

TAREFAS E.F. CEIP A MAÍA
SEGUNDA QUINCENA DE ABRIL-1 DE MAIO

FLEXIBILIDADE:
1º A 6º TÓDOLOS DÍAS.

<https://www.youtube.com/watch?v=Gnbg88khUug>

Exercicios para aliviar a dor de costas, cervical e ciática

<https://www.youtube.com/watch?v=NtT1P6tu8yY>

<https://www.youtube.com/watch?v=XcJ1zVXfTfQ>

ENTRENAMENTO FUNCIONAL:

DE 1º A 3º

https://www.youtube.com/watch?v=Gn7k_xNXYBc

https://www.youtube.com/watch?v=Yt0wuk_bOXI

DE 4º A 6º ENTRENAMENTO FUNCIONAL NIVEL 1

<https://www.youtube.com/watch?v=3CDDueKoG3s>

CARDIO

https://www.youtube.com/watch?v=908_TON1JII

CARDIO NIVEL ALTO 5º e 6º

<https://www.youtube.com/watch?v=kILnhdTbG3k>

XOGOS EN FAMILIA

<https://www.youtube.com/watch?v=QHMK0MUJcEA>

BAILE:

1º A 6º BAILE TRADICIONAL

REPASO

<https://www.youtube.com/watch?v=G7uPv8vL1rA>

PARA ESCOITAR E BAILAR

<https://www.youtube.com/watch?v=Px48LJZ3gmM>

NOTA: CONTIDO OBRIGATORIO.

1° A 6° RITMO E COORDINACIÓN

<https://www.youtube.com/watch?v=aXZWgOf2ISA>

1° A 6° BAILE.

<https://www.youtube.com/watch?v=P2FhRU9Maqo>

<https://www.youtube.com/watch?v=WN4WrO3dXRc>

<https://www.youtube.com/watch?v=oUYSYLC1UIA>

<https://www.youtube.com/watch?v=EIIDI5U35mE&list=RDEIIDI5U35mE&index=1>

<https://www.youtube.com/watch?v=ejuvAhN2w3Q&list=RDEIIDI5U35mE&index=14>

<https://www.youtube.com/watch?v=4EX5E2YbwT4>

https://www.youtube.com/watch?v=YmY_zxjv5yY&list=RD4EX5E2YbwT4&index=4

<https://www.youtube.com/watch?v=ApJQxQM6z-o&list=RD4EX5E2YbwT4&index=3>

PAPIROFLEXIA

AVIÓN FÁCIL

1° E 2°

<https://www.youtube.com/watch?v=44iMaTOd89A>

3° a 6°

<https://www.youtube.com/watch?v=IZYRralg3no>

DIFÍCIL.

VASO

<https://www.youtube.com/watch?v=6eU9xDCkwqo>

AVIÓN DE PAPEL.

https://www.youtube.com/watch?v=lobDEnHdHyl&list=PLbk5UJF82XEc62rqD_clJr3tW6BKaLREQ&index=1

PAPAVENTOS: PARA OS QUE TEÑADES A SORTE DE VIVIR NA ALDEA.

<https://es.wikihow.com/hacer-una-cometa>

Animádevos a colgar algunha foto dos vosos papaventos.

RELAXACIÓN

1º A 2º IOGA

<https://www.youtube.com/watch?v=7fHpf4A9P1I>

<https://www.youtube.com/watch?v=MI1S5rM0ou0>

1º A 4º IOGA : IOGA PARA NENOS

<https://www.youtube.com/watch?v=rtC2qADkBuU>

<https://www.youtube.com/watch?v=bZI0bGnu4IM>

3º A 6º IOGA PARA ESTAR MELLOR

<https://www.youtube.com/watch?v=1J8CRcoFekE>

PARA A ÚLTIMA HORA

3º A 6º MEDITACIÓN.

<https://vimeo.com/363163113>

<https://vimeo.com/363162081>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ea6ykVh7Y7U>

XOGO DE RETOS MOTRICES. CON ORDENADOR.

ATRÉVETE!

<https://view.genial.ly/5e73b3c24aba9c1b7b82bc6c/game-muevetef>

XOGOS POPULARES.

TAREFA OBRIGATORIA.

Listado de xogos:

<http://brinquedia.net/web/wp-content/uploads/2013/05/Xogos-Encontro.pdf>

1º e 2º.

1.- Coñece os diferentes xogos populares, autóctonos e tradicionais de Galicia que aparecen neste documento.

2.- Fala cos teus pais e avós sobre os xogos da súa nenez. Coñecen algún xogo diferente?

3º A 6º.

1.- Coñece os diferentes xogos populares, autóctonos e tradicionais de Galicia que aparecen neste documento.

2.- Fala cos teus pais e avós sobre os xogos da súa nenez. Coñecen algún xogo diferente? Fai unha ficha explicativa do mesmo.

3.- Elixes dous e xoga.

OPTATIVO:

Inventaches algún xogo? Pódelo compartir? Fai unha ficha e súbeo á clase virtual.