

# Educación Física 4° E. P.



Nuestro trabajo para esta semana.

Chicos, como sabéis, estamos ante una situación muy diferente a todo lo que llevamos vivido hasta ahora. No nos dio tiempo casi ni a despedirnos pero, por otro lado, es un ejemplo más de lo que es la vida. Creo que ya hemos hablado mucho sobre la importancia de vivir los momentos y aprovechar lo que cada uno nos enseña.

Este es un ejemplo complicado pero maravilloso para poder guardar en nuestra mochila de experiencias en la vida, y para utilizarlo para seguir creciendo y convirtiéndonos en mejores personas.

Do dejéis de disfrutar de cada momento junto a vuestra familia, cuidad de vuestros "mayores" y procurad ser personas importantes para cada uno de vuestros seres queridos.

Vamos a tratar, desde estas pautas que os vamos a ir marcando a través de este trabajo, de continuar en nuestro proceso de aprendizaje y para ello, os iremos subiendo la tarea a realizar y algunas pautas de estudio e investigación para realizar desde casa y continuar "creciendo", también en el ámbito académico

---

**1.** A pesar de que nos encontramos en una situación diferente, os propongo continuar tal y como íbamos

---

Esta primera actividad consistirá en que me envíen al correo electrónico, el juego o la forma en la que me estibáis mostrando vuestra interpretación del contenido de la Situación de Aprendizaje en curso "Lanzamientos y recepciones"

Correo al que enviar la actividad: [jvarray@gobiernodecanarias.org](mailto:jvarray@gobiernodecanarias.org)

---

**2.** Esta segunda actividad, espero que sea de vuestro disfrute. Os adjunto una serie de juegos para que llevéis a cabo en casa con un implemento "especial"

Lo que quiero es que se lleve a cabo con los miembros de tu familia o con quien queráis.

Realizaremos la explicación de lo que vamos a realizar, lo practicaremos, hacemos varias fotografías practicando y enviarán un vídeo con su propuesta de juego con el material que les muestro.

Recordamos: Estamos trabajando los "lanzamiento y recepciones", por lo que la tarea a realizar, requerirá de adaptarse a éste y tener en cuenta de las medidas de seguridad y protección necesarias para poder llevar a cabo vuestra propuesta.

---

# 8 IDEAS PARA JUGAR CON GLOBOS EN CASA

Juegos y recursos para hacer un poco de educación física con globos en casa y así combatir el sedentarismo que en estos días puede provocar el coronavirus (COVID-19)

## 1 VOLEIBOL CON GLOBOS

Una silla, un sofá, una cuerda hacen de red. El resto, un jugador a cada lado y listo. ¡A jugar!



## 2 ¡QUÉ NO CAIGA!

2 jugadores. No hay red. Un jugador intenta que el globo toque el suelo, el otro debe evitarlo.



## 3 ¡ARRIBA ESE APLAUZO!

Golpear el globo al aire dar el mayor número de palmadas posibles antes de que toque el suelo.

## 4 ¡PING PONG CON GLOBOS!

¿Qué tal si en cualquier mesa se pone un pequeño obstáculo (que haga de red) y jugamos al ping pong siendo las raquetas las propias manos y la pelota un globo?



## 5 CARRERAS DE GLOBOS

¿Qué globo llegará antes de un lugar A a uno B sin tocarlo con ninguna parte del cuerpo? ¿Preparados? ¿Listos? ¡Ya!



## 6 ¿CUÁNTOS GOLPEOS?

¿Cuántos golpes eres capaz de dar al globo utilizando solamente la cabeza? ¿y utilizando el pie?

## 7 ¿DE CUÁNTAS MANERAS?

¿De cuántas maneras puedes llevar el globo de un lugar A (salón) a otro B (cocina) sin tocar el globo con las manos?

## 8 A LA CAZA DEL TESORO

Se mete en un globo un pequeño detalle. Se llenan 8 globos, cada globo con un número (o color). Hay un globo que tiene el "tesoro". A partir de aquí, se le dan pistas -escritas y así fomentar la lectura- para que encuentren los globos de uno a uno. Llegado al final podrán explotar el globo y conseguir el "tesoro" buscado

