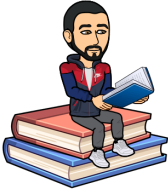
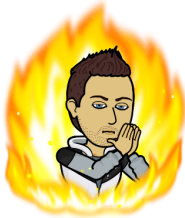


K-2 Educación Física
Semana del 12/14/2020 - 12/20/2020
Mr. Levitan & Mr. Mege

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, completa tu tarea!

Esta semana en Educación Física	
<p>Mis objetivos de aprendizaje</p>	<ul style="list-style-type: none">● Puedo captar desde arriba de mi cabeza● Puedo captar desde debajo de mi cintura● Puedo recordar las señales de captura <p>Haga clic aquí para revisar las señales --->señales Captar</p> <p>Haga clic aquí para ver un video ---> Captura (primeros 3 minutos)</p>
<p>vocabulario</p> 	<p>Captura de: agarre y sostenga algo en el aire que haya sido lanzado, propulsado, dejado caer o pateado</p> <p>Cintura: La parte del cuerpo que está arriba de las caderas y debajo de las costillas</p> <p>Rebota: Cuando un objeto (generalmente una pelota) se mueve rápidamente hacia arriba, hacia atrás o alejándose de una superficie después de golpearla</p>
<p>Calentamiento</p> 	<p>Vamos a despertar nuestros cuerpos, músculos y cerebros siguiendo este video.</p> <p style="text-align: center;">¡Danza del hámster!</p>

<p>Diversión Fitness!</p> 	<p>Hagamos ejercicio para ayudar a mejorar la salud de nuestro corazón, la fuerza muscular y la flexibilidad.</p> <p><u>¡Entrenamiento navideño de elfos!</u></p>
<p>Actividades de esta semana</p> <p>Equipo que puede usar:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bolsa de plástico ● Pelota blanda (pequeña, mediana o grande) ● Objeto blando ● Globo 	<p>Si no tiene una bola / objeto blando para lanzar, puede usar una bola de calcetín o una bola de bolsa de plástico. ¡Mire este video para aprender a hacer uno!</p> <p><u>Cómo hacer una bola de calcetín o una bola de bolsa de plástico</u></p>
<p>Enfriamiento / Minuto consciente</p> 	<p>Tómese un minuto para enfriarse sentándose, respirando y siguiendo este video.</p> <p><u>gotas de lluvia</u></p>
<p>¡Tarea de!</p>	<p><u>Prueba de jardín de infantes Prueba de primer grado Prueba de segundo grado</u></p>