

PSICOMOTRICIDADE: 1ª sesión

Profesor: Jose

Proxecto: As emocións.

Emoción: MEDO.

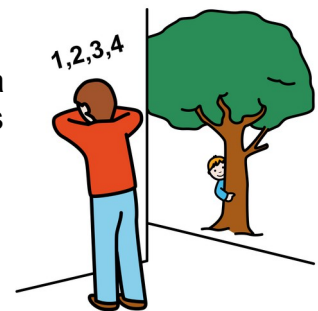


A **psicomotricidade** ou educación psicomotriz en Educación Infantil pretende desenvolver, a partir do corpo e do movemento, as posibilidades motrices, expresivas e creativas dos máis pequenos e que mellor maneira de facelo en familia.

Apetécevos??? pois propóño vos uns sinxelos xogos para crear confianza e superar algúns dos vosos medos.

- **Xogar ao escondite.** Na casa en colaboración coa nosa familia podemos xogar a este divertido xogo por diferentes estancias da casa.

Variantes: facelo a escuras, usar lanternas, etc.



- **Guiar ao cego/a.** Aos nenos/as gústalles vivir aventuras e situacións emocionantes. Neste xogo o neno/a cos ollos vendados e collidos da man dun adulto, irémolos guiando por un camiño de "obstáculos". Ten que confiar en nós e que teña a certeza que nós imos ver por él. Logo podemos invertir os papeis e ser eles os guías, mentres nos deixamos conducir polas instrucións e coidados dos nosos peques.
- **Caída cara atrás.** Un adulto (mamá, papá, ...) colócase detrás do neno/a e dille que se deixe caer cara atrás. Collémolo suavemente por debaixo das axilas. Esta actividade podemos facela entre os pais ou entre os irmáns, sempre que por **seguridade** comprobemos que podemos co peso e a altura do neno/a. Variante: cando o neno/a é pequeno, o adulto no chan apoiando a espalda, levante ao neno/a coas súas pernas, para que o neno/a "voe".

A continuación deixo un enlace que pode resultar interesante para os vosos papis.

<https://youtu.be/lc8eiwhfwBw>

Agardo que pasarades uns momentos divertidos e superando os vosos medos.

Moito ánimo e ser felices!!!

Unha aperta.



Jose.