

## **EDUCACIÓN FÍSICA 1º PRIMARIA ARABAYONA**

### **Lunes:**

Entrar en la página web de Ludos y acceder al primer ciclo: Diverland. La tarea es descubrir el gimnasio. Realizar los ejercicios que propone.

Podemos realizar pequeños ejercicios en casa como por ejemplo: desplazarnos hacia adelante, hacia atrás, lateralmente, dando pequeños saltos, grandes zancadas, a la patacoja sobre la pierna derecha, a la patacoja sobre la pierna izquierda, elevando rodillas, elevando talones,...

### **Viernes:**

Acceder a Ludos. Primer ciclo: Misterios del cuerpo humano. Recordar partes de nuestro cuerpo en la aplicación al igual que hemos hecho en alguna ficha en clase.

Practicamos saltos a la comba.