

## Actividades de continuidad

**Área: Educación Física**

**Profesora: Micaela Torga**

**1er Ciclo- 3°A Y 3°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-JUEGO DE LA MEMORIA: Escribir las siguientes palabras con lápiz en 2 papeles distintos y colocarlos boca abajo. Deberán dar vuelta 2 papeles por turno hasta llegar a juntar cada palabra con su par (misma palabra).

-pelota -red -correr -saltar -cono -antiparras -cancha -arco -pique -posta -aro

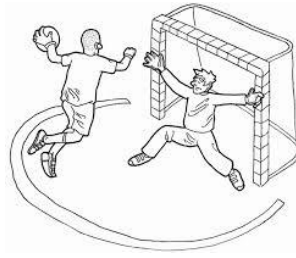
- Con las palabras, pensar en los deportes a los que estas puedan pertenecer. Hacer una lista.
- Hacer un bollito con cada palabra y practicar puntería a un balde y a un vaso. Lanzar la mitad de los bollitos con la mano derecha y la mitad con mano izquierda.
- Con la mano derecha lanzar un bollito hacia arriba e intentar agarrarlo con la misma mano, luego intentar agarrarlo con la otra mano. Hacerlo lo más rápido posible. Luego practicar con la mano izquierda. Hacerlo 5 veces con cada mano.
- Trasladar todos los bollitos de a dos por vez (uno en cada mano) desde un lugar a otro sin que se caigan: caminando en puntas de pie, saltando en dos pies, saltando en un pie, caminando hacia atrás, haciendo rodillas arriba, haciendo talones a la cola.

2-Contestar las siguientes preguntas y demostrarlas a un adulto:

- ¿Qué hay que hacer en la primer parte de la clase, antes de realizar actividad física?  
¿Qué movimientos recuerdan?
- ¿Qué hay que hacer al finalizar la clase?
- ¿Qué es un circuito? ¿de que se compone? Inventar uno y dibujarlo.

3-Observar las siguientes imágenes y responder: ¿a qué deporte pertenece?; ¿qué elementos utiliza?; ¿dónde puede realizarlo?





4-Inventar un recorrido con 4 o 5 objetos que tengas en casa y en el cual tenga que hacer principalmente saltos con los dos pies (juntos y separados). Hacerlo y explicárselo a un adulto o hermano/a para que lo realice también.

5- Encontrar 11 palabras relacionadas con la educación física en la sopa de letras y conversar sobre que significa o a que hace referencia cada una:

F	J	R	X	B	A	E	L	I	P	O	Q	V	N	R	K	O	U	C	E	A	S	P
D	A	R	D	I	L	T	U	M	P	O	S	T	A	F	C	A	M	I	S	R	C	Y
N	M	I	O	P	Ñ	L	T	G	R	A	M	B	T	H	G	D	A	P	I	L	U	T
F	B	V	M	N	X	Z	E	R	Y	O	P	D	A	F	U	T	B	O	L	F	U	N
R	E	I	M	B	A	S	Q	U	E	T	J	I	N	P	O	U	Y	F	A	B	A	C
G	A	T	E	F	R	K	L	Ñ	D	R	T	Y	N	B	U	Y	N	M	C	D	E	T
U	D	C	S	A	U	T	Y	G	F	V	B	N	L	P	O	K	I	Y	H	T	E	D
A	D	A	W	U	Z	E	C	O	M	A	S	T	U	R	Q	K	L	I	S	A	F	P
O	L	R	T	R	Q	N	J	S	A	G	S	A	L	T	A	R	G	F	A	T	R	F
D	E	R	R	U	T	I	M	A	R	V	I	C	O	P	U	L	G	E	Ñ	R	Z	U
A	X	E	T	R	F	S	B	N	M	L	U	O	P	K	J	H	R	T	F	O	T	G
E	V	R	N	T	O	P	H	K	L	Ñ	H	B	V	C	P	X	D	S	E	T	R	P
I	O	A	P	M	N	B	V	C	X	G	Z	A	S	D	E	F	G	H	J	A	K	L
Y	U	Y	T	R	E	W	Q	A	Z	I	X	S	W	E	L	D	C	V	F	R	R	T
D	E	F	T	H	U	K	Ñ	P	L	M	O	I	K	M	O	J	H	Y	U	N	B	G
W	A	Q	S	R	G	Y	H	U	K	N	M	U	N	T	T	B	D	E	U	T	X	S
N	A	D	A	R	G	U	I	O	P	A	L	Y	H	B	A	H	O	P	U	T	G	D
A	Y	U	P	I	I	U	O	P	Ñ	S	A	C	V	H	Y	U	D	A	M	E	T	P
S	T	J	O	A	T	Y	J	K	L	I	F	G	H	J	K	I	O	P	E	A	R	J
D	R	N	K	S	R	E	N	M	G	A	E	A	S	D	F	G	H	J	R	S	E	U
F	E	H	M	Z	X	Q	R	D	F	C	O	L	Y	P	C	O	N	O	Y	T	F	G