

**GUIA DE ESTUDIOS**

**Espacio curricular:** Educación Física

**Sección:** 3°, 4° y 5°

**División:** 1ra, 2da y 3ra

**Profesoras:** Laura Silvina Pizorno.

Gabriela Elisa Palacio.

**Propósito:** A través de las guías pasadas y lo que investiguen por internet, libros y comentarios de la familia, se pretende que el alumno sepa:

- Elaborar y diseñar su propio circuito de actividad física utilizando la creatividad.

**ACTIVIDADES:**

1. Busca en libros, revistas, internet o simplemente charla con la familia que actividades realizaban ellas en la escuela.
2. Usa la imaginación y realiza un circuito para hacer gimnasia, teniendo en cuenta:
  - a. Entrada en calor.
  - b. Ejercicios (4 no menos)
  - c. Ejercicios de estiramiento.
  - d. Puedes usar diferentes tipos de música (la que más te guste).
3. Llévala a cabo.
4. Una vez que tengas lista la clase de gym, diagramarla en el cuaderno, utiliza imágenes.

***Nota: usa ropa cómoda: zapatillas, calzas o buzo, remera.***

