

CUE:70007600 - AGROTÉCNICA CORNELIO SAAVEDRA

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.



CONSEJOS DE PREVENCIÓN COVID-19



Higiene

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o con soluciones a base de alcohol



Tos y estornudos

Cubrirse la nariz y la boca con el codo o con un pañuelo de un solo uso



Distancia

Evitar el contacto con personas cuando estornuden, tosan o tengan fiebre



Limpieza

No compartir comida, utensilios u otros objetos sin limpiarlos debidamente



No se recomienda su uso si no se tienen síntomas