

## PROGRAMA HERVAT – EJERCICIOS de aplicación

### EDUCACIÓN INFANTIL 3 AÑOS

| PRIMERA SEMANA                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Alternar puntillas y talones cada 5 segundos.<br/>(Pueden abrirse los brazos para facilitar el ejercicio).</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Levantar la mano al oír un sonido determinado.<br/>(Pueden utilizarse las grabaciones de diferentes sonidos existentes en la plataforma digital).</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio por parejas: “Uno de ellos se tumba boca arriba, el compañero realiza trazos verticales en la tripa del otro y el tumbado levanta la mano cuando el trazo es vertical. Después de 30 segundos, cambiamos”.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| SEGUNDA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>De pie: “Cruzar las piernas y mantener posición. Pierna derecha delante e izquierda detrás y alternar la posición de las piernas cada 10 segundos”.</li> </ul> <p>(Pueden abrirse los brazos para facilitar el ejercicio).</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Colocar en nuestra mano una marioneta de dedo y los alumnos deben seguir sus movimientos.</li> </ul> <p>Primero moverán la cabeza también, poco a poco iremos realizando el ejercicio tan solo con el movimiento de los ojos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio por parejas, uno de ellos tiene los ojos cerrados, se comienza por algo tan simple como: “DIME SI TE TOCO”. Después de 30 segundos, cambiamos</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| TERCERA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                   | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                      | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Sentados en el suelo y con las manos apoyas también: "Levantar pierna derecha hacia arriba y luego la izquierda. Alternar la posición de las piernas cada 5 segundos".</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Discriminar notas muy diferenciadas como "DO" grave y, "SI" agudo, levantando la mano cuando se oiga el sonido grave y escondiéndola cuando el sonido sea agudo.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: "Hacer trazos simples unos a otros y adivinarlos". Por ejemplo: "círculo" "línea".</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| CUARTA SEMANA                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                    | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"A la pata coja". Se cambia de pierna cada 10 segundos.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"La luciérnaga: Seguir el movimiento de la luz proyectada en la pared por una linterna, teléfono móvil o puntero laser".</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: "Hacer trazos horizontales y verticales unos a otros y adivinarlos". Cuando el trazo es horizontal el alumno levanta los brazos en horizontal y cuando es vertical levanta los brazos arriba.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| QUINTA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                        | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Ejercicio de la grulla, manteniendo la planta del pie en el suelo. (Primero con la derecha, luego con la izquierda)</i></li> </ul> <p>Se cambia de pierna cada 10 segundos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 20 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Seguimiento ocular de un objeto, sin mover la cabeza”. Por ejemplo, una regla que tenga pega en la punta gomets de diferentes colores.</i></li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las palmas de las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer trazos circulares y dibujar líneas, unos a otros, y adivinarlos”.</i></li> </ul> <p>El maestro indica al alumno que tiene los ojos abiertos si tiene que dibujar líneas o círculos.</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> |

| SEXTA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                     | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                                                    | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Con los ojos abiertos, los alumnos se situarán de pie, con un pie delante de otro”.</i></li> </ul> <p>Se cambia la posición de los pies cada 10 segundos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 20 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“En la pizarra digital, se proyectarán imágenes con caras de “niña / niño”. Cuando la imagen sea “niña” los alumnos se tocarán la mejilla y cuando sea “niño”, te tocarán la nariz.</i></li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ejercicio por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Uno de ellos se tumba boca arriba, el compañero realiza trazos verticales en la tripa del otro”.</i> (Cambiamos)</li> </ul> <p>(Los trazos se pueden variar como se estime oportuno)</p> <p>El maestro indica al alumno que tiene los ojos abiertos el trazo que tiene que realizar y este lo reproduce en tripa del compañero. El que está tumbado deberá reconocer el trazo.</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> |

| SÉPTIMA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                            | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Equilibrio apoyando un solo pie, con la otra pierna flexionada hacia atrás y los brazos en cruz”.</i></li> </ul> <p>Después de 10 segundos, cambiamos de pierna.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Cuando la maestra da una palmada, los alumnos deberán cerrar los ojos y cuando dé un taconazo en el suelo, deberán abrir los ojos”.</i></li> </ul> <p>Se irá alternando la secuencia “palmada – tacón”, por ejemplo, de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Palmada-palmada-palmada-tacón.</li> <li>– Palmada-palmada-palmada-tacón.</li> <li>– Palmada-tacón</li> </ul> <p>Y así sucesivas veces, inventando nuevas secuencias. Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ejercicio por parejas, uno de ellos tiene los ojos cerrados, se comienza por algo tan simple como: <i>“DIME SI TE TOCO”</i>. Después de 30 segundos, cambiamos</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| OCTAVA SEMANA                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                         | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Caminar sobre una línea señalada en el suelo colocando el talón a continuación de la puntera del otro pie y junto a él.</i></li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“La luciérnaga: Seguir el movimiento de la luz proyectada en la pared por una linterna, teléfono móvil o puntero laser”.</i></li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer trazos circulares y dibujar líneas, unos a otros, y adivinarlos”.</i></li> </ul> <p>La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos el dibujo que ha de hacer (líneas o círculos).</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos</p> |

| NOVENA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“En cuclillas”</i>. A la orden de la maestra los alumnos se colocan en cuclillas, durante 5 segundos. Se repita el ejercicio cinco veces.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Seguimiento ocular de un objeto, sin mover la cabeza”</i>. Por ejemplo, una regla que tenga pega en la punta gomets de diferentes colores.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las palmas de las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer trazos circulares y dibujar líneas, unos a otros, y adivinarlos”</i>.</li> </ul> <p>El maestro indica al alumno que tiene los ojos abiertos si tiene que dibujar líneas o círculos.</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> |

| DÉCIMA SEMANA                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Colocar un pie encima del otro e intentar mantener el equilibrio</i>. (Alternar la posición cada 10 segundos).</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Mirar a los distintos lugares de la clase, sin mover la cabeza”</i>. El maestro indicará el momento en que los alumnos deberán mirar arriba, abajo y hacia ambos lados, alternativamente.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer trazos circulares y dibujar líneas, unos a otros, y adivinarlos”</i>.</li> </ul> <p>La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos el dibujo que ha de hacer (líneas o círculos). Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> |

## PROGRAMA HERVAT -- EJERCICIOS

### EDUCACIÓN INFANTIL 4 AÑOS

| PRIMERA SEMANA                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                    | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>“Caminar sobre una línea señalada en el suelo colocando el talón a continuación de la puntera del otro pie y junto a él.</li></ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>La maestra da un palmada y los alumnos cierran los ojos: “Con los ojos cerrados, reconocer sonidos del cuerpo: palmadas, taconazos, pitos, silbidos, etc. Lo alumnos deberán identificar los sonidos”.</li></ul> <p>Cuando la maestra dé una nueva palmada se abren los ojos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: “Uno de los alumnos dibuja con la mano en la espalda del otro, dibuja tres vocales mayúsculas (I, O, U) en la espalda del otro. El alumno deberá identificarlas”.</li></ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| SEGUNDA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                               | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio por parejas colocados uno frente a otro: “Se apoyan con ambas manos de los hombros del compañero y elevan lateralmente una pierna de manera alternativa”.</li></ul> <p>Después de 20 segundos, cambiamos al compañero.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>“La luciérnaga: Seguir el movimiento de la luz proyectada en la pared por una linterna, teléfono móvil o puntero laser”.</li></ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio por parejas: “Uno de ellos se tumba boca arriba, el compañero realiza trazos verticales en la tripa del otro y el tumbado levanta la mano cuando el trazo es vertical”.</li></ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| TERCERA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                          | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                        | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"Balancear el cuerpo mediante un movimiento pendular sobre un solo pie".</li> </ul> <p>Alternar, cambiando de pie cada 3 segundos. El ejercicio se repetirá 4 veces con cada pierna.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Identificación de sonidos producidos por distintos instrumentos musicales".</li> </ul> <p>Con los ojos cerrados, los alumnos deberán reconocer los sonidos producidos por diferentes instrumentos (Pandero y triángulo.)</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: "Hacer trazos simples unos a otros y adivinarlos". Por ejemplo: "círculo" "línea".</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| CUARTA SEMANA                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                            | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                 | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"A la pata coja". Los alumnos realizan el ejercicio con los ojos cerrados</li> </ul> <p>Se cambia de pierna cada 10 segundos. Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Mostrara los alumnos sobre la pizarra las fotografías de varios animales. El ejercicio consiste en mirar la fotografía del animal que nombra el profesor.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en las palmas de las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados, el otro "Dibuja números del 1 al 5 en la palma de la mano del compañero y este tendrá que adivinarlos". La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos el número que ha de dibujar en la palma del compañero.</li> </ul> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> |

| QUINTA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"Equilibrio estático de puntillas". De pie, piernas juntas, elevación de los talones (posición de puntillas) durante 5 segundos.</li> </ul> <p>El ejercicio se realiza primero con los ojos abiertos y después con los ojos cerrados. Se realizarán dos elevaciones con ojos abiertos y otras dos con los ojos cerrados.</p> <p>Duración total del ejercicio: 20 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Todos los alumnos están con los ojos cerrados. "Se trata de reconocer la voz de diferentes compañeros de clase". Para ello, la maestra tocará en el hombro al alumno que debe hablar.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Hormigueo". Juego por parejas "Un alumnos hace cosquillas al otro punteando con las yemas de sus dedos desde la mano hasta el hombro". Se realiza el ejercicio, alternativamente, dos veces en cada brazo.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| SEXTA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                        | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                     | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"Ejercicio de la grulla, manteniendo la planta del pie en el suelo. (Primero con la derecha, luego con la izquierda). 2 veces con cada pierna.</li> </ul> <p>Se cambia de pierna cada 10 segundos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Seguimiento ocular sin mover la cabeza".</li> </ul> <p>La maestra moverá el brazo trazando un camino imaginario. Los alumnos seguirán el trazo sin mover la cabeza.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en las palmas de las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: "Hacer caracoles y montañas, unos a otros, y adivinarlas".</li> </ul> <p>La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos si tiene que dibujar "espirales" o "líneas quebradas".</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> |



| SÉPTIMA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“En cuclillas”</i>. A la orden de la maestra los alumnos se colocan en cuclillas, durante 5 segundos. Se repita el ejercicio cinco veces.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Cuando la maestra da una palmada, los alumnos deberán cerrar los ojos y cuando dé un taconazo en el suelo, deberán abrir los ojos”</i>.</li> </ul> <p>Se irá alternando la secuencia “palmada – tacón”, por ejemplo, de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Palmada-palmada-palmada-tacón.</li> <li>– Palmada-palmada-palmada-tacón.</li> <li>– Palmada-tacón</li> </ul> <p>Y así sucesivas veces, inventando nuevas secuencias. Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en la espalda, por parejas: <i>“Puntear con el dedo en la espalda del compañero y éste deberá adivinar cuántas veces se lo ha hecho”</i>.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| OCTAVA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“La estatua”</i>.</li> </ul> <p>Los alumnos deben moverse por todo el espacio del aula al ritmo de la música. En el momento que la música deje de sonar, los alumnos permanecerán inmóviles, como estatuas, en la posición que tenían cuando se paró la música.</p> <p>Si el ejercicio se hace sin música, en momento de “hacer la estatua” lo señalará la maestra con una palmada.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“¡No te levantes!”</i>.</li> </ul> <p>Los niños, sentados en el suelo, escucharán atentamente a la maestra que les dará la pauta de que cuando escuchen una palabra determinada (conocida por los alumnos) o un sonido, deberán levantarse y volverse a sentar. Durante el ejercicio, la maestra dirá varias palabras y entre ellas la palabra clave (o el sonido) y los niños deberán levantarse cuando escuchen la palabra.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer trazos circulares y dibujar líneas, unos a otros, y adivinarlos”</i>.</li> </ul> <p>La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos el dibujo que ha de hacer (líneas o círculos).</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos</p> |

| NOVENA SEMANA                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ATENCIÓN EJECUTIVA                                                                                                                                                                                                                        | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Colocar un pie encima del otro e intentar mantener el equilibrio. (Alternar la posición cada 10 segundos).</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"¿Qué falta?"</li> </ul> <p>La maestra enseña una lámina que tiene varios objetos; a continuación, tapa un objeto y pide que indiquen el objeto que falta.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: "Sacar unas plantillas con tres figuras geométricas diferentes, siguiendo su contorno, un alumno dibuja con el dedo en la espalda del compañero la silueta de la figura y éste deberá adivinarla". La maestra indicará a los alumnos la figura que deberán dibujar, mostrando una similar.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos</p> |

| DÉCIMA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                     | EJERCICIOS DE ATENCIÓN EJECUTIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Sentados en el suelo y con las manos apoyadas también: "Levantar pierna derecha hacia arriba y luego la izquierda. Alternar la posición de las piernas cada 5 segundos".</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Juego de las diferencias"</li> </ul> <p>La maestra enseña dos láminas que tienen sendos dibujos que son aparentemente iguales, aunque tienen varias diferencias, se trata de que los alumnos señalen cuáles son.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Colocar en nuestra mano una marioneta de dedo y los alumnos deben seguir sus movimientos.</li> </ul> <p>Primero moverán la cabeza también, poco a poco iremos realizando el ejercicio tan solo con el movimiento de los ojos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Hormigueo". Juego por parejas "Un alumnos hace cosquillas al otro punteando con las yemas de sus dedos desde la mano hasta el hombro". Se realiza el ejercicio, alternativamente, dos veces en cada brazo.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: "Dibujar trazos simples unos a otros y adivinarlos". Por ejemplo: "línea" y "cruz".</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

## PROGRAMA HERVAT - EJERCICIOS

### EDUCACIÓN INFANTIL 5 AÑOS

| PRIMERA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Caminar en línea recta colocando el talón a continuación de la puntera del otro pie y junto a él, cuatro pasos adelante y cuatro hacia atrás”.</i></li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p>                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La maestra da un palmada y los alumnos cierran los ojos: <i>“Con los ojos cerrados, reconocer sonidos del cuerpo: palmadas, taconazos, pitos, silbidos, etc. Los alumnos deberán identificar los sonidos”.</i></li> </ul> <p>Cuando la maestra dé una nueva palmada se abren los ojos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en la espalda, por parejas: <i>“Uno de los alumnos dibuja con la mano en la espalda del otro, dibuja tres vocales mayúsculas (I, O, U) en la espalda del otro. El alumno deberá identificarlas”.</i></li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |
| SEGUNDA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“La estatua”.</i></li> </ul> <p>Los alumnos deben moverse por todo el espacio del aula al ritmo de la música. En el momento que la música deje de sonar, los alumnos permanecerán inmóviles, como estatuas, en la posición que tenían cuando se paró la música.</p> <p>Si el ejercicio se hace sin música, en momento de "hacer la estatua" lo señalará la maestra con una palmada.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“La luciérnaga: Seguir el movimiento de la luz proyectada en la pared por una linterna, teléfono móvil o puntero laser”.</i></li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p>                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en la espalda, por parejas: <i>“Uno de los alumnos dibuja con la mano en la espalda del otro, dibuja “RISA” (☺) o “TRISTE” (☹) en la espalda del otro. El alumno deberá identificarlas”.</i></li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p>         |

| TERCERA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Ejercicio de la grulla, manteniendo la planta del pie en el suelo. (Primero con la derecha, luego con la izquierda). 2 veces con cada pierna.</i><br/>Se cambia de pierna cada 10 segundos.<br/>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Identificación de sonidos producidos por distintos instrumentos musicales”.</i><br/>Con los ojos cerrados, los alumnos deberán reconocer los sonidos producidos por diferentes instrumentos (Pandero y triángulo.)<br/>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las palmas de las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer caracoles y montañas, unos a otros, y adivinarlas”.</i><br/><br/>La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos si tiene que dibujar "espirales" o "líneas quebradas".<br/><br/>Después de 20 segundos, cambiamos.<br/><br/>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</li> </ul> |

| CUARTA SEMANA                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                  | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Colocar un pie encima del otro e intentar mantener el equilibrio. (Alternar la posición cada 10 segundos).</i><br/><br/>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Colocar en nuestra mano una marioneta de dedo y los alumnos deben seguir sus movimientos.</i><br/><br/>Primero moverán la cabeza también, poco a poco iremos realizando el ejercicio tan solo con el movimiento de los ojos.<br/><br/>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en la espalda, por parejas: <i>“Dibujar trazos simples unos a otros y adivinarlos”.</i> Por ejemplo: <i>“línea” y “cruz”.</i><br/><br/>Después de 30 segundos, cambiamos.<br/><br/>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</li> </ul> |

| QUINTA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"Equilibrio estático de puntillas". De pie, piernas juntas, elevación de los talones (posición de puntillas) durante 5 segundos.</li> </ul> <p>El ejercicio se realiza primero con los ojos abiertos y después con los ojos cerrados. Se realizarán dos elevaciones con ojos abiertos y otras dos con los ojos cerrados.</p> <p>Duración total del ejercicio: 20 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Todos los alumnos están con los ojos cerrados. "Se trata de reconocer la voz de diferentes compañeros de clase". Para ello, la maestra tocará en el hombro al alumno que debe hablar.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Hormigueo". Juego por parejas "Un alumnos hace cosquillas al otro punteando con las yemas de sus dedos desde la mano hasta el hombro". Se realiza el ejercicio, alternativamente, dos veces en cada brazo.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| SEXTA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                          | EJERCICIOS DE ATENCIÓN VISUAL                                                                                                                                                                                                                                     | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>"Balancear el cuerpo mediante un movimiento pendular sobre un solo pie".</li> </ul> <p>Alternar, cambiando de pie cada 3 segundos. El ejercicio se repetirá 4 veces con cada pierna.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>"Seguimiento ocular sin mover la cabeza".</li> </ul> <p>La maestra moverá el brazo trazando un camino imaginario. Los alumnos seguirán el trazo sin mover la cabeza.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos en la espalda, por parejas: "Hacer trazos simples unos a otros y adivinarlos". Por ejemplo: "círculo" "línea".</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| SÉPTIMA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“En cuclillas”</i>. A la orden de la maestra los alumnos se colocan en cuclillas, durante 5 segundos. Se repita el ejercicio cinco veces.</li> </ul> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Cuando la maestra da una palmada, los alumnos deberán cerrar los ojos y cuando dé un taconazo en el suelo, deberán abrir los ojos”</i>.</li> </ul> <p>Se irá alternando la secuencia “palmada – tacón”, por ejemplo, de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Palmada-palmada-palmada-tacón.</li> <li>– Palmada-palmada-palmada-tacón.</li> <li>– Palmada-tacón</li> </ul> <p>Y así sucesivas veces, inventando nuevas secuencias. Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en la espalda, por parejas: <i>“Puntear con el dedo en la espalda del compañero y éste deberá adivinar cuántas veces se lo ha hecho”</i>.</li> </ul> <p>Después de 30 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</p> |

| OCTAVA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | EJERCICIOS DE ATENCIÓN AUDITIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ejercicio por parejas colocados uno frente a otro: <i>“Se apoyan con ambas manos de los hombros del compañero y elevan lateralmente una pierna de manera alternativa”</i>.</li> </ul> <p>Después de 20 segundos, cambiamos al compañero.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“¡No te levantes!”</i>.</li> </ul> <p>Los niños, sentados en el suelo, escucharán atentamente a la maestra que les dará la pauta de que cuando escuchen una palabra determinada (conocida por los alumnos) o un sonido, deberán levantarse y volverse a sentar. Durante el ejercicio, la maestra dirá varias palabras y entre ellas la palabra clave (o el sonido) y los niños deberán levantarse cuando escuchen la palabra.</p> <p>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en las manos, por parejas, uno de los alumnos tiene los ojos cerrados: <i>“Hacer trazos circulares y dibujar líneas, unos a otros, y adivinarlos”</i>.</li> </ul> <p>La maestra indica al alumno que tiene los ojos abiertos el dibujo que ha de hacer (líneas o círculos).</p> <p>Después de 20 segundos, cambiamos.</p> <p>Duración total del ejercicio: 40 segundos</p> |

| NOVENA SEMANA                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                      | EJERCICIOS DE ATENCIÓN EJECUTIVA                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“A la pata coja”</i>. Los alumnos realizan el ejercicio con los ojos cerrados<br/>Se cambia de pierna cada 10 segundos.<br/>Duración total del ejercicio: 40 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“¿Qué falta?”</i><br/>La maestra enseña una lámina que tiene varios objetos; a continuación, tapa un objeto y pide que indiquen el objeto que falta.<br/>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Juegos en la espalda, por parejas: <i>“Dibujar trazos simples unos a otros y adivinarlos”</i>. Por ejemplo: <i>“línea”</i> y <i>“cruz”</i>.<br/>Después de 30 segundos, cambiamos.<br/>Duración total del ejercicio: 60 segundos</li> </ul> |

| DÉCIMA SEMANA                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EJERCICIOS DE EQUILIBRIO                                                                                                                                                                                                                                                           | EJERCICIOS DE ATENCIÓN EJECUTIVA                                                                                                                                                                                                                                                                                  | EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sentados en el suelo y con las manos apoyadas también: <i>“Levantar pierna derecha hacia arriba y luego la izquierda. Alternar la posición de las piernas cada 5 segundos”</i>.<br/>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>“Juego de las diferencias”</i><br/>La maestra enseña dos láminas que tienen sendos dibujos que son aparentemente iguales, aunque tienen varias diferencias, se trata de que los alumnos señalen cuáles son.<br/>Duración total del ejercicio: 30 segundos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ejercicio por parejas: <i>“Uno de ellos se tumba boca arriba, el compañero realiza trazos verticales en la tripa del otro y el tumbado levanta la mano cuando el trazo es vertical”</i>.<br/>Después de 30 segundos, cambiamos.<br/>Duración total del ejercicio: 60 segundos.</li> </ul> |