

Profesor: Elías Abraham Zúñiga Rodríguez.

Educación física grados: 1°,2°,3°.

Actividades para la semana del 11-05-2020 al 15-05-2020.

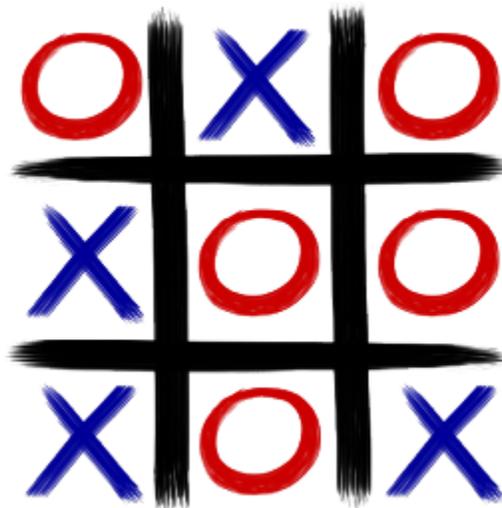
El último día para mandar evidencia es el viernes 15 de mayo 2020 antes de las 6:00pm.

Actividad 1. GATO.

Material: caja de cartón (puede ser de cereal), tijeras, diurex, colores.

Desarrollo:

- Escribir en la libreta todas las reglas para jugar gato.
- Realizar un tablero de cartón para jugar gato.
- Usar como guía la imagen de abajo.
- Realizar las fichas de cartón, cinco círculos y cinco X.
- Jugar en familia al gato.
- Mandar evidencia al Facebook de la escuela.
- Guardar el tablero y mostrarlo cuando regresemos a clases.



Profesor: Elías Abraham Zúñiga Rodríguez.

Educación física grados: 1°,2°,3°.

Actividades para la semana del 11-05-2020 al 15-05-2020.

El último día para mandar evidencia es el viernes 15 de mayo2020 antes de las 6:00pm.

Actividad 2. Canastas en casa.

Material: caja de cartón (puede ser la de cereal), diurex, un aro de madera de los de costura, la esfera de unicel.

Desarrollo:

-Trazar en la caja de cartón un tablero parecido al de basquetbol de 30cm por 40cm.

-Pegar el aro de costura al tablero que realizaste en el paso anterior.

-Colgar el tablero en una pared de la casa.

Comenzamos con la actividad física:

-Estiramientos.

-Sentadillas (10).

-Lagartijas (10).

-Saltos de rana (10).

-Parados frente al tablero a una distancia de 2 metros comenzar a lanzar la pelota tratando de que entre al aro de madera.

-Primero se realizará sin despegar los pies del piso con la mano derecha, luego izquierda, al final con ambas manos.

-Después se lanzara con dos manos por arriba de la cabeza.

-Después se lanzará con dos manos por abajo (de tamalera).

-Con dos manos brincando.

-Se deben de realizar 20 intentos de cada forma descrita.

-Apoyarse en el video para que su realización sea mejor.

-Mandar evidencia al Facebook y guardar el material para presentarlo al regreso a clases.

