

Colegio Arturo Edwards.

**Actividades para Estudiantes de 1ero Básico A y B**

**Asignatura:** Educación física y Salud.

**Docentes:** Carolina Espinoza – Pedro Contreras.

**Fecha:** Viernes 27 de Marzo de 2020.

Queridos estudiantes, esperamos se encuentren muy bien junto a sus familias. Para esta semana tendremos como tarea 2 actividades…en las cuales trabajaremos habilidades como lanzamiento, precisión, coordinación, manipulación…así como también la Diversión!!!!!

**Actividad 1**: **Encesta con tus calcetines!!!!**

Para jugar a esto, necesitamos 10 pares de calcetines hechos pelotita para cada uno de los participantes (Pueden jugar de 2 pero también puedes jugar solito /a). También necesitamos una caja, una olla o una fuente donde podamos encestar. Nos ubicaremos en primera instancia a 5 pasos de la caja y a la cuenta de 3 comenzaremos a encestar….el que encesta más calcetines gana!!!!

Podemos aumentar complejidad aumentando la cantidad de pasos o cambiando la cesta por una más pequeña.

**Actividad 2: Campeonato de Bolos!!!!!**

Para nuestro campeonato necesitamos 10 botellas de plástico de diferentes tamaños, las pintamos y las decoramos dejándolas bien lindas, también necesitaremos 5 pares de calcetines hechos pelotita para cada uno de los participantes (Pueden jugar de 2 pero también puedes hacerlo solito/a).

Vamos a distribuir las botellas en un espacio despejado y nos vamos a ubicar a unos 20 pasos de ellas y comenzaras a lanzar tus pelotitas de calcetín de a una intentando derribar las botellas.

Podemos aumentar el grado de dificultad aumentando la cantidad de pasos, separando más las botellas entre sí o también podemos asignarles puntaje a cada una de las botellas.

Y Ahora…. A JUGAR!!!!

Y a colorear!!!!!



