

TAREA DE EDUCACIÓN FÍSICA 6ºEP

¡Hola a todas y a todos! Seguimos con Ringo. Esta semana, 4 al 8 de mayo, seguid practicando el Ringo y os grabáis un partido jugando. Ya sabéis que el video no hace falta que sea muy largo. Con 1 minuto aproximadamente, es suficiente. Cuanta más calidad de imagen tenga el video, más pesará para poder enviarlo. Para enviarme el video, recomiendo el correo, con el fin de no saturar las otras plataformas. Si no podéis por correo, por donde podáis. Lo recuerdo por si alguien no lo sabe: rubeneducacionfisicacole@gmail.com

Me gustaría aclarar que para hacer los deportes no hace falta tener un espacio grande, los participantes exactos o los materiales específicos. Tenéis que adaptarlos a las circunstancias de cada uno. De hecho, en los videos que me habéis mandado, cada uno lo ha hecho con el espacio, participantes y materiales que tenía (unos en el salón, en el patio o en el pasillo de su casa, con 2, 3, 4 o hasta 6 participantes, y utilizando cojines, pelotas grandes o pequeñas). No importa el espacio que utilizéis (grande o pequeño), las personas que juguéis (un mínimo de 2 seguro que podéis: padre, madre, hermanos o todos juntos), ni los materiales (parecidos o adaptados). Lo importante es que entendáis cómo se juega y que os vea jugando.

También quiero recordar a todos aquellos que no me habéis mandado video de Datchball, ni trabajo de juegos populares, que estáis a tiempo. Así que, ya sabéis, no hay excusas de espacio, participantes o materiales. Espero vuestros videos.

Ya sabéis, aunque en la tabla que os manden con la planificación semanal de todas las áreas aparezca que hay dos sesiones de Educación Física, aprovechad cualquier hueco que tengáis para moveros y estar activos, ya que, con el confinamiento, nuestra actividad física se ha reducido drásticamente y cualquier excusa es buena para mantenernos saludables. A partir del 2 de mayo, se puede salir a hacer deporte a la calle, así que podéis utilizar las salidas a la calle para practicar cualquier actividad física. Las más indicadas son aquellas en las que no utilizéis balón, ya que, el balón está en contacto con el suelo y al tocarlo con las manos, luego os podéis tocar la cara. Algunos ejemplos de actividades recomendables son: patines, bici, patinete, correr, etc. Y, si es posible y lo tenéis cerca (un kilómetro a la redonda), salid al campo a realizar actividad física.

Cualquier duda o sugerencia que os surja, no dudéis en escribirme por el PAPAS, CORREO o EDMODO.