** Ampliación del Aprendizaje en el Hogar: Grupo 2 EDUCACIÓN FÍSICA: K-2 Locomotor y Manipulantes**

 ***Instrucciones: Siga el plan para cada día. Para acceder a un enlace, asegúrese de mantener presionado el botón Ctrl en su computadora cuando haga clic en el enlace.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Rotación de 5 días** | **Día 1** | **Día 2** | **Día 3** | **Día 4** | **Día 5** |
| **Concepto de Enfoque** | Puedo participar activamente en casa durante 60 minutos diario | Puedo controlar una pelota de manera segura de diferentes maneras. | Sigo mostrando esfuerzo cuando estoy activo en casa. | Puedo controlar una pelota con diferentes cantidades de fuerza. | Puedo explicar cómo se moverá mi cuerpo en relación con una pelota. |
| **Lenguaje Académico para Hoy** | **PARTICIPACION ACTIVA** Participar en una actividad con verdadero interés y un deseo de excelencia. | **DIRECCIÓN**Una de las formas en que el cuerpo se mueve en el espacio (arriba, abajo, adelante, atrás, derecha, izquierda). | **ESFUERZO**(Concepto de movimiento) Cómo se mueve el cuerpo y usa el tiempo, la fuerza y el flujo. | **HABILIDAD MANIPULATIVA**Un movimiento realizado hacia o con objetos como tirar, golpear y atrapar. | **RELACIÓN**En educación física, esto se refiere a cómo los objetos o personas se asocian entre sí (por ejemplo, arriba / abajo). |
| **Calentamiento** | [Get Up](https://family.gonoodle.com/activities/get-up)(GoNoodle) | [Turn Up The Bass](https://family.gonoodle.com/activities/turn-up-the-bass)(GoNoodle) | [Get Up](https://family.gonoodle.com/activities/get-up)(GoNoodle) | [Turn Up the Bass](https://family.gonoodle.com/activities/turn-up-the-bass)(GoNoodle) | ¡Tú eliges tu calentamiento favorito! |
| **Enfoque de la actividad de aprendizaje** | **Actividad 1:** Desafíos de habilidad manualP1: [Tarjeta locomotora y manipuladora](https://openphysed.org/wp-content/uploads/2015/02/P-03-4e-LMS-HandSkillsActivityCard.pdf)¿Puedes hacer cada habilidad 10 veces con una pelota o una pelota de calcetines? | **Actividad 2:** Desafíos de habilidad manualP2: [Tarjeta locomotora y manipuladora](https://openphysed.org/wp-content/uploads/2015/02/P-03-4e-LMS-HandSkillsActivityCard.pdf)¿Puedes hacer cada habilidad 10 veces con una pelota o una pelota de calcetines? | **Actividad 3:** Desafíos de habilidad manualP2: [Tarjeta locomotora y manipuladora](https://openphysed.org/wp-content/uploads/2015/02/P-03-4e-LMS-HandSkillsActivityCard.pdf)¿Puedes hacer cada habilidad 15 veces con una pelota o una pelota de calcetines? | **Actividad 4:** Desafíos de habilidad manualP2: [Tarjeta locomotora y manipuladora](https://openphysed.org/wp-content/uploads/2015/02/P-03-4e-LMS-HandSkillsActivityCard.pdf)¿Puedes hacer cada habilidad 15 veces con una pelota o una pelota de calcetines? | **Actividad 5:** Desafíos de habilidad manualP2: [Tarjeta locomotora y manipuladora](https://openphysed.org/wp-content/uploads/2015/02/P-03-4e-LMS-HandSkillsActivityCard.pdf)¿Puedes hacer cada habilidad 10 veces con una pelota o una pelota de calcetines? |
| **Actividad diaria de movimiento**  | [Calendario DEAM](https://openphysed.org/activeschools/activehome)  | [Calendario DEAM](https://openphysed.org/activeschools/activehome)  | [Calendario DEAM](https://openphysed.org/activeschools/activehome)  | [Calendario DEAM](https://openphysed.org/activeschools/activehome)  | [Calendario DEAM](https://openphysed.org/activeschools/activehome)  |
| **Atención plena** | [Fortalezca su enfoque](https://family.gonoodle.com/activities/strengthen-your-focus)  (GoNoodle) | [Aliviar ansiedad](https://family.gonoodle.com/activities/relieve-anxiety)  (GoNoodle) | [Fortalezca su enfoque](https://family.gonoodle.com/activities/strengthen-your-focus)  (GoNoodle) | [Aliviar ansiedad](https://family.gonoodle.com/activities/relieve-anxiety)  (GoNoodle) | [Fortalezca su enfoque](https://family.gonoodle.com/activities/strengthen-your-focus)  (GoNoodle) |
| **¿Pude registrar mi tiempo activo total?** | **Si o No**  | **Si o No**  | **Si o No**  | **Si o No**  | **Si o No**  |
| **¿Cómo me sentí?**  |  |  |  |  |  |