

**ACTIVIDADES DE EDUCACION FISICA
PARA HACER EN CASA**

1º AÑO A

PROFESORES: GARETTO, Vanina vaninagaretto@yahoo.com.ar

OCAMPO, Carlos charliritmo@hotmail.com

FECHA DE ENTREGA: 19/06/20

HOLA CHICOS, EN ESTA AREA NO BUSCAMOS DARLE MUCHO TRABAJO QUE IMPLIQUE ESCRIBIR, SINO QUE LO QUE PERSEGUIMOS ES QUE SE MANTENGA HACIENDO ACTIVIDAD FISICA, EN PRIMER LUGAR PORQUE ES EL NUCLEO DE NUESTRA MATERIA Y EN SEGUNDO LUGAR PORQUE ES DE MUCHA AYUDA PARA TRANSCURRIR DE LA MEJOR MANERA ESTE MOMENTO QUE ESTAMOS VIVIENDO. DE TODOS MODOS, EN ESTE TRABAJO TIENEN UNA PEQUEÑA PARTE ESCRITA.

ACTIVIDADES:

1- INVESTIGAR Y DESARROLLAR UNA DEFINICION COMPLETA DE “EDUCACION FISICA”.

2- ¿CUALES SON LOS OBJETIVOS DE LA EDUCACION FISICA?

3- ¿HAY ALGUNA ACTIVIDAD QUE NO SE DE, EN LAS CLASES DE EDUCACION FISICA Y A VOS TE GUSTARIA PROPONERLA?

4- PARTE PRÁCTICA:

TE PROPONEMOS UNOS DESAFIOS PARA QUE TE ENTRETENGAS MIENTRAS PONES EN JUEGO TUS CAPACIDADES FISICAS. SERIA BUENO TAMBIEN QUE LOGRES LA PARTICIPACION DE TU FAMILIA. (ENVIAR VIDEO DE LOS DESAFIOS)

EN ESTOS DESAFIOS VAMOS A TRABAJAR SOBRE EL EQUILIBRIO. (LOS EJERCICIOS VAN DE MENOR A MAYOR COMPLEJIDAD Y DIFICULTAD)

- EQUILIBRIO CON ESCOBA EN MANO.



- EQUILIBRIO CON ESCOBA EN PIE



- EQUILIBRIO CON LA ZAPATILLA (PARA VER ESTE ÚLTIMO DESAFIO TENES QUE ABRIR ESTE LINK DE YOU TUBE)

https://www.youtube.com/watch?v=9_E-IBQIF8I

RECORDA PASAR FOTO DE LOS ESCRITO Y VIDEO CON ESTOS TRES DESAFIOS DE EQUILIBRIO (si no te sale alguno de los desafío, puedes enviarnos igual un video con los intentos).

iiiiiiNOS VEMOS, QUE SIGAN BIEN!!!!!!