

**CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO Y  
AUTONOMÍA PERSONAL**

**5 AÑOS**

## **BLOQUE 1: EL CUERPO Y LA PROPIA IMAGEN**

### **1. RELACIONAR Y DIFERENCIAR LAS DISTINTAS PARTES DEL CUERPO, ASÍ COMO LAS QUE DEFINEN LA IDENTIDAD SEXUAL.**

- CABEZA
- OJOS
- NARIZ
- BOCA
- MANOS
- PIE
- VIENTRE
- PELO
- CULO
- OREJAS
- VULVA
- PENE/TESTÍCULOS
- CODO
- RODILLA
- LENGUA
- BRAZO
- PIERNA
- DIENTES
- DEDOS
- PECHOS
- **HUESOS**

- FRENTE
- CEJAS
- PESTAÑAS
- LABIOS
- BARBILLA
- GARGANTA
- UÑAS
- ESPALDA
- MUSLOS
- TOBILLOS

**2. CONTROLAR, REGULAR Y EXPRESAR LAS NECESIDADES DEL PROPIO CUERPO DE FORMA PROGRESIVA.**

- LAVARSE LAS MANOS
- IR SÓLO AL SERVICIO
- SONARSE LA NARIZ

**3. EXPRESAR SENTIMIENTOS, EMOCIONES Y VIVENCIAS.**

- LLANTO - RISA
- ALEGRÍA - TRISTEZA
- ENFADO

**4. DEDUCIR LAS CUALIDADES DE LOS OBJETOS UTILIZANDO LOS DISTINTOS SENTIDOS Y SUS FUNCIONES.**

- GUSTO: DULCE / SALADO.

**AMARGO. ÁCIDO.**

- TACTO: ÁSPERO / SUAVE. DURO / BLANDO.

CALIENTE /FRÍO. SECO/ MOJADO.

**LISO/ RUGOSO.**

- OÍDO: VOLUMEN ALTO / BAJO  
SONIDOS AGUDO / GRAVE  
CORTO / LARGO  
SONIDOS FAMILIARES
- OLFATO: OLORES AGRADABLES / DESAGRADABLES
- VISTA: TAMAÑO, FORMA, COLOR,  
**GROSOR.**

**5. INTERIORIZAR DE FORMA PROGRESIVA LAS DISTINTAS CAPACIDADES COGNITIVAS A TRAVÉS DE SU EXPERIMENTACIÓN PRÁCTICA EN EL AULA.**

- OBSERVAR
- IDENTIFICAR
- COMPARAR
- RELACIONAR
- DIFERENCIAR
- CLASIFICAR
- **DEFINIR**

## **BLOQUE 2: JUEGO Y MOVIMIENTO**

### **6. UTILIZAR LAS PRINCIPALES HABILIDADES MOTRICES COORDINANDO LOS MOVIMIENTOS DE FORMA PROGRESIVA.**

- CORRER
  - PARAR
  - SALTAR
  - MANTENERSE EN EQUILIBRIO
  - SUBIR Y BAJAR ESCALERAS
  - CONTROLAR SU FUERZA
  - VOLTERETA
  - SALTAR SOBRE UN PIE
  - **ANDAR DE PUNTILLAS**
  - **ANDAR DE CUCLILLAS**
  - IR ADQUIRIENDO COORDINACIÓN ÓCULO – MANUAL
  - DEFINICIÓN PROGRESIVA DE LATERALIDAD
- Gatear
- Patrón contralateral**

## **BLOQUE 3: LA ACTIVIDAD Y LA VIDA COTIDIANA**

### **7. ADQUIRIR AUTONOMÍA DE FORMA PROGRESIVA PARA HACER FRENTE A LOS PEQUEÑOS PROBLEMAS COTIDIANOS.**

- ENTRAR SOLO/ A EN EL AULA
- PONERSE/ QUITARSE LA BATA-EL ABRIGO
- ATARSE/ DESATARSE LOS BOTONES DE LA BATA Y COLGARLA
- CAMBIO DE MATERIAL PROVOCADO
- CAMBIO DE ACTIVIDAD PROVOCADO
- CAMBIO DE ESPACIO PROVOCADO
- CAMBIO DE MATERIAL VOLUNTARIO
- CALZARSE- DESCALZARSE
- **SUBIR / BAJAR CREMALLERAS**