**Actividades de EDUCACIÓN FÍSICA a desarrollar durante la suspensión de clases por el Covid-19.**

**Segundo ciclo**

**CUARTO GRADO**

¡Hola chicos! En esta ocasión las actividades de Educación Física, las podrán realizar desde el lunes 11/05 al 22/05.

Esta vez queremos proponerles que vean la siguiente película, “Harry Potter y la Piedra Filosofal” presten atención al deporte que practican los personajes y contesten las siguientes preguntas.

* ¿Qué deporte es? (historia, características, etc.)
* ¿Cómo se juega?
* ¿Cómo lo adaptarías para jugarlo en la escuela? ¿Dónde y con qué elementos lo jugarías? Tengan en cuenta que entre los elementos de la escuela no podrán ser tenidos en cuenta las escobas de Julio por ser muy peligrosas (desarrollan mucha potencia) Y…entre nosotros…las escobas no se pueden usar porque a veces algunas maestras las usan para salir por las noches.
* Desarrollar reglas simples para poder jugarlo en la escuela.

Esperamos los trabajos e investigaciones de TODOS en el Classroom o en por mail.

Acá vamos a rescatar un juego de nuestra infancia, que lo queremos compartir con ustedes. Les dejamos un video para que vean de qué se trata y lo hagan en casa en sus ratos libres.

 <https://www.youtube.com/watch?v=8ePubwjGQBk&t=4s>

Por último, queremos que no se olviden de moverse, por eso, les proponemos que realicen movimientos de un deporte, que, si bien no practicamos en la escuela, muchos de ustedes lo hacen en algún club o bien nos comentaron que les gustaría hacerlo. ¡Natación! Sobre un banquito o silla (puesta de tal forma que el respaldo no moleste), apoyados boca abajo sobre el ombligo, estiramos el cuerpo e intentamos durante x tiempo, realizar los movimientos del estilo pecho o crol (trabajo posterior del cuerpo) o espalda (abdominales y más). Pueden buscar videos como estos para inspirarse, por supuesto que adaptando los movimientos a lo que puede hacer cada uno.

<https://www.youtube.com/watch?v=Gzjf5D4Yxpg>

<https://www.youtube.com/watch?v=FcMIM34bMIw>

¡Investigando sobre el tema descubrimos que científicos de la Universidad de Moncholandia aseguran que nadar fuera del agua con antiparras puestas eleva el nivel de felicidad a los que observan, así que no se olviden las antiparras y si no tienen frio el traje de baño!

Aclaración importante: ¡todos los ejercicios, actividades o juegos que vamos mandando semana a semana, pueden realizarlos cuando quieran y cuantas veces quieran, que sea “desde tal día” y “hasta tal día” no significa que no puedan volver a hacerlos nunca más!

¡¡¡¡Hasta la próxima!!!!

Seño Sofía y Profe Manu.