



ACTIVITATS D'EDUCACION FISICA

ÒLA A TOT!!

**COMA SABETZ AGUESTI DIES SON DIES QU'AUEM
DE PASSAR EN CASA, MÈS NON PODEM
DESBREMBAR ETH TRABALH DETH NÒSTE CÒS.
PER AQUERÒ VOS PREPAUSAM DEDICAR UA
ESTONA CADA DIA ENTÀ REALIZAR BÈRA
ACTIVITAT ENTÀ MANTÍER ERA FORMA FISICA. ARA
SEGUIDA VOS PREPAUSAM DISPARIÈRES
ACTIVITATS ENTÀ PODER TRABALHAR ES
DIUÈRSES DIMENSIONS DERA EDUCACION FISICA.
BÈRA UA POIRÀS HÈR-LA SOLET/A, D'AUTES TE
CALERÀ HÈR-LES EN FAMILHA.
JA PÒS COMENÇAR A BOTJAR ETH CÒS E
DESVELHAR ERA MENT!!
DEMORAM PODER-VOS VÉIIR LÈU PR'AMOR QUE
VOS TRAPAM FÒRÇA DE MENS !
UA ABRAÇADA BEN FÒRTA!
DAVID E MARTA**

EXPRESSION E COMUNICACION CORPORAU



EXPRESSION E COMUNICACION

CORPORAU:

CANÇONS DAMB COREOGRAFIA:

👤 “M’agrada l’esport” (TRABALHADA EN CLASSE D’EF)

• <https://www.youtube.com/watch?v=S1i06LYZas0>

👤 SÚPER ESMORZAR

• <https://www.youtube.com/watch?v=c6ipTxplrNAhttps://www.you>

👤 WELCOM TO MY GYM I EXERCISE SONG FOR KIDS

• https://www.youtube.com/watch?v=ju8W_SX_wy4&list=PL2kXfw2Jd-hZZYhoyNkdGPYTIRbbnZIZ&index=4

👤 JUST DANCE kids

https://www.youtube.com/watch?time_continue=56&v=KhfkYzUwYFk&feature=emb_logo

https://www.youtube.com/watch?time_continue=27&v=nSJMfUT4ez4&feature=emb_logo

https://www.youtube.com/watch?time_continue=33&v=ziLHZeKbMUo&feature=emb_logo

https://www.youtube.com/watch?v=adb-MxGBp8k&feature=emb_logo

<https://www.youtube.com/watch?v=p7yYiLEus7w>

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

👤 JÒC DE MIMICA ENTA IMPRIMIR

• file:///Users/marta/Downloads/MIMO_JUEGO_DE_MIMICA.pdf



ACTIVITAT FÍSICA



ACTIVITAT FÍSICA

🦆 ACIU AS JÒCS DERA AUCA D'EDUCACION FISICA ENTÀ JOGAR EN FAMILHA ATH MADEISH TEMPS QUE TRABALHES ERA ACTIVITAT FISICA (ON-LINE).

- <https://view.genial.ly/5e78c6d90fcfb90d9fa4dd48/game-movem-nos-a-casa-formigues>

- <https://sites.google.com/view/ef-a-casa/34?authuser=0>

🦆 ERA AUCA DERA ACTIVITAT FISICA ENTÀ IMPRIMIR (1èr cicle)

- <https://sites.google.com/view/ef-a-casa/42?authuser=0>



ACTIVITAT FISICA



- **ENTÀ TRABALHAR ERA RESPIRACION:**
- **CONDUSIR ERA PILOTA PES LINHES.**
- **BASTIR COM UA PIPA ENTA BOHAR ERA PILOTA PETITA.**
- <https://carolinallinas.com/2015/04/experimento-para-hacer-flotar-una-pelota.html>
- **PARTIT 1X1 ENTÀ VÉIR QUI MÈRQUE GÒL DAMB UA PILOTETA .**
- <http://maestraymamatienpocompleto.blogspot.com/2017/03/actividades-de-soplo.html>



ACTIVITAT FÍSICA



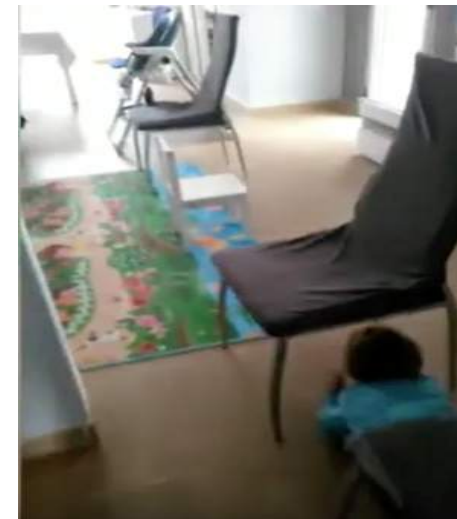
ENTÀ TRABALHAR ERA COORDINACION E ABILETATS BASIQUES:

 REPTACIONS, SAUTS,
DESPLAÇAMENTS, ESGUITLADES ...

<https://www.youtube.com/watch?v=zyF8IBVe7uA&feature=youtu.be>

<https://www.youtube.com/watch?v=9lyWs4UalnA>

https://www.youtube.com/watch?v=L_AHjHZxfl&feature=youtu.be





ACTIVITAT FISICA



ENTÀ TRABALHAR ER EQUILIBRI DAMB E SENSE MATERIAU:

- 🏈 CHANQUES DAMB PÒTS DE CONSÈRVES E UA CÒRDA/HIU.
- 🟦 EQUILIBRI SUS LINHES, HIUS, LAN....
- ⚽ EQUILIBRI DAMB CAUSES EN CAP (COISHINS, LIBRES...).



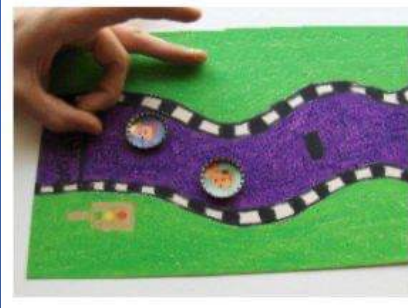
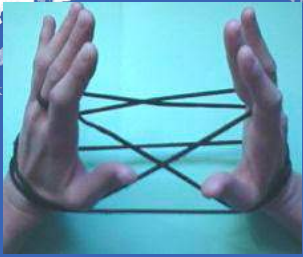
ACTIVITAT FISICA



ENTÀ TRABALHAR DAMB MATERIAUS RECICLATS

- 🏐 QUILHES DAMB AMPOLHES DE LÈIT.
- 🏈 HÈR PUNTERIA DAMB PÒTS DE CONSÈRVES.
- 👧 ANÈRES DAMB PLATS DE CARTON.
- 🏓 RAQUÈTES DE PING-PÒNG DAMB SÈTIES DE CARTON E UN GLÒBE.

JÒC MOTOR E TEMPS DE LÈSER



JÒC MOTOR E TEMPS DE LÈSER

ENTÀ TRABALHAR DAMB MATERIAUS RECICLATS:

🏀 COORDINACION E PUNTERIA DAMB UN VEIRE DE PLASTIC O UA AMPÒLHA TALHADA E UA PILÒTA.

⚽ FOTBÒL CHAPES/TAPS DE PLASTIC.

🏐 JÒCS DE MANS DAMB CÒRDA.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=44&v=8ePubwjGQBk&feature=emb_title

🏐 CIRCUITS DAMB CHAPES/TAPS DE PLASTIC.

SE VOLETZ PODETZ ENVIAR-MOS BÈRA FOTO DAMB ES VÒSTES CREACIONS AS NÒSTI EMAILS:

MARTA: mtubau2@xtec.cat

DAVID: dbernal2@xtec.cat

IÒGA

IÒGA ENTÀ MAINADÈRA:
DAMB MUSICA TRANQUILLA, PRACTICA
ES FIGURES DE IÒGA QUE VOLGUES
SENSE FORÇAR.

<https://www.youtube.com/watch?v=Dwt0qeBj85I>

<https://www.youtube.com/watch?v=cQkgcjC191U>



<http://www.activilandia.aecosan.msssi.gob.es/>

<http://recursostic.educacion.es/primaria/ludos/web/a/index.html>

DEMORAM QUE DAMB AQUESTES ACTIVITATS
T'AGES DIVERTIT FÒRÇA. PENSA EN TRAPAR CADA
DIA VES MINUTES ENTÀ HÈR BÈRA ACTIVITAT
FISICA.

DEMORAM QUE LÈU POGAM TORNAR A ÈSTER
AMASSA!!!

VA FÒRTA ABRAÇADA !!!

MARTA E DAVID