*Primer ciclo*

*Contenidos*

Bloque 1. El cuerpo: imagen y percepción

- Posibilidades sensoriales. Exploración y discriminación de las sensaciones.

- Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión, la relajación y la respiración.

- Experimentación de posturas corporales diferentes.

- Afirmación de la lateralidad.

- Experimentación de situaciones de equilibrio y desequilibrio.

- Nociones asociadas a relaciones espaciales y temporales. Percepción espacio-temporal.

- Aceptación de la propia realidad corporal.

Bloque 2. Habilidades motrices

- Formas y posibilidades del movimiento. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas.

- Resolución de problemas motores sencillos.

- Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

Bloque 3. Actividades físicas artístico-expresivas

- Descubrimiento y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo y del movimiento.

- Sincronización del movimiento con pulsaciones y estructuras rítmicas sencillas.

- Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con desinhibición.

- Imitación de personajes, objetos y situaciones.

- Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo.

- Posibilidades expresivas con objetos y materiales.

- Participación en situaciones que supongan comunicación corporal. Reconocimiento y respeto por las diferencias en el modo de expresarse.

Bloque 4. Actividad física y salud

- Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.

- Relación de la actividad física con el bienestar

- Movilidad corporal orientada a la salud.

- Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividad física.

Bloque 5. Juegos y actividades deportivas

- El juego como actividad común a todas las culturas. Realización de juegos libres y organizados.

- Descubrimiento de la cooperación y la oposición con relación a las reglas de juego. Aceptación de distintos roles en el juego.

- Reconocimiento y valoración hacia las personas que participan en el juego.

- Compresión y cumplimiento de las normas de juego.

- Confianza en las propias posibilidades y esfuerzo personal en los juegos.

- Valoración del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.