



Plan de trabajo de Educación Física, Deporte y Recreación

Cristo Rey quédate en casa

Profesor: Josler Moisés López Trujillo

Instrucciones 1er Grado SEGUNDA ACTIVIDAD.

- Realiza las actividades de forma ordenada y con ayuda de tus padres, recreáte de manera segura y diferente.
- Escoge una hora determinada para realizar las actividades con el objetivo de crear una rutina.
- Una vez realizadas las actividades por favor enviarlas al siguiente correo: joslerlopez4@gmail.com.

Competencia: Participa en forma reflexiva y crítica en actividades individuales de destrezas motrices.

INDICADOR: Manipula objetos de diferentes formas, volumen, peso y textura adaptado a su capacidad.

ACTIVIDAD: Con ayuda de tus padres vas a realizar un circuito de obstáculos con objetos de diferente forma, peso, textura y volumen. Una vez realizado, te colocarás al principio del mismo y tendrás que recorrerlo en el menor tiempo posible sin tropezar con ningún obstáculo, de llegar a tropezar con alguno tendrás 5 segundos para colocarlo de nuevo en su lugar si no logras colocarlo en ese tiempo tendrás que recorrer de nuevo el circuito.

Puedes realizarlo con algún familiar y hacerlo como una competencia.... **¡ESTÁS LISTO!**



FICHA DE ACTIVIDAD

NOMBRE Y APELLIDO: MOÍSES LÓPEZ

GRADO Y SECCION: 1ER 'A'

TIEMPO: 1 minuto

Qué me pareció la actividad:

NOTA IMPORTANTE

*Recuerda que tu
creatividad es muy
importante, explota todo
tu potencial que sé que lo
haces excelente*



Sé que puedes lograrlo!!!