Actividades de continuidad

Área: Educación Física

Profesora: Micaela Torga

1er Ciclo- 1°A Y 1°B

Hola familia, por este medio les hago llegar mi propuesta de continuidad para sus hijos/as para estas 2 semanas. Las actividades se corresponden con el plan anual del área. Desde ya les agradezco su compromiso y dedicación, ya que serán el nexo entre los alumnos y nosotros.

ACTIVIDADES

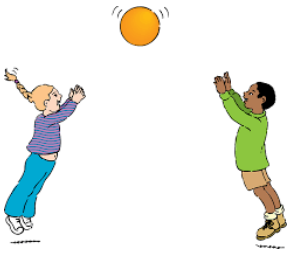
1-Dibujarse, en una hoja tamaño A4, a uno mismo y/o a sus compañeros participando de una clase de educación física (es importante utilizar toda la hoja).

a) Recortar el dibujo en 6 partes y pedirle a un adulto que las esconda por separado. Deberán buscarlas de a una por vez y llevarlas a un punto acordado. Una vez tengamos todas, armar el rompecabezas para volver a formar el dibujo. Variante: el alumno/a esconde los recortes y el adulto los busca.
b) Establecer un punto de partida y otro de llegada; transportar cada recorte del dibujo con distintas partes del cuerpo: con una mano, con la otra, con la espalda, con la panza, con la cabeza y sosteniéndolo con las piernas.
c) Armar bollitos con cada recorte (pueden agregarle cinta para que queda más prolijo) Deberán lanzar los bollitos al lugar inicial de distintas maneras: con una mano, con la otra, con un pie y el otro y con las dos manos juntas.
d) De a un bollito por vez hacer pases con un adulto intentando que no se caiga ninguno. Probar hacer 10 pases seguido, luego 15 y para terminar 30 (contar en vos alta)

2-Realizar las siguientes preguntas al alumno pidiendo una demostración:

a) ¿Qué hay que hacer al inicio de la clase, antes de realizar actividad física? ¿Qué movimientos conoces?
b) ¿Qué postura o movimiento puedo hacer con 1 apoyo? ¿con 2? ¿Y con 4?
c) ¿Qué hay que hacer al finalizar la clase?

3-Observar las siguientes imágenes y responder: ¿qué movimiento o actividad está realizando?; ¿qué elementos utiliza?; ¿dónde puede realizarlo?; ¿de qué otra manera se puede hacer?



4-Redondear los objetos que se relacionan con la Educación Física:

5- Colorea los objetos que conozcas en la siguiente imagen y explica para que sirven o para que se utilizan: