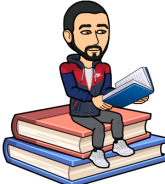





K-2 Educación Física  
Semana del 1/4/2020 - 1/10/2020  
Sr. Levitan y Sr. Mege

**Instrucciones:** Primero, lea sus metas 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><b>Mis objetivos de aprendizaje</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Puedo captar desde arriba de mi cabeza</li><li>● Puedo captar desde debajo de mi cintura</li><li>● Puedo recordar las señales de captura</li></ul> <p>Haga clic aquí para revisar las señales ---&gt;señales <a href="#">Captar</a></p> <p>Haga clic aquí para ver un video ---&gt; <a href="#">Captura (primeros 3 minutos)</a></p>
<p><b>vocabulario</b></p> 	<p><b>Captura de:</b> agarre y sostenga algo en el aire que haya sido lanzado, propulsado, dejado caer o pateado</p> <p><b>Cintura:</b> La parte del cuerpo que está arriba de las caderas y debajo de las costillas</p> <p><b>Rebota:</b> Cuando un objeto ( generalmente una pelota) se mueve rápidamente hacia arriba, hacia atrás o alejándose de una superficie después de golpearla</p>
<p><b>Calentamiento</b></p> 	<p>Vamos a despertar nuestros cuerpos, músculos y cerebros siguiendo este video.</p> <p><a href="#">¡Calienta el deporte con Yoyo</a></p>

<p><b>Fitness Fun!</b></p> 	<p>Hagamos ejercicio para ayudar a mejorar la salud de nuestro corazón, la fuerza muscular y la flexibilidad.</p> <p><b><u>¡Nivel 3!</u></b></p>
<p><b>Actividades de esta semana</b></p> <p><b>Equipo que puede usar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolsa de plástico</li> <li>• Pelota blanda (pequeña, mediana o grande)</li> <li>• Objeto blando</li> <li>• Globo</li> </ul>	<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><a href="#"><u>Cómo hacer una bola de calcetín o una bola de bolsa de plástico</u></a></p> <p><b>Haga clic en el enlace y siga:</b></p> <p><b><u><a href="#">Habilidades con la pelota</a></u></b></p>
<p><b>Enfriamiento / Minuto consciente</b></p> 	<p>Tómese un minuto para enfriarse sentándose, respirando y siguiendo este video.</p> <p><b><u><a href="#">gotas de lluvia</a></u></b></p>
<p><b>¡Tarea de!</b></p>	<p><b>¡Practique Lanzar y Atrapar con un familiar o amigo!</b></p>