



# JOSÉ IGNACIO Y KARINA

PROFESORES DE  
EDUCACIÓN FÍSICA

**CONTACTO PARA CONSULTAS  
WEBMAIL:**

Profe José:  
[jose.r@escuela323sjn.edu.ar](mailto:jose.r@escuela323sjn.edu.ar)

Profe Karina:  
[karina.b@escuela323sjn.edu.ar](mailto:karina.b@escuela323sjn.edu.ar)

## EDUCACIÓN FÍSICA

“Jugar a divertirse en casa”

Actividades de diagnóstico

**Semana del 5 al 9 de abril**

**ACTIVIDADES PARA EL PRIMER CICLO: 1º, 2º y 3º grado**

Realizaremos por 5 minutos actividades libres: caminando, trotando también moviendo los bracitos y las piernitas. Luego correr (libremente) y volver caminando.

PARA JUGAR CON ALGUIEN MÁS: Buscar latitas o vasitos, luego ubicar las latitas y/o vasitos en el sector donde vas a jugar, en forma lineal, en círculo o desparramadas por todo el sector.

ACTIVIDAD: Pasamos por todas las latitas con trote, salticando saltando, con 2 pies (como un conejo), saltando en 1 pie, en 4 apoyos, como un perrito o como un oso, etcétera.

JUEGO DE LAS LATITAS: En el juego nos desplazamos de las mismas formas, pero en cada latita, embocamos una piedrita. Por ejemplo: Me desplazo como un conejo, llego a la latita y emboco una piedrita y así con todas las latitas.

LINK : [https://www.youtube.com/watch?v=Nd\\_Yl8u8Zo8](https://www.youtube.com/watch?v=Nd_Yl8u8Zo8)

Este video te hace buscar latitas y/o vasitos y también piedritas.

DEVOLUCIONES: foto o comentario al webmail de los profes.