

QUE EL CONFINAMENT NO ENS ROVELLI!

Propostes d'activitat física per primària

- Propostes diàries:
 - Fundación Create: 21 minuts d'activitat física cada dia
<https://www.youtube.com/watch?v=XW09txWk9H8> al seu canal podeu trobar un vídeo amb propostes per a cada dia de confinament.
 - 5 day fitness: El professor d'educació física Mr. Staup de la Lincoln Elementary School ens ofereix una proposta en anglès d'activitat física diària:
https://www.youtube.com/watch?v=FN4v_KUyhaw
 - Practica activitat física a casa:
https://www.youtube.com/playlist?list=PLAuaBM2ilSli66JzGsifiy33acV_HrYJd
 - Tarjetas physed per fer activitat física en anglès:
https://drive.google.com/file/d/1e_wiOgOgfkIXpVLo-ST0hi2J-L2mf3BN/view
 - Activitats ordenades en funció de la part del cos que es treballa:
<https://www.instagram.com/p/B91mf5ll8AS/?igshid=1a27tfhp5hct3>
 - Seqüència d'activitats per fer durant el confinament:
<https://view.genial.ly/5e720eabfcadba1827ea2626/interactive-content-af-en-casa-frente-al-coronavirus>
 - Seqüència d'activitats proposada pel @maestrocarlofef per fer durant el confinament:
<https://view.genial.ly/5e6b3a48eaeafb0fdd69315b>
 - Calendari sEFmanal:
<https://view.genial.ly/5e6fcbce6130a0fcf9e09e9/horizontal-infographic-review-calendario-sefmanal-ef-db>
 - Proposta d'una setmana d'activitats molt completa
<https://view.genial.ly/5e6ce81345bfe40fc0fba923>
 - Calendari activitats mensual de Maria Martínez, adequat per cicle superior: (per obrir-lo cal tenir un compte de google):
<https://drive.google.com/file/d/1gBl7LiTfkmwiWRBXcHPFQ-H6p8hmDEuY/view>
- Jocs:
 - Jocs motrius amb daus:
<https://www.elvalordelaeducacionfisica.com/juegos-con-dados-educacion-fisica/>
 - Jocs de paper plegat per proposar activitats físiques:
<https://drive.google.com/open?id=1LtEDI918SjS4LFjZVleiCOTGQZXZFFn>
 - Jocs de l'oca d'educació física per imprimir:
https://drive.google.com/open?id=1mPXdTBDFA8vkXsESH_arasEXEZVAifKI
<https://drive.google.com/open?id=1Z4vkdxUexAaV0JLhYhwzN1xI2qUthtMQ>
 - 32 jocs diversos per fer a casa no tots són d'activitat física:
<https://psicologiyamente.com/desarrollo/juegos-jugar-en-casa>
 - Propostes d'activitats varies:
<http://coneftadosconalvaro.blogspot.com/2020/03/yo-me-quedo-en-casa.html>

- Jocs amb materials reciclats: https://www.scribd.com/document/451900352/JUEGOS-RECICLADOS-1%C2%BA-a-6%C2%BA-primaria#from_embed
- Canal de youtube amb moltes propostes per fer malabars amb pilotes: https://www.youtube.com/channel/UCy-_JtuchugWL4-l1AW1q8A
- Com fer les boles per malabars: <https://www.youtube.com/watch?v=2nX4GZgRW1l>
- Meditació:
 - <https://www.calm.com/blog/take-a-deep-breath>
 - App Petit Bambú. Gratuïta 15 dies.
- Vídeos diversos:
 - 28 vídeos amb propostes diverses: <http://www.ayudaparamaestros.com/2020/03/28-videos-con-ejercicios-fisicos-yoga-y.html>
 - 16 vídeos de "JUST DANCE" per ballar amb els més petits <http://www.ayudaparamaestros.com/2020/03/16-videos-just-dance-para-que-los-ninos.html>
 - Entrenament a casa: <https://youtu.be/qP2OMVdVEA4>
- Pelis, series i curts relacionats amb l'activitat física.



Lista de películas

para ver desde el área de EF

Pelis:

- Campeones	- Everest
- Soul Surfer	- 42
- Coach Carter	- Titanes, hicieron historia
- Million Dolar Baby	- Unidos por un sueño
- Billy Elliot	- Futbolín
- Space Jam	- McFarland
- Quiero ser como Beckham	- Futbolisimos
- 100 metros	- Supercampeones
- Invictus	- Carros de fuego

Serie: Las del hockey **Corto:** L' equip petit

Josune Rodríguez-Negro @lamagiadelaef