



# JOSÉ IGNACIO Y KARINA

PROFESORES DE  
EDUCACIÓN FÍSICA

## CONTACTO PARA CONSULTAS

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 19 al 23 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:** hacemos 1 hilerita con tarritos o piedritas o lo que quieras marcar en el piso y desplazarnos sobre ella 2 o 3 veces en forma de: “Perrito”, “Conejo”, “Osito” y “Cangurito”... (Ver fotos en el link que está abajo)

**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.

Link : <https://www.youtube.com/watch?v=YedSN6TDTh4>

**DEVOLUCIONES: AL PROFE JOSÉ Y A LA PROFE KARINA EN**

**CONTACTO PARA CONSULTAS.**