

EDUCACIÓN FÍSICA

SEMANA 10 Actividad

""Pelota"

Bajo la supervisión de un adulto y con mucho cuidado colocaras un bote para marcar la línea de salida y otro para marcar la línea de llegada, a una distancia de cinco metros.

Trota alrededor del espacio de bote a bote al llegar colócate atrás del bote y lanza la pelota con tu mano derecha (arriba de la cabeza), cuenta cuantos pasos largos realizaste del bote hasta donde pego la pelota el suelo la primera vez.

Realiza el mismo recorrido y al llegar lanza con la mano izquierda y has el mismo conteo.

Realiza el mismo recorrido y al terminar lanza la pelota con la rodilla derecha e izquierda.

Realiza la misma actividad y lanza la pelota con la cadera derecha e izquierda.

Realiza el mismo recorrido y patea la pelota con pie derecho e izquierdo.

Anota cuantos pasos largos realizaste.

Repite el ejercicio tres veces.

Evidencia video, máximo tres minutos.

Recuerda tomar las evidencias solicitadas procurando que tu carita no se vea, anotar tu nombre completo, grado y grupo de forma visible, y enviarlo al siguiente correo: mercedes.hernandez@aeefcm.gob.mx a partir del viernes sábado hasta las 11:59 pm.

OBSERVA EL SIGUIENTE VIDEO Y BAILA CON TUS PAPAS.

<https://www.youtube.com/watch?v=qdHEr98lwMk>

Actividad: Observa la clase de educación física por la tv. O la repetición por you tube. Anota en tu cuaderno las siguientes preguntas y respuestas.

¿Cómo se llamó o cuál fue el objetivo de la clase?

¿Qué materiales utilizaron?

¿Explica brevemente qué actividad realizan y de que se trataba?

¿Puedes utilizar los movimientos observados en tu vida cotidiana, si, no, y porque?



¡EXCELENTE!

MATERIAL

Pelota.
Botes de uso
rudo como los
de ½ lt. de
crema alpura.