

DATA D'ENTREGA MÀXIMA: DIUMENGE 24 DE MAIG.



ABRERA

**ÀMBIT
EDUCACIÓ
FÍSICA**

LA GRANOTA SALTARINA

TASCA I CRITERIS D'AVALUACIÓ

Sincronitzar els moviments corporals davant d'estímul auditius o visuals mitjançant estructures rítmiques senzilles.

Saltar de forma diversa, variant les posicions corporals.



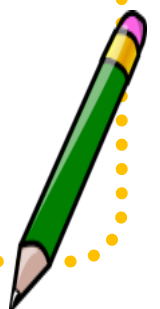
QUÈ HE DE FER?

1. Saltar reaccionant a un estímul auditiu, seguint un ritme.
2. Saltar obstacles de diferents maneres.
3. Fer l'autoavaluació.

QUÈ NECESSITO?

Llapis i paper.

5 objectes (ninos, ampolles, coixins,...)



COM HO PUC FER?



1. Demana al pare/mare o germans que t'ajudin. Imagina't que ets una granota i, **sense mirar**, cada vegada que el teu ajudant faci una palmada hauràs de saltar com una granota seguint les indicacions següents:

a) Amb una palmada saltes endavant, amb dues saltes endarrere.



b) Amb una palmada saltes a la dreta, amb dues saltes a l'esquerra.



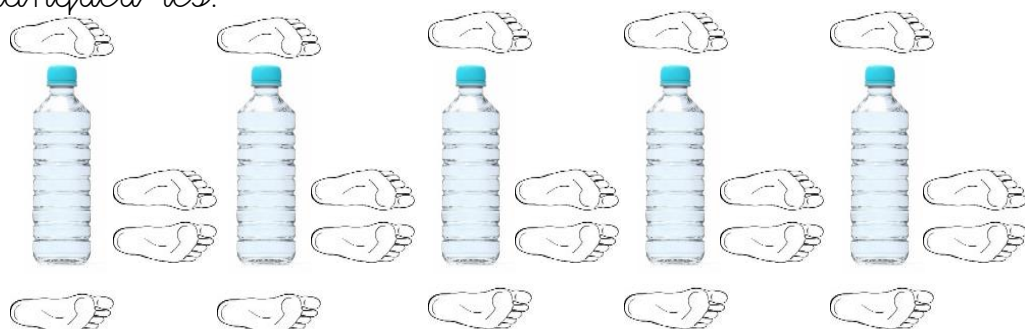
c) Mentre sonin les palmades (podeu picar algun objecte) hauràs de saltar com una granota intentant seguir el ritme (si piquen ràpid saltaràs ràpid, si van lentes saltarem a poc a poc, quan parin t'hauràs d'aturar).

2. **Saltem obstacles:** necessitareu 5 objectes que siguin capaços de saltar (ampolles, ninos, coixins...) i els haureu de col·locar amb una mica de separació entre ells. Saltarem de les següents maneres:

a) A peus junts per sobre dels objectes:



b) On estan els objectes obriu les cames i en l'espai entre ells tanqueu-les:



COM HO PUC COMPARTIR?

Penja les teves respostes a la teva carpeta del drive o envia un correu a la teva mestra. Podeu enviar fotografies o vídeos.

AUTOAVALUACIÓ



Una vegada acabada l'activitat valora't en la taula següent:

(Qui no pugui fer-ho aquí directament ho pot fer en un **full en blanc** indicant les preguntes amb les seves respostes corresponents).

		MOLT	BASTANT	GENS
1	He seguit les indicacions de les palmades a l'hora de saltar.			
2	He saltat seguint el ritme dels sons.			
3	He saltat tots els objectes a peus junts.			
4	He saltat tots els objectes obrint i tancant les cames.			
5	M'ha agradat.			
6	He tingut dificultats.			
7	Fes un comentari sobre com ha anat l'activitat:			