

EDUCACIÓN FÍSICA

Para o alumnado de primaria, é importante e necesario que mandedes algunha foto das tarefas que vaian realizando os vossos fillos ó seguinte correo electrónico, para que así poidan ser valoradas:

maria.teresa.rodriiguez.vazquez@edu.xunta.gal

Infantil, 1º y 2º

Reto: os voy a proponer otro reto. Para este es necesario que participe un adulto o un hermano o hermana mayor. Practicar la coreografía y una vez que la tengáis os invito a que la grabeis y que la enviéis al correo arriba citado. Luego, haremos un montaje para que veais lo chulo que os ha quedado. ¡¡Animaos!!

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

El gimnasio en casa: para estas actividades necesitareis algunos objetos que encontrareis fácilmente por casa. Con ellos se van a poder trabajar la coordinación óculo-manual, los desplazamientos, saltos, reptaciones, lanzamientos y coordinación general. Os recomendaría que sólo trabajaran una o dos habilidades por día, es decir, un día la coordinación óculo-manual, otro día los desplazamientos..., ya que pueden estar entretenidos bastante tiempo con los juegos.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=7&v=Gn7k_xNX_YBc&feature=emb_title

Primaria

Reto: os voy a proponer otro reto. Para este es necesario que participe un adulto o un hermano o hermana mayor. Practicar la coreografía y una vez que la tengáis os invito a que la grabeis y que la enviéis al correo arriba citado. Luego, haremos un montaje para que veais lo chulo que os ha quedado. ¡¡Animaos!!

https://www.youtube.com/watch?time_continue=88&v=UkFs5glUMjw&feature=emb_title

Tres, dos, uno...tiempo: Para esta propuesta no necesitas ningún material a mayores. Solo estar muy atento a los ejercicios y a los tiempos. Trabajarás resistencia, coordinación, fuerza y temporalidad.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=745&v=L_A_HjHZxfI&feature=emb_title

Y si en algún momento del día salís al aire libre, aprovechad para correr, saltar, andar en bici, jugar a la pelota, jugar con el material reciclado que anteriormente hayáis hecho... Lo que queráis, pero sobre todo... ¡iiiMOVEOS!!