TEMPORALIZACIÓN: DEL 16 DE MARZO A 27 DE MARZO

CICLO: ___1º_____ NIVEL: __2º_____ ASIGNATURA: __Educación Física_____

Orientaciones para programar rutinas de trabajo en casa, desde el Equipo de Orientación de Níjar, en la página web del colegio: www.ceiplalibertad.es

……..

TAREA 1

TEORIA
Vamos a repasar los hábitos de higiene corporal, como son el lavarse las manos, el ducharse, cepillarse los dientes, cepillarse el pelo, lavarse los ohídos, lavarse la carita , ponerse todos los días ropa limpia.

Ejercicio: Lee y colorea esta ficha de hábitos de higiene personal.

Ejercicio: Construir unos bolos de material reciclado.

Necesitamos el siguiente material: cuatro botellas de plástico de leche o agua vacías. Temperas de colores, pincel. Rotuladores. Una pelota blandita pequeña o de tenis.

ELABORACIÓN:

Primero cubrir la mesa o superficie de trabajo con un plástico o papel de periódico.

Segundo: Cada botella de plástico se pinta con las témperas , podemos

pintar las botellas de un color o cada botella de un color distinto.

Tercero: dejar secar la pintura durante al menos un dia para empezar a jugar.

Juego de los bolos: tras haber dejado secar la pintura un día tus bolos estan listos para jugar, necesitas una pelota del tamaño de una pelota de tenis que sea blandita. Puedes construir una con papel de periódico y celo como las que tenemos en el gimnasio del cole.

Para jugar coloca los bolos en un lugar , puede ser encima de una mesa o en el suelo, lanza con cuidado la pelota y derriba cuantos más bolos mejor.

Recuerda jugar en un lugar de la casa donde no molestes a los demás miembros de la familia y no rompas nada, una buena opción puede ser tu dormitorio o un sitio despejado.

TAREA 2

TEORIA

Vamos a repasar los hábitos de alimentación, para ello nos centramos en la pirámide de la alimentación que hemos visto anteriormente en clase:

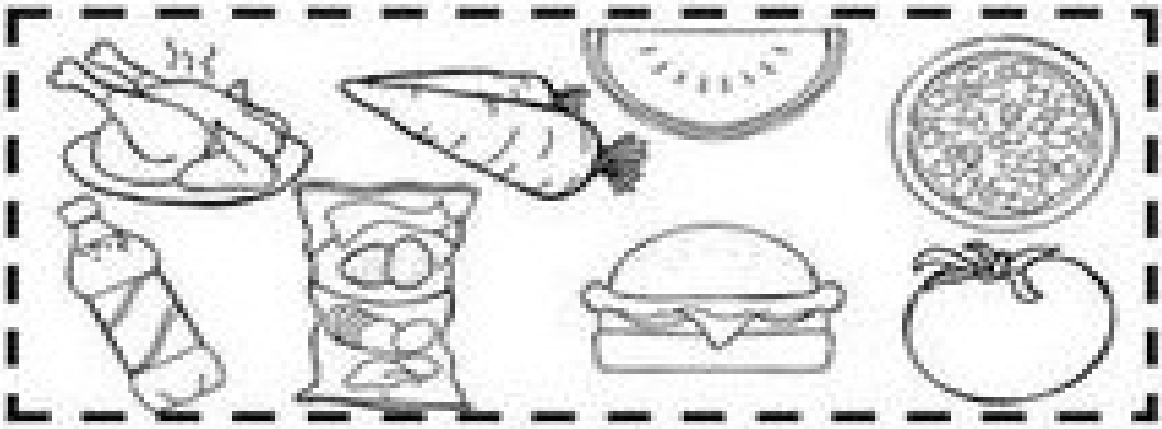
muy poco

todos los dias

Ejercicio: Colorea, recorta y pega según clasifiques los alimentos. Recorta por la linea de puntos

Colorea, recorta y pega según clasifiques los alimentos.

ALIMENTOS SANOS	ALIMENTOS CHATARRA



Ejercicio: vamos a construir un yogurbol, este es un juego muy divertido que vamos a construir nosotros mismos.

Materiales; un envase de yogur ,flan o similar vacío, un trozo de hilo, puede ser lana, de aproximadamente medio metro ,50 centímetros. Una bolita

pequeña de papel, celo. Pinturas como témperas y rotuladores.

ELABORACIÓN:

Primero: quitamos el envoltorio de papel del envase, y lo pintamos con témperas o coloreamos con rotuladores.

Segundo: hacemos un agujerito en el fondo del envase de yogur para que pase el hilo y le hacemos un nudo para que el hilo quede colgando del yogur.

Tercero: A la bolita pequeña del papel le unimos el hilo pegándola con celo. Y ya tenemos nuestro yogurbol, intenta meter la bolita en el envase de yogur, en eso consiste el juego.