



## **ESPACIO CURRICULAR: EDUCACION FISICA**

Estos días sin clases proponen un desafío de encontrar nuevos modos de estar juntos. Quedarnos en casa puede darnos una oportunidad impensada de conectar con nuestras familias, compartir el tiempo sin apuro, jugar y aprender.

### **Actividad para 4to, 5to y 6to grado.**

#### **Iniciación deportiva**

#### **PRIMERA PARTE**

Recuerdan que en las actividades anteriores les pedimos que dibujaran las canchas de algunos de los deportes que aprendemos a jugar en el cole, y que detrás del dibujo debían escribir algunas de las acciones motoras que los jugadores tienen que realizar para poder jugarlo. **BUSCA ESOS DIBUJOS QUE LOS VAMOS A UTILIZAR!!!**

1. Elige dos de esos deportes. Luego deberán realizar una búsqueda por google, youtube, noticias, etc (videos) de 2 jugadores/as que se destaquen en esos deportes; donde se vea cómo realiza el jugador o jugadora las acciones que escribiste detrás de tu dibujo.
2. Deberán anotar dos o tres movimientos que detectes en relación a cada una de las acciones que escribiste. **SI ENCUENTRAS OTRAS NUEVAS, AGREGALAS AL DIBUJO.**

#### Ejemplo:

Deporte elegido: Básquet.

Jugador elegido: Michael Jordan.

Acciones escritas en el dibujo: picar – lanzar – recibir-

Acciones detectadas en Michael Jordan: pica con ambas manos y se la pasa por debajo de las piernas. Lanza de diferentes distancias – recibe la pelota con su cuerpo en movimiento.

Una vez que terminen la actividad, busca los elementos que tengas en casa para jugar a los dos deportes elegidos e intenta imitar a esos dos jugadores o jugadoras en relación a los videos que viste. ¡A intentarlo!



## SEGUNDA PARTE

(Puedes realizar esta propuesta otro día distinto al de la primera parte)

- ¡A moverse! te proponemos que armes un circuito donde puedas unir los movimientos que probaste imitar de los dos jugadores elegidos. Les dejamos un ejemplo:

Si eligieron fútbol (Messi) y básquet (Jordan):

- Colocar varios obstáculos desparramados por el espacio que tengas: del 1er al 2do obstáculo la llevo picando con mano derecha (básquet), del 2do al 3ro la llevo conduciendo con el pie derecho (fútbol), del 3ro al 4to la llevo picando con mano izquierda (básquet) y del 4to al 5to la llevo conduciendo con pie izquierdo. Al finalizar embocar pelota en un recipiente colocándolo lo más alto posible (básquet) y en la próxima vuelta, rematar a un arco con el pie (patear) y pegarle a un objetivo (fútbol).

Realízalo todas las veces que quieras y modifícalo cambiando los deportes o las acciones que elegiste. Invita a jugar a algún integrante de la familia y comprueben quien lo hace en menor tiempo o convierte más puntos.

Registren el juego a través de una foto, video o dibujo. Podes compartirlo al correo que se menciona en el encabezado para que los profes te veamos.