

ACTIVIDAD VIRTUAL N°3

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORA: ALEJANDRA LACIAR

PRIMER GRADO

TEMA: HABILIDADES BÁSICAS MANIPULATIVAS “LANZAMIENTO”

ENTRADA EN CALOR

- OBSERVA Y REALIZA EL JUEGO DEL SIGUIENTE ENLACE: “BAILE DE LAS ESTATUAS”

DESAFÍOS



- 1) BUSCA UNA PELOTA DEL PEQUEÑA (COMO DE TENIS), O REALIZA UNA PELTA DE MEDIA, PAPEL ENVUELTA CON SINTEX.
- 2) JUGAMOS A LANZAR LA PELOTA CON LAS MANOS Y TOMARLA SIN QUE CAIGA AL



PISO. LUEGO LANZAR CON UNA MANO Y TOMARLA CON DOS MANOS.

- 3) LANZAR LA PELOTA, DAR 1 APLAUSO Y TOMARLA. LUEGO INTENTA HACER 2 APLAUSOS, TRES ANTES DE TOMARLA.

- 4) LANZAR LA PELOTA DAR UN GIRO Y TOMARLA, IN QUE CAIGA AL PISO.

- 5) **JUEGO:**

COLOCAR LA PELOTA ARRIBA DE UNA MANO, CON LA PALMA D LA MANO HACIA ARRIBA. LANZARLA Y CON LA PALMA DE LA MANO DARLE LA MAYOR CANTIDAD DE GOLPECITOS SIN QUE CAIGA AL PISO. ¿HASTA CUANTOS GOLPECITOS PUDISTE LLEGAR?

¿PUEDES REALIZARLO CON LA OTRA MANO?

EL LAVADO CORRECTO DE LOS DIENTES, ES SIN DUDAR ALGO ESCENCIAL EN NUESTRA HIGIENE Y CUIDADO PERSONAL.

