|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **1ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Desplazamientos | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Serpientes:** Un alumno/a la queda y tiene que pillar al resto. Si les pilla, se van al suelo y, desde el suelo, le ayudan a pillar al resto. | Gran grupo |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Stop** * **Comecocos:** 2 ó 3 personas la quedan. Sólo se puede correr por las líneas. Si pillan a alguien, esta persona pasará a quedarla en su lugar. * **La cadena:** Una persona comienza quedándola. Si pilla a alguien, le dará la mano y pillarán juntos. Así, se va formando una gran cadena hasta que no queda nadie sin pillar. **Variante:** Por seguridad, el número máximo de integrantes de la cadena será 3. Cuando ya sean 4, la cadena se divide en 2. | Gran grupo | Petos para marcar a los/las comecocos |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **El rey/reina del silencio:** Una persona se sienta con los ojos tapados. El resto espera enfrente. Irán saliendo uno a uno, de forma muy sigilosa, a sentarse detrás de él o ella. Pero si el rey/reina oye sus pasos, les mandará volver atrás. Al final del tiempo, si hemos conseguido sentarnos todos/as detrás del rey/reina, gana la clase. Si no, gana el rey/reina | Gran grupo | Venda para tapar ojos. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **2ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Desplazamientos | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Cuba libre:** Parecido al Stop. Cuando no quieren ser pillados/as, deben decir “Cu” y extender una mano. No podrán moverse hasta que otra persona diga “Ba” y junte su mano con ellos/as y una tercera pase por el medio gritando “libre”. Si alguien es pillado, pasa a quedarla. | Gran grupo. |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Perro:** Una se la liga en el centro del campo. El resto debe tratar de cruzar cuando la persona que se la liga diga o bien su nombre, o bien “perro” (en ese caso, todos/as tratarán de cruzar a la vez). * **Trabajo con zancos:** Desplazamiento libre para familiarizarse con el material. * **Carrera de zancos:** Con conos haciendo zigzag, en 4 ó 5 grupos para evitar tiempos prolongados de espera. | Gran grupo  Individual  En pequeño grupo | Zancos |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Las llaves:** El grupo se coloca en círculo, sentados/as en el suelo. Una persona se sitúa en el centro con los ojos tapados y unas llaves cerca de él/ella. Uno a uno, deben salir del círculo a robarle las llaves de forma sigilosa. Si les oye, la persona del centro les mandará sentar de nuevo mediante una señal con su mano. | Pequeño grupo | Llaves |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **3ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Desplazamientos | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **El río de los cocodrilos:** Una persona la queda, será el cocodrilo/a. Se sitúa en la línea central (el río). A la señal de la maestra, el resto del grupo (peces) deben cruzar el río sin que les pille el cocodrilo/a. Si les pilla, deben situarse con él/ella en el río y tratarán de seguir pillando juntos. |  |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Ardillas en jaula:** 3 tipos de personajes: Hay 3 personas que pillan, personas que hacen de jaula (sostienen el aro donde se meterán las ardillas) y las ardillas. Las ardillas comienzan metidas en la jaula (dentro del aro). A la señal de la maestra, deben salir de su jaula e ir en busca de otra. Mientras están fuera de su jaula, los que la quedan pueden pillarlas y eliminarlas. * **Aros musicales:** Igual que las sillas musicales pero con aros en el suelo. * **Carreras de relevos en distintas posiciones:** 4 grupos en fila india, separados por un paso: * Sale el último y tiene que pasar en zigzag por sus compañeros/as hasta colocarse el primero/a, y así sucesivamente hasta llegar al final. Variante: Se puede hacer también sin zigzag, sale el último y se coloca el primero, y hasta que no llega a su sitio no sale el siguiente. * Sale el último/a, pasando por debajo de las piernas de los compañeros/as y colocándose en primer lugar. | Gran grupo  Gran grupo  4 ó 5 grupos | Aros  Aros  Conos |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * Caminar por las líneas atados del tobillo de 2 en 2 primero, y de 3 en 3 después. | Parejas y tríos | Combas |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **4ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Desplazamientos + velocidad de reacción | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Torito en alto:** Una persona la queda. Para no ser pillados/as, pueden situarse en algún sitio que esté en altura, pero sólo pueden permanecer en él 10 segundos máximo. Si pillan a alguien, la queda. Variante: Quedarla por parejas. | Gran grupo |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **A por él:** Dos filas. De una fila, sale un alumno/a corriendo. De la otra fila, salen dos a la señal de la maestra (hay que dejarle al primero/a algo de ventaja). Cuando le pillan, sale el segundo de la fila y, unos segundos después, dos de la otra fila a pillarle, y así sucesivamente hasta que salgan todos. Se cronometra el tiempo que tardan en coger a todos los alumnos/as de la primera fila. Después, se cambian los papeles. Gana el equipo que menos tarda en coger a los componentes del equipo contrario. * **Perros y gatos:** Dos grupos sentados uno al lado de otro y enfrentados de espaldas. Si la maestra dice “gatos” ese grupo saldrá corriendo y los perros tendrán que cogerlos hacia una línea fijada de antemano. Igual al contrario * **Tres en raya**: 2 equipos. 9 aros en el centro del campo y 6 petos de 2 colores distintos, 3 para cada equipo. Es el juego del tres en raya. Sale una persona de cada equipo a la vez al principio para poner uno de sus petos dentro del aro y vuelve para que salga otra persona a colocar otro de los petos. Gana quien primero haga 3 en raya. | Dos filas  En parejas  2 grupos | 9 aros y 6 petos |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Pollito inglés** andando. |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **5ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Lanzamientos | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Sitting ball**: Se lanza una pelota al aire y el que la coja tiene que quedarse quieto y lanzar la pelota a un compañero para intentar darle. Si le da se sienta (este podrá salvarse si la coge cuando pase por su lado). Una vez que la lance puede cogerla cualquiera. | Gran grupo | Pelotas |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Pase y recepción de pelota desde distintas posiciones:** Uno de pie y otro sentado, mano dominante y no dominante, por detrás de la cabeza, uno tumbado y otro de rodillas… Variante: Cambiar el tamaño de las pelotas. * **Similar pero con frisbee.** Importante explicar técnica antes. * **Similar pero con indiacas.** * **El ratón y el gato:** Un gran círculo con 3 personas dentro. Las personas en el grupo deben pasarse 3 pelotas, y las que están dentro deben intentar cortar el pase. Si lo consiguen, se van al círculo y entra dentro la persona que perdió la posesión. | Parejas  Gran grupo | Pelotas, frisbees e indiacas. |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Pelota por detrás:** Sentados en fila, muy juntos/as, manos en la espalda menos una persona que se la liga. El gran grupo tiene que pasarse la pelota por detrás y el que se la liga, que está en frente, tiene que descubrir por dónde va. | Gran grupo | Pelota |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **6ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Lanzamientos | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Achique de pelotas**: Dos equipos con el mismo número de pelotas y en campos contrarios, a la señal tienen que lanzar las pelotas al otro equipo. Acabado el tiempo se contabilizan las pelotas que cada equipo tiene en su campo. Gana el que menos tenga | Dos grupos | Pelotas |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Los cazadores:** Una persona la queda, con pelota. Tiene que perseguir a los demás y tratar de darles con la pelota. A quien le dé, le convierte también en cazador/a y se le da otra pelota para que le ayude a cazar a los demás. Así sucesivamente hasta que solo queda uno/a. * **A por la pelota gigante:** 2 equipos. Cada equipo con un número amplio de pelotas. Se sitúa en medio de los dos equipos una pelota gigante. A la señal, cada equipo a base de lanzamientos tendrá que intentar que la pelota gigante traspase la línea del equipo contrario. El equipo que lo consiga consigue un punto. * **Balón prisionero:** Importante hacer 4 equipos, jugar en dos campos para reducir los tiempos de espera. | Gran grupo  2 grupos  4 grupos | Pelotas  Pelotas y pelota gigante  Pelotas |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **La diana:** Grupos de 6. Los alumnos/as deben lanzar un aro para colarlo en un cono o pica que hemos puesto a una distancia determinada. | Pequeño grupo | Pelotas y aros o picas |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **7ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Lanzamientos de precisión | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **La roca:** Es un juego de pilla-pilla en el que los niños/as que se la quedan llevan una pelota en la mano y a quien den se convierten en roca, agachados/as en el suelo. Sólo pueden ser salvados cuando alguien les pase por encima. | Gran grupos | Pelota |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Dentro del aro:** En parejas o tríos. Una persona sostiene el aro a distintas alturas, la otra dispone de 3 intentos para tratar de meter la pelota dentro. A los 3 intentos, cambian el papel. * **Igual pero con frisbee.** * **Bolos.** * **Tirar la raya:** Pequeños grupos. Se colocan en una línea y, por turnos, tienen dos tiradas de frisbee para intentar colocarlo lo más cerca posible de la línea central pero sin pasarse. Quien más se acerque, gana un punto en esa ronda. | Parejas o tríos  Pequeño grupo  Pequeño grupo | Pelotas, aros y frisbees. |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Pies quietos:** Una persona lanza la pelota al aire a la vez que grita el nombre de un compañero/a. Cuando éste/a la coge debe decir “pies quietos”. En ese instante, dispondrá de 3 pasos para acercarse a un compañero/a y lanzarle la pelota para intentar darle. | Gran grupo | Pelota |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **8ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Saltos (en altura) | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Las ranas y el conejo**: El conejo, desplazándose dando saltos hacia arriba, debe pillar a las ranas. Estas se desplazaran también saltando hacia arriba pero teniendo que tocar el suelo con las manos. Todas las ranas que pille el conejo se convertirán en conejo hasta que todas sean pilladas. | Gran grupo |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Exploración de saltos por el espacio, con diversos materiales:** A pies juntos, a pata coja, puntillas, salto de rana, salto a pies juntos desde parado, salto vertical desde parado, saltos desde altura a caer amortiguadamente en colchoneta (banco y espaldera), salto de aro en aro. * **El reloj.** * **Salto de vallas:** Colocamos una serie de vayas a lo largo del espacio, con variedad de alturas, para que el alumnado las salte. * **Carrera de sacos.** | Individual  Gran grupo  Individual  Grupos de 4 | Espalderas, bancos suecos, colchonetas, aros.  Aro atado a una cuerda  Diversas vallas  Al menos un saco para cada grupo. |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * Pollito inglés con saltitos. | Gran grupo |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **9ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Saltos (en horizontal) | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Lobo y ovejas:** Todo el alumnado está sentado con las piernas estiradas. Hay un/una lobo (que pilla) y un/una oveja (que huye). Para salvarse antes de que le pillen, puede saltar por encima de las piernas de un compañero/a. En ese momento, el/la que estaba sentado/a se convierte en lobo, y el/la que era lobo en oveja (de perseguidor a perseguido). | Gran grupo |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **“El mensajero”**: Grupos de 4 que se colocan detrás de la línea de partida menos uno que se colocará en el circulo situado a uno 12 metros aproximadamente. A la señal, el 1º de cada equipo se desplaza saltando hacia el compañero que está en el círculo con un mensaje que le entregará (una pelota, un pañuelo, etc.). Después el que estaba en el círculo volverá a llevarle el mensaje al siguiente compañero saltando y así sucesivamente. El primer equipo que concluya el mensaje será el ganador. - **Variantes:** realizar la primera mitad del recorrido con un pie y luego con el otro. Podemos utilizar obstáculos en el recorrido, obligando al niño/a a realizar un zigzag en del trayecto. * **Conejo Saltarín:** Siempre saldrán los primeros/as de cada fila. Estos estarán saltando verticalmente como un conejo a la vez que van diciendo “Soy el conejo saltarín” y, a la señal del profesor, deberán salir corriendo y hacer un salto horizontal hacia la colchoneta cuando llegue a la línea marcada. Los que lo hagan se colocarán al final de las filas y saldrán los siguientes. * **Unidos:** Cada pareja deben colocarse espalda con espalda, sujetando ambos una cuerda. El juego va a consistir en una carrera entre los dos equipos. Cada pareja que vaya saliendo, tendrán que ir haciendo saltos laterales dentro de los aros, deben de estar muy coordinados para ir lo más igualado posible. Ganará el equipo que termine antes. Si las parejas se sueltan de la cuerda deberán empezar de nuevo. Además, deben caer siempre dentro del aro. | Grupos de 4  2 grupos, en 2 filas indias  2 grupos | Conos para marcar la línea de salida. Aros y material para pasar el mensaje (pelotas, pañuelo, etc.)  Conos, colchonetas  Aros, cuerdas. |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **La serpiente:** Tres alumnos/as hacen serpentear una cuerda y el resto tienen que evitar tocarla saltando hacia arriba. Sólo se puede hacer andando, relajadamente. Si el alumno/a que tiene que saltar toca la cuerda, pasa a ser quien la serpentee. | Gran grupo | 3 cuerdas |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **10ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Giros | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Juego del girador**: Es un juego de pilla-pilla normal, similar al stop con la diferencia que el niño/a, tiene que decir «girador» a la misma vez que da un giro y se queda con las manos abiertas para no ser pillado. Otro compañero/a lo podrá salvar dándole un giro nuevamente. | Gran grupo |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Tocar la espalda**: Por parejas, uno/a se sitúa dentro de un aro grande, el otro/a fuera. El/la que está fuera tiene que intentar tocar la espalda del/la que está dentro, y para ello no vale entrar dentro del aro. El que está dentro tiene que intentar evitar ser tocado y no puede salir de su aro. Si le toca la espalda cambio de rol. * **Giro de materiales**: Con aros, deben intentar hacerlo girar con diferentes partes del cuerpo (la cintura, la mano, el pie, etc.). * **La croqueta**. * **La croqueta gigante**: 4 niñas/os tumbados/as boca abajo. Se tumba otro/a niño/a perpendicularmente sobre ellos/as. Los/as que están debajo empiezan a hacer la croqueta y hacen que quien está arriba, avance. Cuando hacen que llegue al final, éste/a se coloca debajo y quien estaba primero/a se va a la fila. | Parejas  Individual  Individual  Gran grupo | Aros  Aros  Colchonetas  Colchonetas |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * Relajación sobre las colchonetas. |  |  |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **11ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Giros | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * Movilización de articulaciones. |  |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Salto lateral de banco:** Situados al principio del banco, a un lado, y colocando ambas manos en él, deben saltar a un lado y al otro del mismo hasta completar su longitud. Que observen desde qué lado se sienten más cómodos/as. **Importante:** Hacerlo una segunda vez fijándose en que respetan el orden: posan primero una mano y luego otra, un pie y luego el otro. * **Mismo ejercicio pero en el suelo:** No olvidando el orden (mano – mano – pie – pie). Poco a poco, intentar ir elevando las piernas para conseguir la vertical. * **Rueda lateral final.** | Individual  Individual  Individual | Bancos suecos  Colchonetas  Colchonetas |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **No se cae:** Cada uno/a con una pica posada en vertical en el suelo. A nuestra señal, sueltan su pica y van a agarrar la de su derecha, intentando que no se caiga ninguna. | Gran grupo | Picas |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UDI “Nos movemos por el espacio”** | **12ª SESIÓN** | |
| **CICLO: 2º** |  | |
| Evaluación | | |
| **PARTE INICIAL / CALENTAMIENTO** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Las serpientes:** Un alumno/a la queda y tiene que pillar al resto. Si les pilla, se van al suelo y, desde el suelo, le ayudan a pillar al resto. | Gran grupo |  |
| **PARTE PRINCIPAL** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| Circuito de habilidades motrices con distintas postas:   1. Carrera en zigzag 2. Reptaciones bajo vallas 3. Gateo 4. Caminar con zancos (opción en zigzag y subiendo/bajando obstáculos como ladrillos). 5. Pases de pelota con la persona que viene detrás. 6. Pases de frisbee. 7. Lanzamiento de precisión: Meter pelota dentro de aros a distintas alturas. 8. Salto de diversos obstáculos: Vallas, ladrillos, conos. 9. Saltos desde espalderas y bancos a colchoneta. 10. Croqueta. 11. Rueda lateral. | Individual | Conos, vallas, colchonetas, zancos, pelotas pequeñas, frisbees, aros, ladrillos. |
| **PARTE FINAL / VUELTA A LA CALMA** | | |
| **ACTIVIDAD** | **AGRUPAMIENTO** | **MATERIAL** |
| * **Relajación con pelotas**: Por parejas, con una pelota, una persona de la pareja pasa la pelota por la espalda al compañero/a ejerciendo un poco de presión. Después, cambio de roles |  |  |