

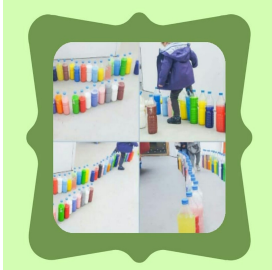
INFORMACIÓ A LES FAMÍLIES

ESPECIALITAT: Educació Física

TEMPORALITZACIÓ: Del 18 fins al 29 de maig de 2020

ETAPA: Infantil i Primària

DOCENT: Jose Ibáñez

CURS I GRUP	ACTIVITAT A REALITZAR	OBSERVACIONS /RECOMANACIONS
4anysA 4anysB	<u>REPTE:</u> Aquestes setmanes us propose varies activitats o possibilitats per a realitzar activitat física. - Aprofitar les eixides al carrer per jugar, fer les activitats i jocs que us agraden. - Realitzar una recepta d'un menjar saludable ja que l'alimentació és molt important i va relacionat amb l'activitat física. Hem d'estar ben alimentats per poder fer moltes coses. <u>La recepta de cuina s'ha de fer amb l'ajuda i supervisió d'una persona adulta.</u> - Activitats amb botelles com us ensenye a les fotos:    	Fer ús de l'hora que es pot eixir de casa i estirar les cames per fer l'activitat o activitats que més ganes tingues de realitzar. Respecta les normes!!!

2nA 2nB	Al final trobareu els reptes per fer aquestes setmanes que ens queden del mes de maig...segur que ho fareu molt bé i em sorprendreu amb les vostres propostes. Anem a ser mestres, xefs i esportistes ... Voleu jugar!!! Està a les vostres mans...	Fer ús de l'hora que es pot eixir de casa a estirar les cames per fer l'activitat o les activitats que més ganes tingues de realitzar. Respecta les normes!!!
4tA 4tB	Al final trobareu els reptes per fer aquestes setmanes que ens queden del mes de maig...segur que ho fareu molt bé i em sorprendreu amb les vostres propostes. Anem a ser mestres, xefs i esportistes ... Voleu jugar!!! Està a les vostres mans...	Fer ús de l'hora que es pot eixir de casa i estirar les cames per fer l'activitat o les activitats que més ganes tingues de realitzar. Respecta les normes!!!
6éA 6éB	Al final trobareu els reptes per fer aquestes setmanes que ens queden del mes de maig...segur que ho fareu molt bé i em sorprendreu amb les vostres propostes. Anem a ser mestres, xefs i esportistes ... Voleu jugar!!! Està a les vostres mans...	Fer ús de l'hora que es pot eixir de casa i estirar les cames per fer l'activitat o les activitats que més ganes tingues de realitzar. Respecta les normes!!!



JA QUE US ANEU A MOURE A CASA...PENSEU EN POSAR EL RELLOTGE EN MARXA I PASSAR LA FOTO AL CORREU iturbiesmou@gmail.com PER SUMAR MÉS KM!!!! SIGUEU LEGALS I NO VAL DONAR-LI AL RELLOTGE I ESTAR AL SOFÀ...US ENGANYAREU A VOSALTRES SI FEU AIXÒ...

ÀNIM!!!! SÓM ELS MILLORS I HO ACONSEGUIREM!!!!

CADA 5 MINUTS D'ACTIVITAT = 1KM DE DISTÀNCIA (PER EXEMPLE, 50 MINUTS = 10 KM)

ANIMA'T!!!



Dubtes, preocupacions, sensacions, opinions... junt amb la taula d'autoavaluació de les activitats realitzades a casa al següent correu.

ibanyez_joscle@gva.es

Moltes gràcies.

- Repte 4:

És molt important realitzar aquests exercicis al finalitzar les sessions per tornar a la calma el nostre cos.

Yoga para niños





- Repte 3: ESPORTISTES

En aquest enllaç trobareu els cercles de les olimpíades. Cada color representa un tipus d'activitats. Alimentació, lectura, expressió corporal, jocs i reptes. Ànim!!! Segur que conseguireu superar totes les proves.

- <https://view.genial.ly/5ead4d11eacf4c0d67169cdf/horizontal-infographic-lists-educacion-fisica>

- Repte 2: XEFS

- Realitzar una recepta de cuina d'un menjar saludable...Per a realitzar activitat física hem d'alimentar-nos i agafar força. Quin menjar penseu que ens aporta més nutrients i energia per fer activitat física?
- S'HA DE FER ACOMPANYAT D'UNA PERSONA ADULTA.

- Repte 1: MESTRES

- Proposar activitats que realitzaran els vostres companys.
 - L'alumnat de 6é prepararan activitats per a l'alumnat de 4t.
 - L'alumnat de 4t prepararan activitats per a l'alumnat de 2n.
 - L'alumnat de 2n prepararan activitats per a l'alumnat d'infantil.
- Josep proposarà més activitats per a realitzar però podeu agafar el rol de mestres i ajudar organitzant amb mi quins tipus de jocs podem fer i quins ens agraden més. GRÀCIES!!!