

<p>TRABAJOS EDUCACIÓN FÍSICA Todos los cursos ESO</p>	<p>Entrega: día tope de entrega 17 mayo</p>
<p>Unidades Didácticas: -CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD -HABILIDADES MOTRICES (malabares)</p>	<p>Mandarlo a:</p> <p>chechuvol@yahoo.es</p> <p>papas2.0</p>
<p>Páginas y enlaces.</p> <p>Durante estos próximos días, tenéis que buscar e investigar en los enlaces que os voy a dar y ponerlos en práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Primeros auxilios:</u> Juego para practicar los primeros auxilios, interesante para afianzar conceptos del tema. <p style="text-align: center;">www.cruzroja.es/cre/2006_7_FR/matcurfad/juegoppaa/</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Consejos y conceptos básicos:</u> Consejos de alimentación, actividad física, higiene postural.... <p style="text-align: center;">deportes.castillalamancha.es/promociondeportiva/cuidateencasaclm</p> <p style="text-align: center;">lifestyleconcept</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Actividad física en casa.</u> Existen un gran número de páginas y videos donde puedes practicar actividad física en casa, yo aconsejo los siguientes. Practica todos los días un rato en alguna de ellas. (puedes buscar o seguir alguna que veas y te guste de las muchas que hay en internet) Una de ellas es de un amigo Preparador físico que 	

emite todos los días en directo vía instagram a las 19.00h. (Muy recomendable)

Lifestyleconcept

sientete joven (youtube)

paty Jordan (youtube)

gimnasia en casa (youtube)

**(instagram) corrochanoe ,Alvaro Corrochano.
(Todos los días a las 7 directo de actividad física).**

- **Actividad física fuera de casa**

andar

Correr

Montar en bici

senderismo

- **actividad lúdica**

“MALABARES”, Fabricamos nuestro propio material y practicamos diferentes técnicas de malabares. En esta página os vienen los pasos para fabricar material y sesiones para aprender.

Ensaimadamalabar (Google)

*** Para esta próxima quincena (hasta 17 de mayo) mandadme algunas fotos o videos realizando actividad física, simulaciones de primeros auxilios o malabares.**

*** Si estás siguiendo alguna página interesante compártela y envíanos el enlace.**