



GRADO:	TERCERO	ASIGNATURA:	EDUCACIÓN FÍSICA	PERIODO	04 al 08 de Octubre.	FECHA DE ENTREGA	08 de Octubre
TEMA:	“Encestando Juguetes”					SEMANA	RECUPERACION 4
PROPÓSITO/APRENDIZAJE/ENFASIS							
- Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. - Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, con el fin de tomar decisiones y mejorar su actuación.							
ACTIVIDAD							
<i>Materiales: Cesta (bote, cubeta o caja) y juguete de plástico o tela.</i> Nota importante: Esta actividad la realizaras durante 13 minutos, sin obviar los 5 minutos de calentamiento al inicio y estiramiento al final. De entrada: Realizaras un pequeño calentamiento estirando la cabeza, los brazos, el tronco y las piernas de diferentes formas (5 minutos). 1. Coloca un cesto de ropa (puede ser una cubeta, un bote o incluso una caja grande) al centro del espacio donde vayas a realizar la actividad. 2. Ahora ubica tantos juguetes como puedas alrededor del cesto de ropa. (formando un círculo con los juguetes que tendrán que estar a una distancia de 2 a 3 metros de distancia de la caja aproximadamente). 3. Con la ayuda de alguien que te diga “en sus marcas, listos, fuera...” 4. Rápidamente iras tomando un juguete y encestándolo en el cesto de ropa. 5. Inventa muchas formas de lanzar y hazlo lo más rápido posible. 6. Intenta hacerlo en el menor tiempo posible. Cierre: Realizaras un estiramiento como al inicio durante 5 minutos. <u>No olvides tomar bien enfocadas tus evidencias y que no salga tu rostro.</u> <i>Recuerda alimentarte sanamente y dormir bien.</i>							

Grupo	Profesor (a)	Correo
A, B y C	PROFESOR: Joaquín Miguel Tapia De La Vega.	joaquin.tapia.de@edomex.nuevaescuela.mx
D	PROFESOR: Fernando Juventino Alvarado Valerio.	fernando.alvarado.val@edomex.nuevaescuela.mx