



## Tarefa de Educación Física 4º.

Semana do 25-29 de Maio.

1. Esta semana ao igual que a semana pasada, vou deixarvos un documento Word, para que completedes coa actividade física diaria que facedes e mo enviades durante o vindeiro fin de semana, espero se vos animades, sería moi interesante para a 3ª Avaliación. Necesito que poñades o que realmente facedes. Pode ser a actividade física que vós queirades, ou as propostas que tendes dende aquí. Agora podedes saír á rúa, polo que podedes considerar ese momento de actividade tamén. Lembra de a importancia de cumprir coas medidas de seguridade.
2. Facede o **quecemento** como vós sabedes, tentando facelo ben, pois hoxe as articulacións das pernas van ter moita importancia na clase.
3. **Esta semana imos seguir con a "Baile Galego" con motivo das Letras galegas.**
  - a. **Traballaremos a Muiñeira: Se traballastes a semana pasada os picados e os puntos. Esta semana deixamos un vídeo coa muiñeira completa, para que a practiquedes e nos enviades un vídeo con ela. Moito ánimo.**
4. **Relaxación. "Mindfullnes" Proposta de Sara de 6ºA, Ada de 5ºA e Hugo de 5ºC. Estes tres compañeiros déixanos as súas propostas de Mindfullnes. Escollede a que máis vos guste. Podedes enviar as vosas propostas Mindfullnes tamén.**
5. Felicitar a todos aqueles alumnos e ás súas familias que cada semana se esforzan en mandar a ficha coas actividades semanais, fotos e algún vídeo. Espero os de todos esta semana.