

## EDUCACIÓN FÍSICA:

**25 a 29 de mayo:**

¡Hola chicos y chicas!

Ya va quedando poco y esta semana celebramos el Día de Canarias (Recuerda que no hay clase el viernes). Así que dos de las tres actividades de esta semana están relacionadas con ese día tan especial para nuestra comunidad. Espero que estén todos bien, un fuerte abrazo.

Jorge

### 1. **BOLA CANARIA:**

La bola canaria es un juego tradicional canario similar a la petanca aunque las bolas que se utilizan en el juego canario son más pesadas y el campo es mayor. Es el juego tradicional con más practicantes de Canarias.

Para esta versión casera vamos a utilizar bolas hechas de papel de aluminio y una pelota hecha de papel para sustituir el boliche.

Aquí tienen dos enlaces. El primero es un documento con la información sobre cómo jugar y el segundo es un enlace a un vídeo de la final de un campeonato de 2011. Es muy interesante para conocer las diferentes técnicas de lanzamiento.

¡Ánimo y a divertirse!

**ENLACE 1:**

<http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/recursosdigitales/files/formidable/6/bola-canaria-1.pdf>

**ENLACE 2:**

<https://www.youtube.com/watch?v=rJ5Grib9-Sk>

### 2. **BAILE TRADICIONAL (LA PUNTA Y EL TACÓN):**

Para esta actividad de baile te dejo dos enlaces. El primero es un vídeo de una representación del Día de Canarias de 2011 llevada a cabo por el CEIP José Sánchez y Sánchez, donde los alumnos bailan “La punta y el tacón”. En el segundo enlace tienen la canción en buena calidad (aunque sin letra), ya que en el primero no se escucha bien.

La actividad consiste en fijarse muy bien en el vídeo para aprenderse los pasos del baile y luego ser capaces de bailar escuchando el audio del segundo enlace. No te preocupes si bailas solo/a, te imaginas que tu pareja está delante. Aunque sería genial que se animara alguien de la familia.

ENLACE 1:

<https://www.youtube.com/watch?v=yi-fMJnCFk>

ENLACE 2: [http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/mediateca/publicaciones/?attachment\\_id=2457](http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/mediateca/publicaciones/?attachment_id=2457)



### **3. ACTIVIDAD EXTRA - LOS SENTIDOS (OLFATO):**

Aunque no nos lo planteemos, los sentidos son algo que también forman parte de la Educación Física. El conocimiento del cuerpo es muy importante y en ocasiones no nos paramos a pensar lo útil que es poder disponer de nuestros cinco sentidos en toda su magnitud. Para esta segunda actividad vamos a realizar un juego sencillo pero interesante. Necesitamos 5 recipientes (tupperwares, bolsas de plástico, cajas... Lo que se tenga a mano) Alguien en casa va a poner diferentes objetos dentro de cada recipiente. Estos objetos deben desprender olores particulares, intentando buscar cosas con fragancias distintas, agradables y “no tan agradables”. Los olores pueden ser dulzones, ácidos... La persona que intentará adivinar los olores (en este caso el alumno) debe tener los ojos bien cerrados en todo momento (usar un antifaz, un paño o cualquier cosa para cubrir los ojos). Deberá oler en cada recipiente y apuntar en una hoja de papel el resultado. No se puede hablar durante el juego, y al final se comprueba si ha acertado, intentando describir los olores.

