

Educación Física K-2  
**21/9/2020 - 27/9/2020**  
Sr. Levitan y Sr. Mege

**Instrucciones:** Primero, lea sus objetivos de aprendizaje y palabras de vocabulario. Luego, haga clic en el enlace o siga las instrucciones en cada cuadro. ¡Por último, complete su evaluación!

<b>¡Esta semana en Educación Física!</b>	
<b>Mis metas de aprendizaje:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Puedo hablar con mis compañeros de clase sobre por qué la actividad física es buena para nosotros.</li><li>● Puedo disfrutar de la actividad física.</li><li>● Puedo controlar mi cuerpo y mi comportamiento y mantenerme a una distancia de 6 a 12 pies de mis compañeros de clase.</li><li>● Puedo ser entusiasta y también controlaré con seguridad mi comportamiento personal.</li><li>● Puedo hacer actividad física todos los días durante al menos 60 minutos.</li><li>● Puedo dibujar un mapa de un espacio seguro de actividad física en mi casa.</li></ul>
<b>Vocabulario:</b>	<p><b>ENTUSIASMO:</b> Un sentimiento importante que obtienes cuando estás emocionado por una meta y estás motivado para trabajar duro.</p> <p><b>COMPORTAMIENTO PERSONAL:</b> Las acciones de una persona individual.</p> <p><b>RECURSO:</b> Suministros, oportunidades y apoyos que una persona puede usar para hacer un trabajo o ser productiva.</p>
<b>Calentamiento</b>	<a href="#"><u>Fortaleza su enfoque</u></a>
<b>¡Diversión física!</b>	<p style="text-align: center;">¡Trabajemos en el salto, el equilibrio, la coordinación, la reacción y la agilidad haciendo clic en el enlace de abajo!</p> <p style="text-align: center;"><a href="#"><u>Entrenamiento con globo</u></a></p>

<p><b>Actividades de esta semana:</b></p>	<p><b>Jardín de rocas invisible:</b> es hora de plantar un jardín de rocas invisible. Cuando suene la música (use música de tempo lento), camine en su área de actividad y plante semillas de roca invisibles. Para hacer eso, debes estar a una distancia de 6 a 12 pies de todas las demás personas. Encuentra un espacio abierto, excava un agujero invisible con tu pala invisible y luego deja caer una semilla de roca invisible. Cubra el agujero con tierra invisible y riéguelo con agua invisible. No es una carrera. Planta de 5 a 10 rocas invisibles mientras suena la música.</p> <p><b>Coleccionista de rocas invisibles:</b> ¡GUAU! ¡Tu jardín de rocas invisible creció muy rápido! Ahora es el momento de recoger tus rocas. Ponte tu mochila invisible. Cuando suene la música (use música de ritmo lento), camine por el área de actividades y recoja con cuidado las rocas invisibles y colóquelas en su mochila. Para hacer eso, debes estar a una distancia de 6 a 12 pies de todas las demás personas. Encuentra un espacio abierto, agáchate doblando las rodillas y levanta la piedra en tu mochila. No es una carrera. Recoge de 5 a 10 rocas invisibles mientras suena la música.</p> <p><b>Invisible Rock Buster:</b> ahora que hemos recolectado nuestras rocas invisibles, es hora de romperlas en gujarros invisibles. Para hacer eso, saca 1 piedra invisible de tu mochila invisible. Colóquelo dentro de su burbuja personal de 6 pies. Salta sobre él 5 veces, hacia arriba y hacia abajo. Después de que hayas reventado una roca invisible, obtén una nueva y comienza a reventar de nuevo. Haga tantas piedras como pueda mientras suena la música.</p>
<p><b>Enfriamiento / Minuto consciente</b></p>	<p style="text-align: center;"><a href="#">Encontrar alegría</a></p>
<p><b>Evaluación</b></p>	<p>Dibuje un mapa de un espacio seguro de actividad física que tenga en su hogar. ¡Haga clic en el enlace de abajo para ver un ejemplo!</p> <p style="text-align: center;"><a href="#">Mapa de actividades</a></p>