

CONTENIDO:

1. El esqueleto y los músculos.

OBJETIVOS:

- Conocer los principales músculos y huesos de nuestro cuerpo.
- Reconocer y vivenciar en el propio cuerpo la situación de algunos huesos y músculos.

PARTE DE LA SESIÓN: PP
Cuestionario

ORGANIZACIÓN: 25

MATERIAL: Video/TV,

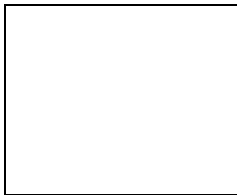


1. Visionar un video sobre el esqueleto y la musculación. Pasar un cuestionario.

PARTE DE LA SESIÓN: PP
Muñeco musculación.

ORGANIZACIÓN: 25

MATERIAL: Esqueleto,



2. Localizar en un esqueleto tamaño natural los huesos más importantes y en un muñeco de musculación los músculos más comunes que estamos estudiando. Trasladar estas localizaciones a su propio cuerpo y al del compañero.

PARTE DE LA SESIÓN: PF

ORGANIZACIÓN: 1

MATERIAL: Esqueleto



3. Entender la relación músculo-hueso-tendón.

PARTE DE LA SESIÓN: PF

ORGANIZACIÓN: 1

MATERIAL:



4. Realizar movimientos en los que el niño pueda notar la relajación/tensión de biceps/triceps y cuadriceps/biceps femoral. Sobre si mismo y sobre el compañero.

