



TAREA DE EDUCACION FISICA Y SALUD CURSO: 1º AÑOS. SEMANA 29

Nombre:

Curso:

Fecha: DEL 13 DE OCTUBRE AL 16 DE OCTUBRE

¡¡TE INVITO A REALIZAR EL SIGUIENTE DESAFIO!! PUEDES INVITAR A TU FAMILIA SI TU LO CONSIDERAS NECESARIO.

Puedes trabajar en el interior o exterior del hogar con precaución, recordando las medidas de seguridad aprendidas en clases anteriores.

1. Carrera en saco o sábanas

Instrucción: Deberás desplazarte saltando dentro del saco o sábana hasta donde están las sillas.

Si estás en el patio la distancia será mayor como lo indica la flecha naranja.

Si estas en al interior de tu casa deberás saltar en la distancia que indica la flecha roja.



2. Carrera del huevo

Instrucción: Deberás desplazarte caminando con las manos atrás sosteniendo en tu boca una cuchara de preferencia de plástico donde sostendrás un huevo duro.

Si estás en el patio la distancia será mayor como lo indica la flecha naranja.

Si estás al interior de tu casa deberás desplazarte en la distancia que indica la flecha roja.



Con esto damos inicio al nuevo objetivo para el trabajo en clases:

OA6: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementan la condición física, por medio de juegos y circuitos.