

# PSIKOMOTRIZITATE TAILERRA

ETXE GEHIENETAN EZ DUZUE IZANGO SALTO GELA MODUKO ESPAZIORIK... BAINA TARTE BAT EGITERIK BAI? HONA HEMEN ESPAZIO HUTS BATEAN JOLAS TXIKI BATZUK PRIMERAN PASATZEKO. ANIMATZEN?

A! SAIATU ZAITEZTE JOLAS HAUETAN HITZIK EZ ERABILTZEN,

## GORPUTZA IZAN DADILA ESPRESIO BIDE!

### 1. BEROKETA

ZUTIK ETA TXANDAKA: ESKUAK ERABILIZ, ESNATU AURREKOAREN GORPUTZA PITZA MASA BAT BALITZ BEZALA LANDUZ: OINAK, HANKAK, GERRIA, SABELA, BIZKARRA, BESOAK, ESKUAK, LEPOA, AURPEGIA, BURUA...

### 2. JOLASA – GALTZERDI GERRA

MATERIALA: GALTZERDIK (PELOTA MODUAN BILDUTA).

BI TALDE. GALTZERDIK BANATU, BAKOITZAK KOPURU BERDINA IZAN DEZAN. IXKINA EZBERDINETAN UTZI, MULTZOKATUTA, NORBERAREN "ETXEAN". HELBURUA, BESTEARI GALTZERDIK LAPURTZEA ETA NORBERAREN MULTZOAN UZTEA. EA NORK LORTZEN DUEN GALTZERDI MULTZO OSOA!

### 3. JOLASA – GALTZERDIRIK EZ!

MATERIALA: GALTZERDIK, ESPAZIOA MUGATZEKO MATERIALA (ZINTA/SOKA/ATERKIA...)

BI TALDE. ESPAZIOAREN ERDIAN MARRA BAT EGIN ETA BAKOITZAK ALDE BATEAN KOKATU. LURREAN, ALDE BATEAN ZEIN BESTEAN GALTZERDI KOPURU BERDINA UTZI. HELBURUA, ZURE ALDEKO GALTZERDIK BESTERA BOTATZEA. EA NORK LORTZEN DUEN GALTZERDIRIK GABE GERATZEA!

### 4. JOLASA – ITSU ITSUAN

MATERIALA: BEGIAK ESTALTZEKO ZAPI BAT.

BATEK BEGIAK ESTALIKO DITU ETA HELBURUA, ETXETIK ZEHAR BERA GIDATZEA IZANGO DA. ESPAZIO EZBERDINETARA JOAN, OBJEKU / PERTSONA EZBERDINEKIN TOPO EGIN DEZALA, ALTURA EZBERDINETATIK PASA... ONDO GIDATU ETA GIDATZEN UTZI!

### 5. JOLASA - BEGITARA BEGIRA

BINAKA, ESERITA ELKARRI BEGIETARA BEGIRA JARRI. HELBURUA EZ MUGITZEA DA (EZ BEGIRIK KLISKATU, EZ BARREZ HASI). EA NOR DEN GAI BESTEAREN BEGIRADAPEAN LASAI EGOTEKO!

### 6. ERLAXAZIOA - ZAINDU NAZAZU!

MATERIALA: MAINDIREREN BAT, MANTA BAT...

TXANDAKA. ZAINDUA IZANGO DENA ETZAN DADILA, NAHI BADU ESKAERAK EGIN DITZAKE: ABESTU, GOXATU, IKUTU, BESARKATU NAZAZU... ETA BESTEAK ZAINDU EZAZUE ETZAN DEN HORI (ESKAERAK ONARTZEAZ GAIN, MUSIKAREKIN, MASAJEATUZ, BEHATZ PUNTEKIN IKUTUZ...).

**ORAIN BAI, HITZ EGITEKO ORDUA. ZER MODUZ SENTITU ZARETE?**

KONTATU GURI ERE!

# TALLER DE PSICOMOTRICIDAD

SEGURO QUE EN VUESTRA CASA NO TENÉIS UN ESPACIO COMO LA SALTO GELA... PERO ¿PODRÍAIS HACER UN ESPACIO PARA LLEVAR A CABO UNOS JUEGOS Y PASARLO GENIAL? ¿OS ANIMÁIS?

¡A! INTENTAD NO UTILIZAR LA PALABRA EN ESTOS JUEGOS,

## ¡QUE SEA EL CUERPO QUIEN HABLE!

### 1. CALENTAMIENTO

DE PIE: UTILIZANDO LAS MANOS, DESPERTAD EL CUERPO DEL QUE TENÉIS EN FRENTE, TRABAJÁNDOLO COMO SI SU CUERPO FUERA LA MASA DE UNA PIZZA: PIES, PIERNAS, CADERAS, TRIPA, ESPALDA, BRAZOS, MANOS, CUELLO, CARA, CABEZA... LUEGO CAMBIAR DE PERSONA.

### 2. JUEGO – GUERRA DE CALCETINES

MATERIAL: CALCETINES (ENROLLADOS COMO SI FUESEN PELOTAS).

DOS GRUPOS. REPARTIR LOS CALCETINES, PARA QUE CADA GRUPO TENGA LA MISMA CANTIDAD. PONERLOS EN UN MONTÓN EN DOS ESQUINAS DIFERENTES. OBJETIVO, ROBAR LOS CALCETINES AL OTRO GRUPO Y DEJARLOS EN TU MONTÓN. ¡A VER QUIÉN CONSIGUE EL MONTÓN ENTERO DE CALCETINES!

### 3. JUEGO – ¡NINGÚN CALCETÍN!

MATERIAL: CALCETINES, MATERIAL PARA DEFINIR EL ESPACIO (CINTA, CUERDA, PARAGUAS...).

DOS GRUPOS. DEFINIR EL ESPACIO CON UNA RAYA Y COLOCAROS CADA GRUPO EN CADA LADO. REPARTIR LA MISMA CANTIDAD DE CALCETINES POR EL SUELO. OBJETIVO, QUE NO QUEDE NINGÚN CALCETÍN EN TU LADO. ¡A VER QUIEN CONSIGUE QUEDARSE SIN CALCETINES!

### 4. JUEGO – LA CEGUERA

MATERIAL: PAÑUELO PARA TAPAR LOS OJOS.

OBJETIVO, DIRIGIR A LA OTRA PERSONA POR CASA: LLEVARLE A DIFERENTES ESPACIOS, QUE SE JUNTE CON OBJETOS / PERSONAS DISTINTAS, QUE PASE POR DIFERENTES ALTURAS... ¡DEJAOS QUE OS GUÍEN!

### 5. JUEGO – MIRANDO A LOS OJOS

DE DOS EN DOS, SENTAOS MIRANDO A LOS OJOS. OBJETIVO, NO MOVERSE (NO PESTAÑEAR, NO EMPEZAR A REÍR). ¡A VER QUIÉN ES CAPAZ DE ESTARSE TRANQUILA/O ANTE LA MIRADA DEL DE ENFRENTE!

### 6. RELAJACIÓN - ¡CUÍDAME!

MATERIAL: UNA MANTA, UNA SÁBANA...

A TURNOS. QUIEN SERÁ CUIDADO QUE SE TUMBE, PUEDE HACER PETICIONES: CÁNTAME, TÓCAME, ABRÁZAME... Y LA OTRA PERSONA TENDRÁ QUE CUIDARLO (APARTE DE CUMPLIR CON LAS PETICIONES, CON MÚSICA, DANDO MASAJES, ACARICIANDO CON LA PUNTA DE LOS DEDOS...).

**AHORA SI, ¡YA PODÉIS HABLAR! ¿CÓMO OS HABÉIS SENTIDO?**

¡CUÉNTANOS TAMBIÉN A NOSOTRAS!