

## **Tareas Educación Física 1º y 2º de la ESO semanas del 27 de abril al 8 de mayo.**

**LAS TAREAS SE PODRÁN ENVIAR POR CORREO. LA DIRECCIÓN ES:**

[jesus.calderoquero@iesviaverde.es](mailto:jesus.calderoquero@iesviaverde.es) Profesor de 2ºA, 2ºB, 2ºC

[Javier.garciacarrasco@iesviaverde.es](mailto:Javier.garciacarrasco@iesviaverde.es) Profesor de 1ºA, 1ºB, 1ºC, 1ºD

O a la cuenta de Instagram @departamentoe夫子averde

Los alumnos tendrán dos opciones. Realizar un vídeo práctico que aparece como punto 1 o un trabajo teórico que aparece como punto 2.

### **1. RETO 2 TIKTOK**

Los alumnos de 1º Y 2º de la ESO, deberán grabar un vídeo realizando los ejercicios, al igual que en el enlace que pondré a continuación.

<https://www.youtube.com/watch?v=7QA1sQTIakc&feature=youtu.be>

Para grabar el vídeo podremos utilizar la canción “chacha slide” en tiktok o bien el siguiente enlace de youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=MO58sP2z0jE>

La utilizada en el ejemplo ha sido la siguiente:

El vídeo deberá mandármelo por correo preferiblemente ANTES DEL 24 DE ABRIL. Al correo de tu profesor:

- [jesus.calderoquero@iesviaverde.es](mailto:jesus.calderoquero@iesviaverde.es) . Profesor de 3ºB y 4ºB
- [javier.garciacarrasco@iesviaverde.es](mailto:javier.garciacarrasco@iesviaverde.es) Profesor de 3ºA y 4ºA

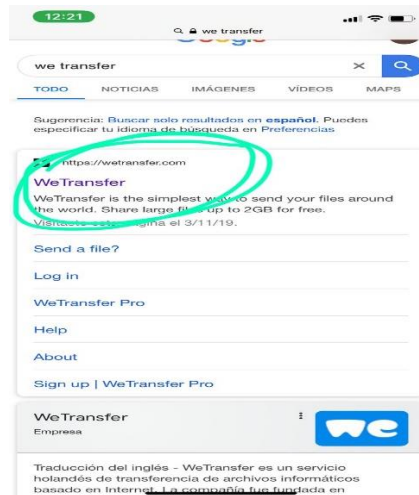
Si el video es muy pesado y no deja enviarlo por correo, lo podréis hacer por wetransfer (Pongo las instrucciones abajo). Esta opción es más rápida y segura. Me permite enviar vídeos de mayor peso y es gratuito.

Tutorial para enviar archivos por we transfer por ordenador:

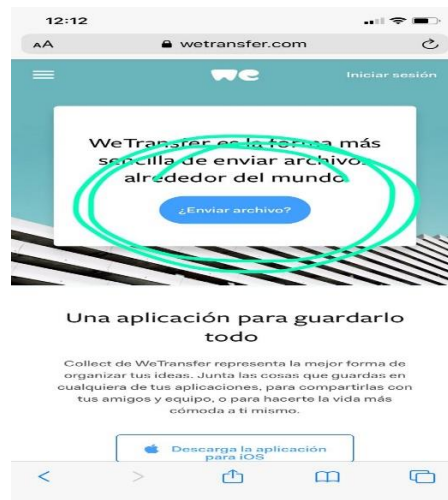
[https://www.youtube.com/watch?v=r6xgBWYqE\\_U](https://www.youtube.com/watch?v=r6xgBWYqE_U)

- Instrucciones para enviar un vídeo por we transfer desde el móvil:

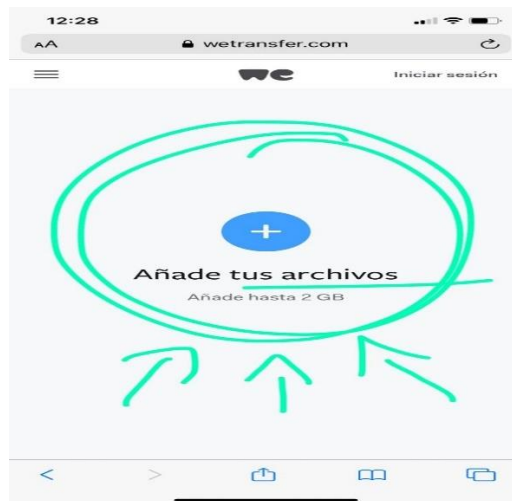
1. Pongo en el buscador de google lo siguiente: "We transfer"



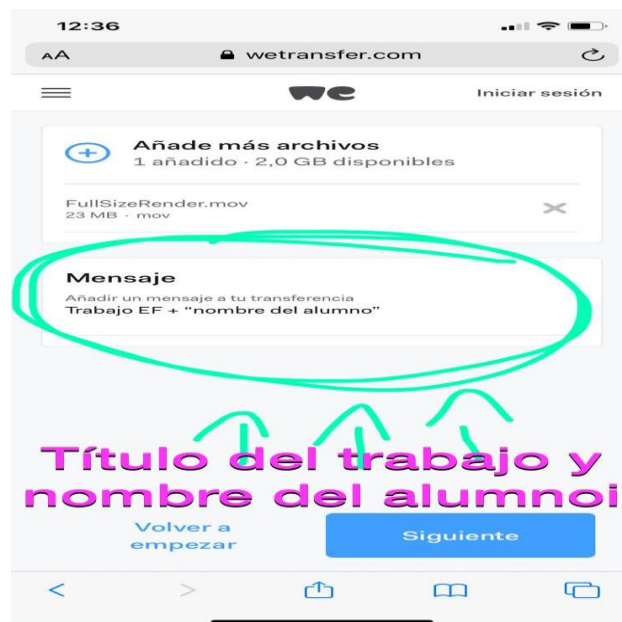
2. Una vez dentro de we transfer, le doy a enviar archivo



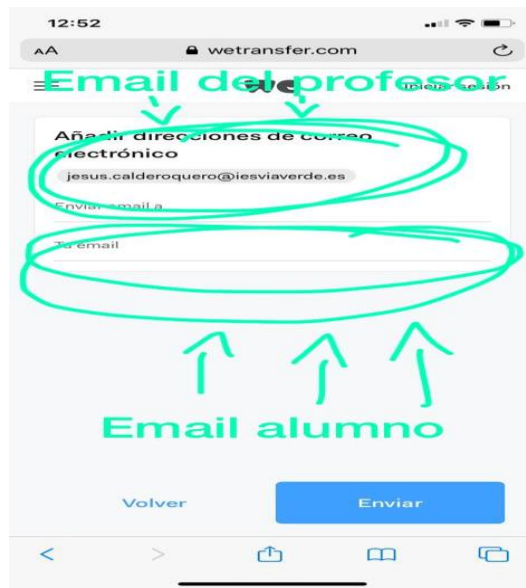
3. Después pulsamos en el botón de añadir tus archivos



4. Pulso el botón archivos (Android) o fototeca (iphone)
5. Selecciono el archivo que quiero subir
6. Una vez cargado el archivo aparecerá un apartado que pone mensaje. Ahí debéis de rellena el título del trabajo y nombre del alumno.



7. Una vez relleno el mensaje pulsamos en la tecla siguiente.
8. Nos aparece poner el email a la persona que queremos enviarle el mensaje. Deberéis poner el email del profesor, en este caso, [jesus.calderoquero@iesviaverde.es](mailto:jesus.calderoquero@iesviaverde.es). Y en el otro apartado el email del alumno, de esta manera recibirás un correo cuando el profesor descargue sus archivos



9. Le damos a enviar y esperamos a que se envíe.

## **2. TRABAJO TEÓRICO NUTRICIÓN**

El alumno que no pueda grabar el vídeo, tendrá la opción de realizar un trabajo teórico. Que consiste en copiar el documento que muestro al final del documento. Respetando el formato que se mandó en el trabajo anterior, y me lo podrá entregar al correo o a la vuelta:

El trabajo teórico deberá mandarse por correo preferiblemente ANTES DEL 8 DE MAYO al correo de tu profesor:

- [jesus.calderoquero@iesviaverde.es](mailto:jesus.calderoquero@iesviaverde.es) . Profesor de 2ºA, 2ºB y 2ºC
- [javier.garciacarrasco@iesviaverde.es](mailto:javier.garciacarrasco@iesviaverde.es) Profesor de 1ºA, 1ºB, 1ºC y 1ºD

El trabajo con los ejercicios debe contener:

- Portada que incluya: título (Pirámide alimentaria y plato saludable), nombre y curso (en la parte de abajo del folio) y un dibujo.
- Las siguientes páginas debe de incluir los contenidos copiados.





