

## SETMANES D'APRENTATGE A CASA

### SEMANAS DE APRENDIZAJE EN CASA



CONTACTE		EDUCACIÓ FÍSICA			EDUCACIÓN FÍSICA		Sara Galerón P. Juan Mi Vallés G.	
EFPuigCampana@gmail.com								
NIVELL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIJOURS	DIJOURS	DIJOURS	DIJOURS
NIVEL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	VIERNES
<b>CINQUÈ</b> <b>I</b> <b>SISÈ</b> <b>5è i 6è</b>	16	17	18	FESTIU / FESTIVO 19		FESTIU / FESTIVO 20		
	<b>TEMA 7: PILOTA VALENCINA</b>  Coneixerem millor la pilota valenciana. Hui per a començar mira el següent vídeo.  <b>-V1- PUNXA ACÍ -</b>	<b>TEMA 7: PILOTA VALENCIANA</b>  Coneixerem més sobre el raspall. Serà el joc que farem en tornar al col·legi. Mira el vídeo.  <b>-V2- PUNXA ACÍ -</b>	<b>TEMA 7: PILOTA VALENCIANA</b>  Demuestra quant saps de pilota valenciana. Realitza el següent test.  <b>-T1 - PUNXA ACÍ -</b>	<b>DIA DEL PARE // DÍA DEL PADRE</b>  				
<b>QUINTO</b> <b>Y</b> <b>SEXTO</b> <b>5º y 6º</b>	23	24	25	26	27			
	<b>TEMA 8: MALABARS</b>  <b>CREACIÓ DE PILOTES.</b> Aquesta setmana comença la unitat didàctica de malabars. Necessitaràs 3 pilotes de la mateixa grandària i pes. Lo millor és que realitzes les teues pròpies pilotes de malabars. El següent vídeo t'ensenya.  <b>-V3- PUNXA ACÍ -</b>	<b>TEMA 8: MALABARS</b>  Hui toca practicar. Realitza els exercicis 1, 2 i 3 que apareixen al vídeo. <b>EXERCICI 1. Doble Columna altern.</b> <b>EXERCICI 2. Doble arc simultani.</b> <b>EXERCICI 3. Doble arc altern.</b>  <b>-V4- PUNXA ACÍ -</b>	<b>TEMA 8: MALABARS</b>  <b>EXERCICI 4. Doble arc altern tocant peu.</b> <b>EXERCICI 5. Tirar per darrere i agafar pilota.</b> <b>EXERCICI 6. Doble columna amb una mà.</b>  <b>-V4- PUNXA ACÍ -</b>	<b>TEMA 8: MALABARS</b>  <b>EXERCICI 7. Doble columna fent cercles.</b> <b>EXERCICI 8. Igual amb mà no dominant.</b> <b>EXERCICI 9. Cicle bàsic amb 3 pilotes.</b>  <b>-V4- PUNXA ACÍ -</b>	<b>TEMA 8: MALABARS</b>  <b>EXERCICI 10. La cascada</b>  <b>-V4- PUNXA ACÍ -</b>  			
<b>REPTE SETMANAL</b>	<b>ARA TOCA GRAVAR-TE I ENVIAR-NOS EN VÍDEO TOTS ELS EXERCICIS QUE HAGES SIGUT CAPAÇ D'ACONSEGUIR A:</b> <b>EFPuigCampana@gmail.com</b>							