

Títol:	ARTICULACIONS (Jocs corporals)
Objectiu de la Sessió:	Treballar les articulacions . Prendre consciència del propi cos i el del company.
Material:	Cap (Només el cos i l'espai).

Què farem? Per parelles, un alumne mobilitzarà totes les articulacions del company, que estarà estirat a terra i relaxat.

ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Preparació	Treballar per parelles . Un de la parella està a terra, estirat amb els ulls tancats .
Execució	L'altre comença a treballar una per una, totes les articulacions del cos del company , a poc a poc i seguint les instruccions del coordinador.
Seqüència (Exemple)	(Primer els dits, després la mà, el braç...)

OBSERVACIONS I VARIANT

CAPÇALERA 1	QUÈ CAL FER?
Variant	Es pot fer al ritme d'una música .

OBSERVACIONS PER AL MESTRE/A

- (Espai per a notes sobre la relaxació del receptor, la suavitat i precisió en la mobilització de l'articulació per part de l'emissor, i la presa de consciència corporal.)