

Proposta de tarefas de Educación física para realizar durante o cese das actividades lectivas

Curso	Temporalización	Data
2º	2 sesións	Do 14 de abril ao 17 de abril

ACTIVIDADES PARA A PRIMEIRA E A SEGUNDA SESIÓN

- ❖ Andamos nunha **bicicleta estática** ou tumbados no chan boca arriba pedaleamos coas pernas.
- ❖ Poñémonos de pé e imitamos distintos **estilos de natación**.
- ❖ **Chapas**
 - ✓ Collemos chapas.
 - ✓ Pómoslle ,se temos, un pouco de plastilina.
 - ✓ Facemos unha pista ou un circuito e xogamos.
 - ✓ Intentamos sacar unha chapa que colocamos previamente dentro dun círculo con outra chapa.
 - ✓ Inventamos outros xogos.
- ❖ **Actividades domésticas**
 - ✓ Barremos e recollemos o lixo da cociña.
 - ✓ Pomos a mesa.
 - ✓ Limpamos o po.
 - ✓ Ordenamos a habitación.
- ❖ **Bailamos** coa nosa figura diante do espello.
- ❖ Aprendemos a **asubiar** coa nosa familia.
- ❖ Lavar as mans.

➤ **NOTA:** Estas actividades son unha **guía** para que ti poidas **adaptalas** ás circunstancias da túa vivenda e aos recursos dos que dispoñas.