

A. Mejora del esquema corporal y lateralidad.

- Señalar cada una de las partes del cuerpo en sí mismo y en espejo identificándolas.
- Alguien las nombra y el niño/-a las señala.
- Identificar las diferentes partes en una lámina o dibujo de la figura humana.
- Realizar movimientos simples de un sólo miembro(mover la cabeza, el brazo,...).
- Movimientos que impliquen dos o más partes del cuerpo(manos atrás de la cabeza,...).
- Imitación de posiciones o movimientos del cuerpo..
- Abrir simultáneamente las manos, una con los dedos separados y otra con los dedos juntos.
- Colocar una mano abierta con la palma hacia el suelo y la otra cerrada con los dedos hacia arriba.
- Al golpe de una mano adoptar la posición de la otra, y viceversa.
- Dar palmadas sobre una mesa, una mano da palmadas alternando palma-dorso, mientras la otra se abre y se cierra.
- Completar las partes que faltan en el dibujo de una figura humana.
- Puzzles, rompecabezas y recortables de una figura humana.
- Juego de las estatuas.
- Contraer y relajar los músculos.
- Representar acciones o actitudes humanas (enfado, alegría, etc.).
- Manipular plastelina con una y otra mano.
- Hacer trazos y dibujos con una y otra mano.
- En parejas lanzarse y recoger pelotas con la mano preferente.
- Dar patadas a un balón con el pie preferente.
- Actividades de recortado, pegado, etc. con la mano preferente.
- Realizar movimientos con las partes simétricas del cuerpo.
- Jugar al tiro al blanco cerrando uno de los ojos.
- Representar animales con sus movimientos característicos.
- Tocarse con el pulgar todos y cada uno de los demás dedos.
- Dar saltos dentro y fuera de aros.
- Lanzar un balón al aire, dar una patada, un salto, etc. Y recogerlo
- Situar objetos a la derecha e izquierda de si mismo y de los demás.
- Repasar la propia mano dominante copiándola con un lápiz.
- Golpear un globo con la mano que se indique.
- Jugar a moverse como un robot.
- Realizar movimientos que indiquen la dirección relativa de un objeto (ej: ponerse a la derecha de una mesa).
- Frente a un espejo repetir los movimientos que hace otra persona.
- Repetir los movimientos que observemos en otros después de que acabe.
- Realizar dibujos en la parte derecha con la mano derecha y en la izquierda con la izquierda. Comparar ambos.
- Saltar con los pies juntos a un lado y a otro de una cuerda.
- Caminar dando pasos muy cortos o muy lentos, lo mismo corriendo.
- De un salto dar en el aire media vuelta para el lado que se indica.
- Marchar de puntillas sobre una línea.
- Saltar a la pata coja y cambiar de pierna.
- A la señal, una pierna delante, el tronco hacia atrás, a otra señal el tronco adelante, las piernas atrás.
- Simular que esquiamos primero sobre una pierna y luego sobre la otra.

B. Mejora de la estructuración espacio-temporal

- Señalar y nombrar las partes del cuerpo que están delante y detrás.
- Señalar y nombrar las partes del cuerpo por encima y debajo de la cintura.
- Colorear en una ficha todo el lado derecho de su cuerpo (o su pierna izquierda,...).
- Seguir un ritmo según las distintas secuencias del movimiento: lento, rápido.
- Tocar la pierna derecha, mano izquierda, oreja derecha, etc.
- Realizar movimientos en espejo frente a otra persona.
- Distinguir un ritmo lento y uno rápido.
- Marchar al ritmo de algún instrumento.
- Lanzar una pelota con la mano derecha recogiendo con la izquierda.
- Dos niños/-as sujetan un aro, uno con la mano izquierda y el otro con la derecha. Ambos se dispersan y a una señal deben recoger el aro con la misma mano.
- Dispersarse y a la señal volver al lugar de origen.
- Recorrer una distancia a diferentes velocidades.
- Sobre el dibujo de un cuadrado, marcar la derecha y la izquierda en el suelo y luego trasladarlo sobre una pizarra.
- Situarse en el plano.
- Caminar al tiempo que se bota una pelota.
- Carreras de relevos a distintas velocidades.
- Recorrer una distancia con los ojos tapados, descubrirse los ojos y volver a la posición de partida siguiendo el mismo ritmo.
- Reproducir palmadas al mismo tiempo que se escuchan.
- Seguir un ritmo y a una señal cambiar a otro distinto.
- Canciones con diferentes ritmos.
- Reproducir sonidos a ritmo de corcheas, negras y blancas.
- Recordar todas las actividades del día desde que se levanta.
- Ordenar secuencias de viñetas.

C. Coordinación motriz.

- Realización de marchas alternando los pies.
- Marchas en altura, sobre tacos, bancos suecos, etc.
- Dar palmadas y andar al mismo tiempo y ritmo.
- Dar palmadas y golpear con los pies alternativamente.
- Levantar un brazo y el pie contrario y cambiar de lado al sentir la palma.
- Marchar al ritmo de las palmas cambiando de ritmos e inmovilizándose en ausencia.
- Juego del pañuelo.
- Tiro de la cuerda.
- Papiroflexia.
- Marchar por una raya por el suelo controlando el equilibrio.
- Mover un brazo y una pierna alternativamente.
- Tirar a un blanco con ambas manos.
- Expulsamos el aire al tiempo que nuestro cuerpo simula una vela que se consume.
- Ejercicios de respiración abdominal.
- Jugar a ser papel que lleva el viento en la dirección que sopla.
- Dar alternativamente cuatro pasos y cuatro palmadas. sustituir las palmadas por un golpe con el pie.
- Levantar el pie izquierdo poniendo la mano sobre el hombro derecho simultáneamente.
- Lanzar una pelota a un compañero ubicado dentro de un círculo tratando de evitar la intercepción de un tercero en el medio.

- Dominar la dirección al participar en una carrera; a una señal dada cambiar de dirección.
- Saltar de una altura determinada y caer dentro del un aro.
- Saltar una sucesión de obstáculos controlando el movimiento para no caer.
- Aprender a caer en los saltos; poner colchonetas en el suelo para que aprenda a controlar su propio peso.
- Apreciar las distancias para poder calcularla caída del suelo ejecutando daltos en sentido horizontal.
- Caminar deprisa, despacio, de puntillas, de tacones,...
- Caminar con los brazos en cruz portando un objeto en la cabeza.
- Con los brazos en la cintura, flexionar las piernas cada tres pasos sin perder el equilibrio.
- Caminar con los brazos en cruz sin perder el equilibrio.
- Lanzar por encima y debajo de una mesa.
- Botar un balón con la palma de una mano y cambiando de mano.
- Encestar un balón.
- Lanzar el balón de un compañero a otro.
- Lanzar un balón al aire, dar una patada, un salto, etc. y recogerlo.