias Carmona.  
Director del Centro de E. E.  
Asesor Técnico del I. N. E. E.

Doña Alicia Rodríguez Nespereira.  
Psicólogo del Patronato «María Soriano».

Don Pedro I. Gonzalo Bilbao.  
Subdirector del Centro de E.E. Arkaute.  
Director Centro de E. E. «Pascual de Andagoya».

Don Manuel Rastoll Aldeguer.  
Director Psicopedagógico del Centro «Príncipe de Asturias».

## **COMPONENTES DE LOS EQUIPOS:**

Don Josep María Farres Sabatér.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña Monserrat Clusellas Casas.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica.  
Licenciada en Psicología.

Doña Pilar García Trepar.  
Licenciada en Pedagogía, Subsección de Educación Especial.

Doña Laura Arnal Orozco.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Gloria Compes Gascón.  
Educadora.

Don José Manuel Bustamante Ruíz.  
Licenciado en Psicología y Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña Anna Clandret Palli.  
Asistente Social.

Doña Rosa Coll Llop.  
Asistente Social.

Doña Teresa Colomer Llobet.  
Licenciada en Psicología.

Don Manuel Fernández Pérez.  
Licenciado en Psicología.

Don Pedro Rueda Quitller.  
Licenciado en Psicología.

Doña Monserrat Segura Riva.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Carmen Rubí Martínez.  
Asistente Social.

Doña Pilar Portilla Morasa.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña María Cristina de Eusebio Iñigo.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Encarnación Visus Pardo.  
Licenciada. Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña María Jesús Sáez de Urabain Ruiz.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Don Ernesto Ladrón de Guevara.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña Rosa María Castany Serradell.  
Licenciada en Pedagogía, Subsección de Educación Especial.

Doña Angeles Bofil Creus.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Caterina Nadal Palmes.  
Licenciada en Pedagogía. Subsección de Educación Especial y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Isabel Olivares Boadilla.  
Licenciada en Pedagogía, Subsección Educación Especial.

Doña Roser Figueras Riera.  
Licenciada en Pedagogía. Subsección de Educación Especial.

Doña Lina Zaurin Morán.  
Licenciada en Psicología y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Monserrat Boix Puig.  
Licenciada en Psicología y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Gloria Catalá Agras.  
Licenciada en Pedagogía y Profesora de Audición y Lenguaje.

Doña Ramona Suriol Samuell.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Pilar Carasa Martín.  
Licenciada en Psicología y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Pilar Fitor Lorea.  
Licenciada en Psicología y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Don Miguel Payuelo Sanclemente.  
Licenciado en Psicología.

Doña Estela Angélica Vienña Carbone.  
Profesora de E. G. B. y Fonoaudióloga.

Doña Carmen Sensenic Miguel.  
Licenciada en Psicología y Profesora de Audición y Lenguaje.

Doña María José Domínguez Gil.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Don Roberto Velasco Serrano.  
Licenciado en Pedagogía

Don Manuel C. Rodríguez Otero.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica y Diplomado en Psicología.

Don Eudoxio de Auta Peláez.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica y Diplomado en Psicología Pedagógica.

Doña Inés Monjas Casares.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica y Diplomado en Psicología Pedagógica.

Doña Amparo Roca Gamón.  
Licenciada en Psicología y Pedagogía.

Don Arsenio Peñalver Solaz.  
Licenciado en Pedagogía y Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Don Carmelo González Velasco.  
Licenciado en Pedagogía y Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Don Antonio Cambra Mataix.  
Licenciado en Pedagogía y Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña Angeles Ferrer Ibáñez.  
Licenciada en Pedagogía y Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Don Aurelio Hermida Belag.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña María Teresa González Sabucedo.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Soledad Díez.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña María Cristina Madroñero de la Cal.  
Licenciada en Filosofía y Letras. Profesora superior de canto y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña Concepción Muro Fernández.  
Licenciada en Pedagogía.

Doña María del Carmen Torres Rodríguez.  
Profesora de Técnicas de Expresión.

Don Juan Vázquez.  
Profesor de Educación Física y Natación.

Doña Alejandrina Laborda Soteras.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Don Francisco Catalá Casnova.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Don Gregorio Fernández Oliver.  
Graduado en Artes Aplicadas.

Doña María José Martínez Casanous.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Doña María del Pilar Omedas Castel.  
Licenciada en Pedagogía, Subsección Educación Especial y Profesora de E. G. B.

Doña María Teresa Pastor Castillo.  
Licenciada en Pedagogía, Subsección de Educación Especial.

Doña Vicenta Plaza Valls.  
Licenciada en Psicología.

Don José Víctor Prado Arocha.  
Licenciado en Psicología, Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña Pilar Rodríguez Sebastián.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica y Profesora de Educación Física.

Doña Evangelina Atienza Lobos.  
Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Don José González Rodríguez.  
Profesor de Técnicas Expresivas.

Don Antonio Rosiñol Far.  
Licenciado en Medicina, especialista en Neurología.

Doña Magdalena Gutiérrez García.  
Licenciada en Pedagogía y Profesora de E. G. B.

Doña María Tons Fernández.  
Licenciada en Pedagogía.

Doña Jaqueline Ferretjans Monserrat.  
Licenciada en Pedagogía y Profesora de Pedagogía Terapéutica.

Don Jesús María Luna Fernández.  
Licenciado en Psicología.

Don Jaime Pastos Ramis.  
Profesor de Pedagogía Terapéutica.

Doña María Luisa Vilar Pérez.  
Licenciada en Pedagogía.

#### **EXPERTOS COLABORADORES**

Don José Luis Rodríguez Diéguez.  
Catedrático de Didáctica.  
Universidad de Salamanca.

*Don Francisco Secadas Marco.*  
Catedrático de Psicología.  
Universidad de Madrid.









**MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA**  
Centro de Publicaciones

---