

atletismo

Ceip fogar



**IMAXES DOS ALUMNOS
DO COLEXIO**

**EXPLICACIÓNS DAS
PROBAS QUE SE FIXERON**

SUMARIO



salto de lonxitude^

Segundos: A, B, C, D

Veremos moitas das fotos que se sacaron nas diferentes sesións. Síntoo moito pero a calidade non é a mellor.



Salto de altura^

Cuartos: B, E

A proba consistía en saltar unha goma colocada a diferente altura dependendo da capacidade de cada un.



<Grand Prix
Axilidade e velocidade

Nesta proba os rapaces tiñan que saltar, facer slalom, correr, agacharse e todo iso o máis rápido posible para chegar canto antes á meta.



<Vallas
velocidade
proba combinada na que facían 30 metros vallas e 30 metros velocidade.



< **Peso** >
lanzamento dorsal
Jesús no momento anterior e posterior ao lanzamento. A distancia entre os conos é dun metro.



Editorial

Durante este segundo trimestre os alumnos de segundo(A, B, C, D), cuarto (B,E) e sexto (A,B,C,D) de primaria do ceip Fogar estiveron practicando atletismo. Para comezar empezarei explicando as diferentes probas que estiveron traballando e nas páxinas seguintes amosarei algunhas das fotos que se foron sacando ao longo das sesión.

Gustaríame dicir que o número de fotos que aparecen de cada chaval depende única e exclusivamente das fotos que eu teño sacadas de cada un deles. Este pdf fíxose co obxectivo de amosar o que fan os alumnos do colexio e que eles e os seus pais e nais os pidan ver.

Toni

EDUCACIÓN FÍSICA

FOGAR

Poderás ver moitas fotos dos alumnos e alumnas do colexio facendo atletismo-

"Espero que disfrutes véndoas". Toni

PROOBAS

PROBAS



Juan Pereira facendo a proba de salto de altura a tesoirá ante a atenta mirada de Manuel e Hugo.



Santiago facendo o salto de lonxitude. Nico fai de xuíz



David saltando as vallas na proba de Grand Prix por relevos.

Durante o mes e medio que estivemos desenvolvendo a unidade didáctica de atletismo os nenos e nenas practicaron fundamentalmente estas probas:

1. Proba de velocidade de 30 metros lisos
2. Proba de salto de vallas (30m)
3. Proba combinada : 30 metros lisos(ida) e 30 metros vallas(volta) por relevos.
4. Proba de salto de altura a tesoirá
5. Proba de salto de lonxitude con 10 metros de carreira
6. Lanzamento con balón con dous brazos cara atrás(dorsal) por riba da cabeza.
7. Lanzamento libre(con pelota de tenis) con 1 brazo o máis lonxe posible.

8. Carreiras de remudas (relevos)
9. Grand Prix (circuito de obstáculos e axilidade).

Ademais das mencionadas arriba algún grupo tamén practicou:

10. Lonxitude a pés xuntos(detente horizontal) organizado de diferentes formas: individualmente e en grupo.
11. Saltos laterais continuos salvando un obstáculo baixo.

Tanto os rapaces e rapazas dos diferentes niveis fixeron as mesmas probas aínda que con algunhas pequenas modificacións: no peso dos implementos ,altura das vallas e algunha outra. Lóxicamente, o que varían son as marcas que consiguen cada un.

Nestas imaxes pódense ver algunhas das moitas imaxes que se sacaron nas diferentes probas.



Rodrigo realizando o lanzamento de balón con dous brazos cara atrás.

SALTO DE ALTURA EN TESOIRAS



DESCRIPCIÓN DA PROBA

Os alumnos e alumnas tiñan que superar unha goma colocada a unha determinada altura entre dous soportes verticais separados varios metros.

As pernas tiñan que actuar coma unha tesoiras e aterrizaban en varias colchonetas baixas de pé.

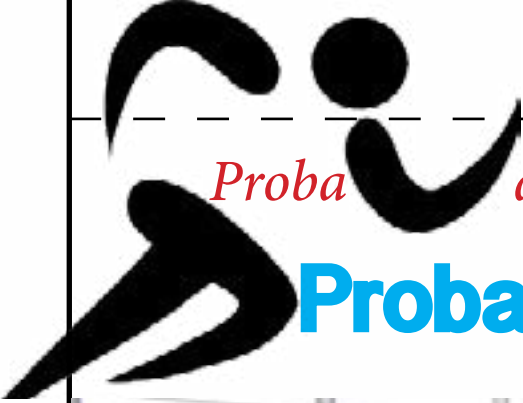
Tiñan un espacio limitado para correr e cada



participante tiña dous intentos para superar a altura sen tocar a goma.

Nesta proba conseguíronse moi bos resultados e, personalmente, é a proba na que máis disfrutei véndoos participar. Vivíronse momentos realmente divertidos e emocionantes.





Proba de velocidade e de salto de vallas:

Proba combinada

Fotografías por : Brais e Clara



Ángel, Tamara e David competindo na proba de vallas e de velocidade

VELOCIDADE

Nesta proba os alumnos e alumnas tiñan que percorrer dita distancia no menor tempo posible. Unhas veces contra o cronómetro (os tempos eran tomados polos propios alumnos ou por min) e outras con outros compañeiros. Ademais, nalgúns casos, eran os propios alumnos os que daban a saída, controlaban que se respectaran as normas, tomaban o tempo e finalmente anotaban os resultados coa finalidade de coñecerse un pouco mellor.

VALLAS

Nesta proba os competidores tiñan que correr 30



Martín celebrando o seu tempo



alumnos de 6º na competición interna

metros de lonxitude saltando catro vallas colocadas a diferentes distancias unhas doutras. As vallas tiñan unha altura de 50 cm que eran algo pequenas para os alumnos de 6º pero aínda así pensó que vían a diferenza entre os 30 metros lisos e os 30 metros con obstáculos.



ARRIBA : Alumnos de 2ºC correndo e saltando as vallas.



carreira de vallas e velocidade



Samuel saltando as vallas



Sergio saltando as vallas

COMBINADA

É unha mestura das dúas anteriores. Recorren 30 metros lisos na ida e volven saltando as vallas.

Nesta modalidade dividíase a clase en catro grupos e competían dous a dous en carreiras de remudas.



SALTO DE LONXITUDE



Proba de salto SALTO DE LONXITUDE

Nesta proba os atletas teñen que correr por un espacio limitado e saltar, sen pisar a zona de batida, intentando lograr a máxima distancia posible.



Arriba: Iria facendo unha C co corpo.
Abaixo: Jorge saltando.

Arriba: Alfonso na fase aérea do salto.
Abaixo: zona de batida.



Arriba: Sergi nun gran salto
Á dereita alumnos de 6ºD
Abaixo: Fernando antes de saltar



Sergio



Como se pode ver nestas imaxes. O salto de lonxitude é moi visual. Ademais servía para que os compañeiros que non saltaban fixeran de xuíces.

GRAND PRIX

Carreira de remudas, lanzamento de pelota de tenis e lanzamento de balón con dous brazos cara atrás.

Nesta imaxe vemos a Álex pasando por debaixo da goma. Antes disto, tivera que percorrer aproximadamente 200m saltando vallas, colchonetas e facendo slalom.



GRAND PRIX

Consistía nun circuito no que os rapaces tiñan que saltar vallas, colchonetas, facer slalom e pasar por debaixo dunha goma soportada por dous postes.

Facíase como as carreiras de remudas pero en vez de pasarse un testigo tiñan que tocar coa man ao que ía saír.



CARREIRA DE REMUDAS

Había catro equipos (azul, laranxa, vermello e sen preto). Un tras outro todos os compoñentes dun equipo tiñan que recorrer unha distancia determinada, logo pasarlle un testigo (pica no noso caso) ao seguinte corredor e así ata que se completaba a distancia de carreira.



LANZAMENTO BALÓN

Tiñan que tirar o balón cara atrás intentando conseguir a máxima distancia.

LANZAMENTO PELOTA TENIS

Despois dunha carreira corta os alumnos tiñan que tirar a pelota antes de pisar unha liña marcada no chan. O obxectivo era conseguir a máxima distancia posible.



WAXES

The image features the word "WAXES" in a large, bold, black font against a black background. Each letter of the word is filled with a different photograph of children in a gymnasium. The 'W' shows a child in a yellow jacket. The 'A' shows a child in a black jacket with green stripes. The 'X' shows a child in a pink jacket. The 'E' shows a child in a pink jacket. The 'S' shows a child in a pink jacket. The background is black.

SALTO DE LONXITUDE



UNHA SELECCIÓN
DE FOTOS DOS RA-
PACES DE 2º, 4º E 6º



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



UNHA SELECCIÓN
DE FOTOS DOS RA-
PACES DE 2ºB



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



UNHA SELECCIÓN
DE FOTOS DOS RA-
PACES DE 6ºB



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



UNHA SELECCIÓN
DE FOTOS DOS RA-
PACES DE 2ºD,1



SALTO DE ALTURA



SALTO DE ALTURA



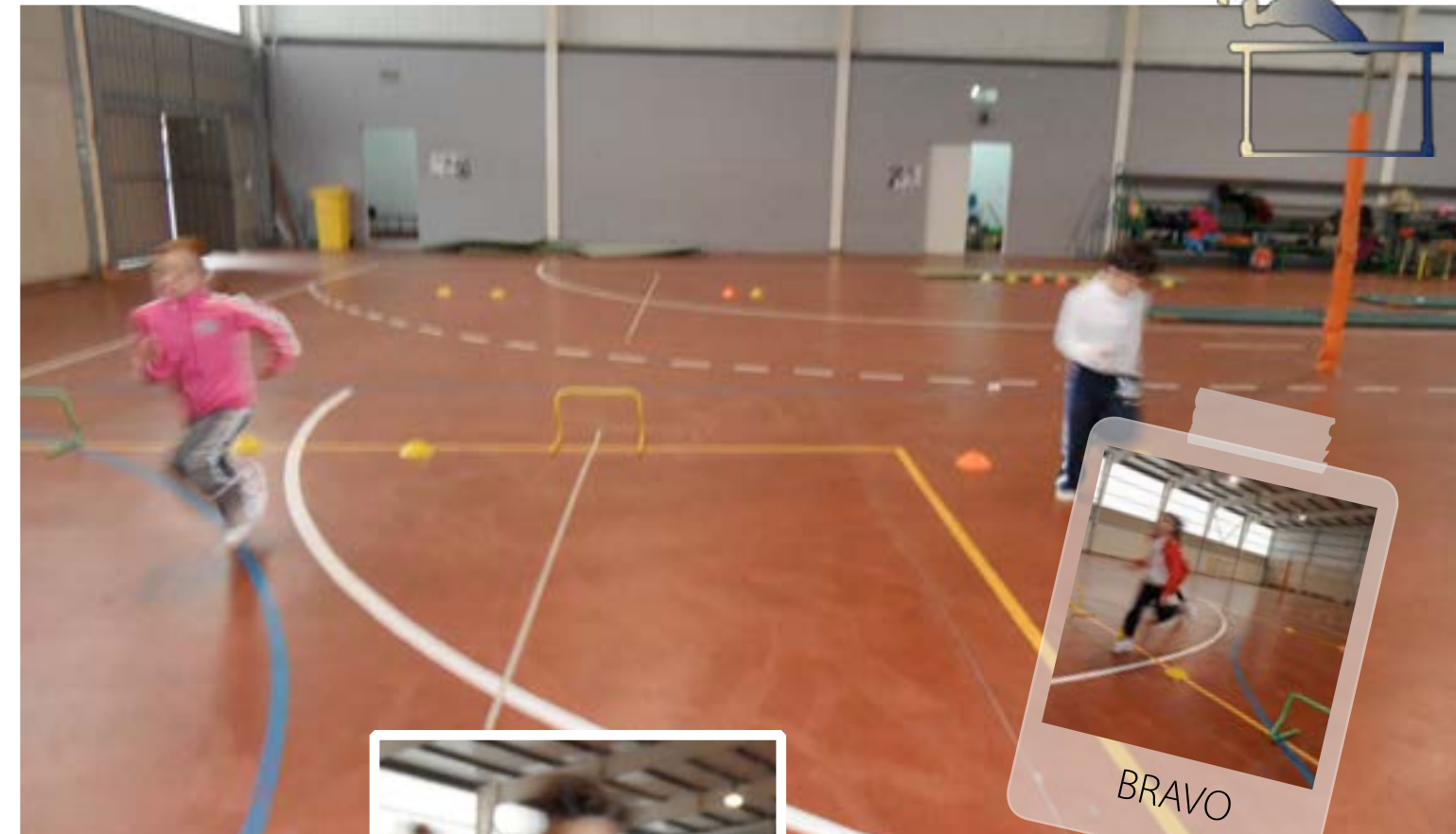
UNHA SELECCIÓN DE FOTOS DOS RA-PACES DE 2ºD, 3



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º D, 1
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º D,2
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º D,3
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º D,4
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º D,5
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º C,1
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand
Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º C,2
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



WALLAS



FOTOS DOS ALUMNOS DE 2º C,3
Aquí tamén se ven imaxes da proba de Grand Prix.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO 12 FORMAS DE PRACTICAR ATLETISMO EN PAVILLÓN

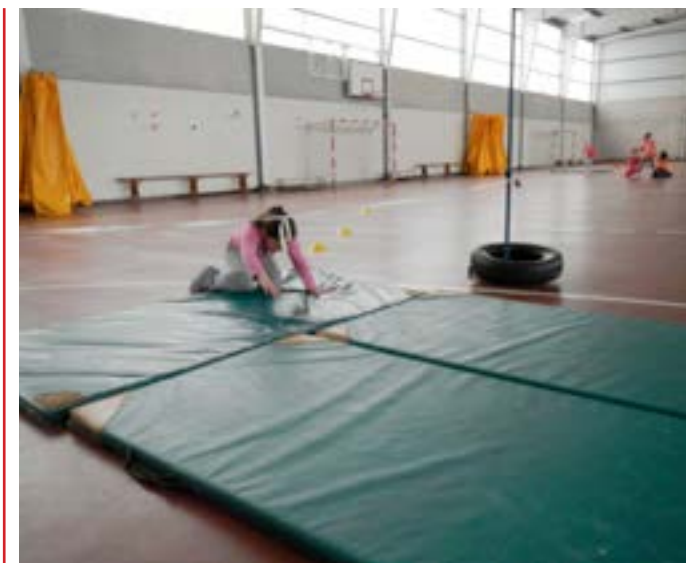
Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO



ATLETISMO

12 FORMAS DE PRACTICAR ATLETISMO EN PAVILLÓN

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO



ATLETISMO

12 FORMAS DE PRACTICAR ATLETISMO EN PAVILLÓN

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.

Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO



ATLETISMO

12 FORMAS DE PRACTICAR ATLETISMO EN PAVILLÓN

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO



ATLETISMO

12 FORMAS DE PRACTICAR ATLETISMO EN PAVILLÓN

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.

Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.



COÑECE O TEU
CORPO

ATLETISMO
**12 FORMAS
DE PRACTICAR
ATLETISMO
EN PAVILLÓN**

Veremos moitas imaxes dos rapaces e rapaces dos distintos grupos do colexio practicando unhas probas adaptadas de atletismo.
Haberá fotos sen clasificalos por niveis nin por deporte. Espero que vos atopedes. Se non é así, noutro ano faranse máis.

