|  |  |
| --- | --- |
| **Semana :**  **Del 25 de mayo al 29 de mayo** | **Tema: Ejercicio y desmoldeo y equilibrio de objetos** |
| **Actividad de clase : Tiempo: 20 + minutos** | **Equipo:****Portátil y 2 trozos de papel desmenuzado** |
| **Clase – Objetivos****Wilf: Los estudiantes podrán seguir los diferentes ejercicios en un pequeño vídeo. Los estudiantes podrán crear 3 estaciones. Ellos serán capaces de tirirunar una bola de papel desmenuzada en una pared para tratar de acercarla lo más posible, también intentarán equilibrar una bola de papel desmenuzada en su cabeza mientras caminan y caminan y equilibran la bola de papel en la parte posterior de sus manos o palmas mientras caminan desde el punto** de partida hasta el final |
|  |
| **Motor bruto:**Movimiento de cuerpo entero a diferentes ejercicios | **Cognitivo:**Centrarse en equilibrar un objeto mientras se mueve |
| **hora** | **Instrucciones de la lección** | **Expectativas de los estudiantes** |
| **20 min** | * **Los estudiantes usarán su computadora portátil para ver un video para realizar diferentes ejercicios. Harán clic en el siguiente enlace.**

<https://www.youtube.com/watch?v=u8IZfNrA17w> | **Los estudiantes seguirán y harán todo lo posible** |

**Actividad**

Estaciones

**Estación 1: Undedo de pared de bola de papel**

* Crumble hasta un pedazo de papel y convertirlo en una bola
* Encuentra una pared vacía sin nada delante de ella
* Crear una línea de sssing a unos 7 pies de la pared
* Jugar con un hermano o hermana o padre(s)
* 1 persona a la vez lanza la bola de papel en la pared
* Persona que está más cerca de la pared (tocar la pared es la mejor puntuación) obtiene 1 punto
* Juega hasta 10 puntos (si un empate, cada persona obtiene 1 punto)

**Estación 2 : Caminata de balanceo de bolas de papel**

* Cree un punto de partida y un punto final en una habitación
* Cada jugador debe poner la bola de papel en su cabeza y tratar de caminar desde el punto de partida hasta el final
* Ver quién puede hacerlo más lejos (si llegas al final se obtiene 1 punto )
* Primera persona a 5 puntos o jugar juego durante 5 minutos

**Estación 3: Caminata de equilibrio de manos de bola de papel**

* Crumble otro pedazo de papel para que tenga 2 papeles desmenuzados
* Utilice el punto inicial y final en la estación 2
* Cada jugador debe tratar de caminar y equilibrar la bola de papel en la parte posterior de cada mano hasta el final sin dejarlos caer.
* ¿A ver quién puede hacerlo más lejos?
* Si llegas al final obtienes 1 punto (el juego es de hasta 5 puntos o jugar durante 5 minutos
* Puede usar sus palmas en su lugar si desea

Repita las estaciones tantas veces como desee. Que te diviertas