

Parte 15. Continuidad pedagógica Educación física.

2° y 3° grado "B"

Semana 30/10/2020

Hola Familias, espero que anden todos muy bien.

Para esta quincena, les preparé una actividad orientada hacia las cualidades físicas de las personas.

¿Qué son las cualidades físicas?

Son diferentes factores que determinan nuestra condición física y nos permiten realizar diferentes esfuerzos, ya sea en algún deporte en específico, como en la vida diaria. Por ello, es sumamente importante el entrenamiento y el desarrollo de las mismas.

En esta ocasión, verán que la actividad contiene 5 videos, en donde se realiza de forma individual el desarrollo de cada cualidad.

Ellas son: **Resistencia - Fuerza - Velocidad - Coordinación - Flexibilidad**

Primeramente intentarán reproducir cada una de las estaciones, reemplazando de ser necesario el material usado por el que dispongan en casa.

Luego cada chica y chico, intentará deducir por su propia experiencia, a qué cualidad física pertenece cada estación.

Espero que pasen un lindo momento.

Abrazo grande
Profe Mauro Orman