

Actividades semana 19 de octubre

Actividad N° 1

Objetivo: Experimentar el push y la barrida.

Armado: papelitos o cartulinas, blancos o de colores, con distintas puntuaciones. (Por ejemplo: 100 pts, 50 pts y 25 pts)

Desarrollo: En alguna pared de la casa (donde no haya riesgo de romper nada) pegar las hojas con puntajes. Desde una marca que hagamos en el piso vamos a tirar de push o barrida a alguno de los papelitos y sumar la mayor cantidad de puntos. En el siguiente video te mostramos cómo jugar:

<https://youtu.be/L8PC24QphiM>

¿Te animas a desafiar a alguien de tu familia?

Actividad N° 2 VOLTEO

Objetivo:

Asimilar las actividades ludomotrices referidas a los contenidos y aprendizajes de la práctica ecuestre.

Comprender la importancia de ejercitarse durante el contexto de pandemia.

DESARROLLO:

Elas son las hermanas Arrizabalaga, Natasha (de 15 años de edad) y Arrizabalaga, Guadalupe (de 8 años de edad)... Natasha nos representa como deportista de volteo a nivel mundial.

Te dejamos un link para que veas el video:

<https://www.youtube.com/watch?v=lbbqKs3MpXI>

**LAS CANCIONES QUE LAS ATLETAS USARON PARA ESA
COREOGRAFIA SON:**

- Natasha: <https://www.youtube.com/watch?v=7wtfhZwyrcc>
- Guadalupe.:
<https://www.youtube.com/watch?v=m0D4ux830M8>

Pensemos juntos:

- a) ¿Reconoces algún ejercicio que hace Natasha en su coreografía?
- b) ¿Reconoces algún ejercicio que hace Guadalupe en su coreografía?
- c) ¿Te acordas algún nombre de los ejercicios?
- d) Si tenes dudas, podés ver la parte final del video, están las imágenes de cada ejercicio.
- e) Te invitamos a inventar nombres para los ejercicios que no conoces.

NOS VEMOS EL VIERNES EN LA CLASE VIRTUAL
TUS PROFES DE ORIENTACIÓN