

CALENDARIO SEMANAL DE ACTIVIDADE FÍSICA

FELÍPEZ LÓPEZ, CARMEN

TIPO DE ACTIVIDADE	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO	DOMINGO
AERÓBICA	Recreo 20	Recreo 20	Recreo 20	Recreo 20	Recreo 20	Vou ata a frutería 20	Vou camiñar cos meus amigos 60
	Camiño ata a miña casa 10	Camiño ata a miña casa 10	Camiño ata a miña casa 10	Camiño ata a miña casa 10	Camiño ata a miña casa 10	Vou camiñar 60	
	Subo e baixo as escaleiras ao marchar e chegar do colexio 10	Subo e baixo as escaleiras ao marchar e chegar do colexio 10	Subo e baixo as escaleiras ao marchar e chegar do colexio 10	Educación Física 40	Educación Física 40		
	Ir andar 30	Ir andar 30	Ir andar 30		Baile galego 60		
					Baixo cos meus amigos 50		
FORTALECER MÚSCULO /OSO							
PUNTOS	70	70	70	70	180	80	60