

Actividad Virtual N2

Área: Educación Física

Profesores: Alejandra Laciari y Juan P. Garcia.

Sexto grado

Tema: Resolución de situaciones problemáticas en espacio y tiempo a través de hándbol (ritmo de 3 tiempos con lanzamiento).



Actividades

1. Busca una pelota mediana o realizar una pelotita de media.
2. Realiza tres marcas en el piso o coloca tres hojas, separadas una de otra:
-Pasar pisando cada hoja con un pie (alternando derecho, izquierdo y derecho; y a la inversa izquierdo, derecho, izquierdo).
3. Realiza lo mismo del punto anterior pero con más velocidad.
4. Realizar los tres pasos (ritmo de tres tiempos) y al dar el último paso impulsarse en un salto y caer con dos pies.


COLEGIO DEL PRADO NIVEL PRIMARIO
EDUCACIÓN FÍSICA

5. Realizar los paso con salto al final y lanzar la pelota hacia una silla.
6. Alejarse 10 pasos de una marca (arco, silla, pared). Realizar los tres paso, saltar y e el aire lanzar haciendo puntería a la marca.
7. Hacer los mismo, pero tener en cuenta que la mano que lanza debe ser la contraria a la que inicia los tres pasos
8. Hacer lo mismo del punto anterior, pero colocándose hacia un lado (en diagonal a la marca).
9. Observa el siguiente enlace.

<https://www.youtube.com/watch?v=W4XjPuDm9DA>

EL AGUA ES SIN DUDAS, UNA SUSTANCIA DE VITAL IMPORTANCIA EN LA VIDA DEL SER HUMANO.



"TOMAR AGUA HACE BIEN"