

Unidad Didáctica: 6 – Hábitos saludables y educación emocional Sesión nº: 5

Objetivos de la sesión: concienciar a los alumnos sobre la importancia de la higiene diaria; practicar tareas de la vida cotidiana que influyen en la higiene diaria; y fomentar el trabajo en equipo.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): asignación de tareas y mando directo.

Materiales e instalaciones: aros, petos y pelotas.

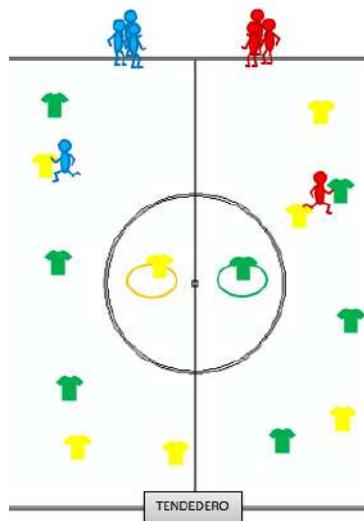
Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><i>Parte inicial (calentamiento)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo de movilidad articular (5 minutos). · Buenos días (6 minutos): todos los alumnos se dispersarán por el terreno de juego. El monitor irá narrando las labores que se llevan a cabo por las mañanas al levantarse para ir al colegio y os jugadores deberán representarlas mediante mímica. 	
<p><i>Parte principal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Tirar la basura (8 minutos): se dividirá la clase en dos grupos y cada uno se colocará en una portería. El monitor esparcirá, por todo el campo, pelotas (que serán la basura). Los alumnos deberán ir recogiéndolas y lanzándolas dentro de la portería que será el contenedor de basura hasta dejar limpio el campo. Variantes: recoger la basura con la mano no dominante. 	



· **Lavar la ropa (8 minutos):** se dividirá al grupo en dos equipos (A) y (B), y se colocarán dos aros en el centro de la pista. Los alumnos estarán colocados en dos filas y por todo el espacio habrá petos (amarillos-A y verdes-B) tirados por el suelo. Se llevará a cabo una carrera de relevos en la que los jugadores deberán recoger un peto de su color del suelo y meterlo dentro del aro de su equipo (que será la lavadora). Una vez que todos los petos estén en la lavadora, los jugadores deberán recogerlos uno por uno de la misma y llevarlos a la zona de gradas (que será el tendedero). Ganará el equipo que consiga lavar y tender antes toda la ropa.



· **¡A la ducha! (6 minutos):** se dividirá al grupo en parejas y cada pareja tendrá un peto. Un miembro de la pareja se colocará de pie y el otro, frente a él, deberá limpiarlo con el peto de la manera que le gustaría que lo limpiaran a él. A continuación, intercambiarán los roles. Variantes: realizar en grupos.



· **Cuidado, que mancho (6 minutos):** todos los jugadores se distribuirán por la pista. Uno de ellos será el jugador que mancha y tratará de ensuciar a sus compañeros pillándolos. Los demás deberán huir para mantenerse limpios. Si el jugador que mancha consigue pillar a alguno de sus compañeros, este pasará a pillar también. Ganará el último jugador que consiga mantenerse limpio.



Parte final (vuelta a la calma)

- **Mirad cómo se hace (6 minutos):** se colocarán todos los alumnos sentados en el suelo formando un círculo. Uno de los jugadores saldrá al centro y deberá mostrar a sus compañeros, mediante mímica, alguna acción de su higiene diaria. Estos deberán adivinar que está haciendo. El jugador que lo adivine, intercambiará roles con el jugador que estaba representando la acción. Variante: realizar las representaciones en parejas (llegando a un acuerdo entre ellos sobre la acción que van a representar).

