



## **UNIVERSIDAD NACIONAL DE ASUNCIÓN**

Colegio Experimental Paraguay - Brasil  
Comandante Gamarra y Gobernador Irala  
(Itápytapunta) Teléf.: 595 – 21 – 423315 –  
423320 – Fax: 425888

E-mail: [colegio@cepb.una.py](mailto:colegio@cepb.una.py)

Asunción – Paraguay

---

### **ACTIVIDADES DE PROCESO, MES DE MARZO**

#### **2º Etapa del Plan de Contingencia**

**ASIGNATURA** : Educación Física

**GRADO / CURSO:** 4º EEB

**SECCIÓN** : TM Y TT

**PROFESOR** : Miguel Núñez

#### **UNIDAD TEMÁTICA:**

Condición Física y Salud

#### **CAPACIDADES:**

- Conoce la importancia de la Evaluación Medica
- Reconoce la importancia de la merienda saludable
- Valora la coordinación como medio de desarrollo óptimo del cuerpo y sus partes.

#### **INDICADORES**

- Reconoce la importancia de la Evaluación Médica y la coordinación motriz
- Define con gráficos la merienda saludable
- Presenta las actividades propuesto en tiempo (al retornar al colegio)

---

#### **ACTIVIDAD Nª 2:**

Elabora en una hoja blanca de oficio lo que contiene tu Evaluación Medica

Dibujar lo que incluye tu merienda saludable en estos días en una hoja blanca de oficio.

¿Qué medidas de higiene se adoptó en tu casa para contener la propagación del coronavirus?

¿Según el ministerio de salud con cual mano hay que tocar las cosas en estos días? Ejemplo: bolsa de super, picaporte, etc.

Dibujar camiseta de 5 clubes de primera del futbol paraguayo, 5 clubes a nivel mundial

Midiendo mi estado físico durante la cuarentena: en compañía de un adulto realizar 20 payasitos, medir antes e inmediatamente después de concluido el ejercicio las pulsaciones. Anotar el antes y el después.

Grabar videos cortos de mis actividades físicas-deportivas que realizo dentro de mi casa durante la cuarentena. El video puede ser en compañía de hermano, hermana, papá, mamá, mascota.

Los videos socializaremos durante las clases de educación física.

Recuerden que la diversión alimenta el alma y hace pasar el tiempo con mayor rapidez.

Hagan ejercicios todos los días, coman saludable, mantengan las medidas de higienes sugeridos, pronto ya nos volveremos a ver y levantaremos el techo del polideportivos de risas, de gritos y emociones.

**MODALIDAD:** Individual a distancia

**FECHA DE ENTREGA:** DD/MM/AA

**MODO DE ENTREGA:**

Correo:

Plataforma virtual:

Otros (especificar): entregar en forma escrita en la carpeta de educación física las actividades que tienen preguntas y los dibujos.