

UD 2. HMB I: desplaçaments, salts i girs

Àrea: psicomotricitat

Curs: Educació infantil

Nº Sessions: 10

Objectius:

- Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.
- Respectar les normes.
- Adquirir l'hàbit d'higiene.

Continguts:

- Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
- Predisposició a la realització de les activitats.
- Acceptació dels límits del propi cos i el dels companys/es.
- Compliment de les normes bàsiques dels jocs.
- Respecte als companys/es, el material i a les instal·lacions.
- Compliment de les normes d'higiene.

Metodologia:

- Assignació de tasques.
- Descobriment guiat.

Avaluació:

- **Tipus:** continua i criterial
- **Instruments:** observació indirecta mitjançant llistes de control i taules.

Material i instal·lacions:

- Pista o pavelló
- Material divers.

Activitats E-A:

Veure sessions a continuació.

ANEE:

Eixos transversals:

Educació per a la salut i coeducació.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 1
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupedia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Moure's com.. Activitat: more's com un lleó (4 potes), serp (reptant), cangur (saltant peus junts), persona	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: ziga zaga. Activitat: grup classe jugant lliure amb material i fer circuit un per un. S'han de desplaçar de ≠ maneres. Material: 5 o 6 cons i material divers	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge dirigit. Activitat: Per parelles, l'un estirat a terra i l'altre va donant el massatge seguint les indicacions de la mestra (que va anomenant les diferents parts del cos on han de fer el massatge). Canvi de rol. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 2
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (corsa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: El tren Activitat: fan diverses files (3 per exemple) i obren les cames. El del final, ha de passar al principi per al primer: reptant per sota les cames, en quadrupèdia, saltant a peus junts o a peu coix... Material:	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: El riu Activitat: posar una o dues cordes llargues a terra. La canalla s'han de col·locar a un costat de la corda i passar a l'altre banda segons vagi dient la mestra: 1 peu a cada costat, peu coix, peus junts..., es pot provar amb una pica i fins i tot amb un banc (no l'haurien de saltar, si enfilars'hi i saltar) Material: cordes llargues, piques o banc. Nom: Tombarelles Activitat: un per un aniran fent rodes amb ajuda de la mestra. La resta farà joc lliure. Material: matalàs	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Els alumnes s'estiren a terra i el seu company de parella li fa un massatge passant-li suaument la pilota pel cos. Material: una pilota per parella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 3
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (corsa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Relleus Activitat: fer un parell de files. Realitzar relleus desplaçant-se com diu la mestra. Material: per marcar fins a on han d'arribar els i les alumnes	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: El circuit. Activitat: fer el circuit que s'indica al dibuix Material: divers	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge dirigit. Activitat: Per parelles, l'un estirat a terra i l'altre va donant el massatge seguint les indicacions de la mestra (que va anomenant les diferents parts del cos on han de fer el massatge). Canvi de rol. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 4
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: La xarranca Activitat: Es col·loquen cercles com en la xarranca. Però els alumnes només han de saltar-ho. Maneres: peus junts i quan hi ha dos cercles separats. Peu coix i quan hi ha dos cercles peus separats. Material: cercles	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Qui arriba més.... Activitat: salt de longitud: tots en una línia de la pista. A la senyal, saltar amb els peus junts una vegada. Salt d'alçada: cada alumne/a té un parell o tres gometes. A la senyal, salta amunt i intenta enganxar el gomet a la paret el més alt possible. Repetir-ho un parell de vegades més incitant als nens/e que intentin enganxar el gomet més amunt que l'anterior. Material: guix per marcar el salt de llargada i gometes pel d'alçada. Nom: Rodes Activitat: un per un aniran fent rodes amb ajuda de la mestra. La resta farà joc lliure. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Els alumnes s'estiren a terra i el seu company de parella li fa un massatge passant-li suauament la pilota pel cos. Material: una pilota per parella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canvien i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 5
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor • Salutació i benvinguda • Equipació • Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: rotllana moguda Activitat: els nens/es asseguts a terra en rotllana amb les cames obertes i estirades. Un per un aniran saltant les cames dels seus companys per donar la volta a la rotllana i tornar al seu lloc. Saltar: peus junts, corrents, peu coix, quadrupèdia. Es pot provar de fer cursa entre dos alumnes.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Tombarella Activitat: un per un van passant pel matalàs on la mestre els ensenyarà (o milloraran) ha fer la tombarella. La resta d'alumnes joc lliure amb material divers. Material: matalàs i material divers.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor • Control higiene • Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 6
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.	Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.	
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: inventat un Activitat: entre tots pensar i inventar-se un circuit on podem treballar les HMB. Anar a buscar el material i muntar-lo.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Ara el farem!! Activitat: realitzar el circuit què entre tots ens hem inventat. Material: el necessari per muntar el circuit ideat.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge dirigit. Activitat: Per parelles, l'un estirat a terra i l'altre va donant el massatge seguint les indicacions de la mestra (que va anomenant les diferents parts del cos on han de fer el massatge). Canvi de rol. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quietes i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 7
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Stop Activitat: pilla pilla, per salvar-se s'han de plantar i dir stop. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: vine o ves-te'n Activitat: asseguts en rotllana. La mestra designa un/a alumne/a. Aquest ha de caminar al voltant de la rotllana i quan vulgui toca el cap d'un company i li diu vine o ves-te'n. Vine: córrer en la mateixa direcció. Ves-te'n: córrer en direccions oposades. El primer en arribar al lloc s'hi queda. Fer-ho amb diverses formes de desplaçament. Nom: Tombarella Activitat: un per un van passant pel matalàs on la mestre els ensenyarà (o milloraran) ha fer la tombarella. La resta d'alumnes joc lliure amb material divers. Material: matalàs i material divers.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 8
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.	Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.	
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor • Salutació i benvinguda • Equipació • Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Peter pan Activitat: per parelles, l'un és el peter pan i l'altre l'ombra. El Peter pan es va desplaçant per l'espai de diverses maneres i l'ombra l'imita. Material:	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Passa... Activitat: han de passar les tanques de diverses maneres: per sobre (salt 2 peus 1 peu, 4 grapes i cranc) per sota. La resta del grup classe lliure. Al final, es troben penjats de la porteria cercles a diferents alçades. Han de saltar i posar la mà a dintre. Trien l'alçada a la que volen saltar. S'ha d'incitar a superar-se. Material: cons i piques per les tanques. Cordes i cercles.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Els alumnes s'estiren a terra i el seu company de parella li fa un massatge passant-li suaument la pilota pel cos. Material: una pilota per parella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor • Control higiene • Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 9
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: inventat un Activitat: entre tots pensar i inventar-se un circuit on podem treballar les HMB. Anar a buscar el material i muntar-lo.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Muntar el circuit, que vagin fent. I mestres, cridar un per un als alumnes per fer les tombarelles. Nom: Ara el farem!! Activitat: realitzar el circuit què entre tots ens hem inventat. Material: el necessari per muntar el circuit ideat. Nom: tombarelles Activitat: amb la supervisió del a mestre fer tombarelles. Material: matalàs.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge dirigit. Activitat: Per parelles, l'un estirat a terra i l'altre va donant el massatge seguint les indicacions de la mestra (que va anomenant les diferents parts del cos on han de fer el massatge). Canvi de rol. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 2. HMB: desplaçaments, salts i girs.		
Curs: EI		Sessió N°: 10
Objectius de la sessió: Experimentar diverses maneres de desplaçar-se, saltar i girar.		Continguts principals: Experimentació lliure o dirigida d'habilitats motrius bàsiques: desplaçament (cursa, quadrupèdia, reptacions i enfilades), salts i girs.
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor • Salutació i benvinguda • Equipació • Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: inventat un Activitat: entre tots pensar i inventar-se un circuit on podem treballar les HMB. Anar a buscar el material i muntar-lo.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Muntar el circuit, que vagin fent. I mestres, cridar un per un als alumnes per fer les tombarelles. Nom: Ara el farem!! Activitat: realitzar el circuit què entre tots ens hem inventat. Material: el necessari per muntar el circuit ideat. Nom: rodes Activitat: amb la supervisió del a mestre fer rodes Material: matalàs.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor • Control higiene • Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.