



5º

Enlace: Haz clic aquí para ir a...
1ª Semana de trabajo en casa.
del 16 al 20 de marzo.

2ª Semana de trabajo en casa.
del 23 al 27 de marzo.



Podéis empezar por esta introducción: [EDUCACIÓN FÍSICA EN CASA \(pincha aquí\)](#).

El esquema de trabajo será el siguiente:

- 1.- Colgaremos dos **VÍDEOS** para hacer ejercicio en casa y mantener nuestros músculos a tono.
- 2.- Propondremos dos **RETOS** a la semana, serán ejercicios que tendréis que practicar hasta conseguir el objetivo. A la vuelta comprobaremos si los habéis superado!!! Puedes grabarte y mandarnos un vídeo cortito a educacionfisicapua@gmail.com y los publicaremos al final de la semana. NO te preocupes si no puedes hacer alguno por falta de material, usa tu imaginación.
- 3.- Propondremos una **TAREA** a la semana, será una ficha a trabajar, una lectura comprensiva, tests, vídeos para sacar información, actividades online... todo aquello que nos haga leer, pensar y escribir un poco.
- 4.- Si quieres más, sigue nuestro blog <http://educacionfisicapua.blogspot.com/> y allí encontrarás contenidos anteriores y extras.

SEMANA 2: del 23 al 27-3-2020

Os recordamos que esta semana comienza el programa [Muévete en casa](#) en La 2 (de lunes a viernes a las 9:00hs.), [Aprende en casa](#) en Clan y la 2, (los miércoles será el día para Educación física y artística) y [Educlan](#) online.

Comenzamos la segunda semana. ¿Estáis preparados? Antes de nada queremos recordaros que el objetivo de nuestros **VÍDEOS, RETOS Y TAREAS**, es mantener nuestro cuerpo y nuestra mente en funcionamiento y seguir en contacto con nuestra área. Por ello, no os agobiéis, no hay fecha de entrega, ni caducidad, si no podéis imprimir siempre podéis usar folios o un cuaderno, si no podéis enviar vuestras tareas a nuestro correo, guardad las que hagáis (físicamente o en vuestro ordenador) para entregarlas a la vuelta. Si os falta tiempo, material o ayuda en algún reto o tarea, os lo saltáis y a por el siguiente. Todo es voluntario y os dará puntos extra ¡Pero no dejéis de moveros cada día!

Mandad vuestros vídeos y tareas a
educacionfisicapua@gmail.com

VÍDEO 1	Let's dance!
RETO 1	Ritmo "Cups"
TAREA	Aprendemos sobre los JJ00
VÍDEO 2	¿Probamos el Yoga?
RETO 2	Bounce the ball

RECORDAD: HOY MIÉRCOLES en Clan toca Educación física y artística en 'Aprendemos en casa' 6 a 8 años (09:00 a 10:00 horas), de 8 a 10 años (10:00 a 11:00 horas) y de 10 a 12 años (11:00 a 12:00 horas).

Vídeo: Vuestros retos de la semana 2

