



## DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Desde el Departamento de Educación Física nos ponemos en contacto con todos los padres y alumnos de Educación Primaria y Educación Secundaria para hacerles sabedores de la iniciativa que vamos a llevar a cabo como actividad y herramienta de evaluación para el periodo de confinamiento. Con esta iniciativa perseguimos, como en todas las asignaturas, favorecer la "formación integral" del alumnado de nuestro centro y ayudar en todo lo posible a nuestras familias en este periodo de extrema dificultad para todos.

A continuación, detallaremos los pasos a seguir para llevar a cabo nuestra actividad semanal:

### ACTIVIDADES DE LA SEMANA 15 AL 19 DE JUNIO

- 1) **SESIÓN DE JUEGOS DE MESA INTERACTIVOS**: Seguir los siguientes enlaces para todos los cursos de **Primaria**:

<https://www.victorarufe.com/2020/04/21/2-juegos-de-mesa-interactivos-de-educaci%C3%B3n-f%C3%ADsica-para-realizar-en-casa/>

<https://view.genial.ly/5e79dc43bca0e50df43c3322/interactive-image-reto-juego-muevete-en-casa>

- 2) **SESIÓN DE RUTINAS DE EJERCICIOS "HEROES"**: Seguir el siguiente enlace para todos los cursos de **Secundaria**:

<https://urbanian.mundodeportivo.com/deportes/246/te-da-palo-ir-al-gym-tranquilo-ponte-en-forma-con-el-peso-de-tu-cuerpo>

- **NOTA IMPORTANTE**: Estas actividades están pensadas para que cada alumno y alumna intente desarrollar siempre, el máximo de sus habilidades y capacidades, teniendo presente los niveles propios de cada persona.

### NÚMERO DE SESIONES A LA SEMANA PARA LA ACTIVIDAD DE JUEGOS DE MESA INTERACTIVOS (PRIMARIA)

Cada alumno/a tendrá que acceder a cualquiera de los enlaces y realizar los juegos y ejercicios que aparecen en este (cada uno/a hasta donde pueda), coincidiendo en la medida de lo posible con el horario de Educación Física, o bien, cuando los padres y madres lo precisen. De esta manera, daremos la flexibilidad necesaria a las familias para poder planificar las actividades que crean convenientes cuando consideren más oportuno.

### NÚMERO DE SESIONES A LA SEMANA PARA LA ACTIVIDAD DE RUTINAS DE EJERCICIOS "HEROES" (SECUNDARIA)

Cada alumno/a tendrá que acceder al enlace y realizar cualquiera de las rutinas de ejercicios que aparecen en este (cada uno/a hasta donde pueda), coincidiendo en la medida de lo posible con



el horario de Educación Física, o bien, cuando los padres y madres lo precisen. De esta manera, daremos la flexibilidad necesaria a las familias para poder planificar las actividades que crean convenientes cuando consideren más oportuno.

### **REGISTRO DE LA ACTIVIDAD**

#### **- JUEGOS DE MESA INTERACTIVOS (PRIMARIA):**

Estas sesiones serán registradas mediante **3 FOTOGRAFÍAS** en la misma semana.

#### **- RUTINAS DE EJERCICIOS "HEROES" (SECUNDARIA):**

Estas sesiones serán registradas mediante **3 FOTOGRAFÍAS** en la misma semana, con los elementos de seguridad y la indumentaria necesaria para la realización de la actividad.

### **ENVÍO DE LA ACTIVIDAD**

- **ALUMNOS DE PRIMARIA:** Las **3 fotografías de la actividad de Juegos de mesa interactivos**, deberéis enviarlas, adjuntándolas en **UN MISMO CORREO** al completar la tarea semanal, al correo corporativo del profesor de Educación Física correspondiente al curso en el que se encuentre (**Profesor Pedro López y Profesor Javier Hernández**).

**\* IMPORTANTE-** En cada correo se escribirá el **NOMBRE Y APELLIDOS** del alumno o alumna y el **CURSO** al que pertenece.

- **ALUMNOS DE SECUNDARIA:** Las **3 fotografías de la actividad de Rutinas de ejercicios "Heroes"**, deberéis enviarlas, adjuntándolas en **UN MISMO CORREO** al completar la tarea semanal, al correo corporativo del profesor de Educación Física correspondiente al curso en el que se encuentre (**Profesor Pedro López y Profesor Javier Hernández**).

**\* IMPORTANTE-** En cada correo se escribirá el **NOMBRE Y APELLIDOS** del alumno o alumna y el **CURSO** al que pertenece.

### **EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD**

La actividad será evaluada utilizando los instrumentos de evaluación y según las directrices de la normativa de educación vigente.

PARA CUALQUIER DUDA, NO DUDÉIS EN CONTACTAR CON LOS PROFESORES RESPONSABLES.

Atentamente, el Departamento de Educación Física.