



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Javier Gómez Peón

m

## PIENSO

Hacer deporte

Me gusta hacer deporte porque cuido mi cuerpo y lo practico al aire libre, me gustaría realizar deportes como el fútbol, porque me gusta mucho jugar contra otros compañeros de otros equipos y conocerlos. Lo conocí por la pasión que me transmitió mi familia

## BÚSQUEDA

[Fútbol - Wikipedia, la enciclopedia libre.](#)

## ESCRIBO

Se juega con 10 niños más y me gusta porque también es un deporte colectivo consiste en meter un gol en la portería contraria con el pie

## ANÍMATE

Hacer ejercicio, conocer gente y pasártelo bien jugando al aire libre

## CONCLUSIÓN

El futbol es un deporte que se juega en equipo y puedes conocer nuevos compañeros



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Daniela Caminero Arranz

## PIENSO

Zumba bueno bailar en general porque me siento bien cuando me suelto. Me encanta.

La tía de mi mejor amiga da clases, entonces era imposible el que no me gustase. Voy desde que tenía 4 años, pero luego cuando tenía 8 lo dejé por el COVID 19 y cuando tenía 9 años lo dejé por extraescolares. Ahora lo he vuelto a coger y no lo pienso dejar nunca más.



## BÚSQUEDA

<https://es.m.wikipedia.org/wiki/Zumba>

## ESCRIBO

Es muy fácil. Tú vas a clase todos los martes, por ejemplo, lo único que tienes que hacer al principio es seguir a la profesora y después repasarlo en casa. Si haces eso tú profesora o profesor te pondrá en buena posición en la coreografía

## ANÍMATE

Te mueves mucho con lo cual es un deporte y te lo pasas genial bailando con tus compañeras

## CONCLUSIÓN

Lo tienes que probar al menos intentarlo porque si no lo intentas no sabrás si te gusta o no



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Sofía El Asry

## PIENSO

La actividad que más me llama la atención es el pénting.  
Lo que más me gusta de esta actividad es poder tirarte de un puente sin casi ningún riesgo Me gustaría realizarla por lo divertida que es  
La conocí por YouTube ya que me salían algunos videos



## BÚSQUEDA

Esta actividad trata de tírate desde un lugar elevado con unos puntos de la cuerda elástica atada al torso o al tobillo. El otro punto de la cuerda tendrá que estar situado en el lugar donde la persona se tira Cuando la persona salta, La cuerda atada al torso o tobillo se extenderá para contrarrestar la inercia provocada por la aceleración de la gravedad en la caída, entonces la persona ascenderá y descenderá hasta que la energía inicial del salto desaparezca.



[Puenting - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)

## ANÍMATE

Las ventajas de realizar esta actividad son:  
Vencer el miedo a las alturas.  
Sentir que vuelas.  
Ver el mundo con otra perspectiva.  
Disfrutar de las vistas.  
Liberar adrenalina.  
Dejas de lado las preocupaciones.

## CONCLUSIÓN

Te recomiendo probarlo ya que es una actividad muy divertida sobre todo si vas con amigos y puede que venzas tu miedo a las alturas ¡Anímate! :D.



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Naomi Ilia Criado

## PIENSO

Me gusta hacer el deporte de baloncesto, porque me gusta hacer ejercicio con mis amigas y amigos. Lo conozco desde que era muy pequeña por mi madre.

## BÚSQUEDA

Una página para saber del Baloncesto un poco más.  
<https://concepto.de/baloncesto/#ixzz8PkKsybSg>

## ESCRIBO

El Baloncesto es un juego en el que se necesitan un balón, una pelota de baloncesto, dos canastas para encestar y un mínimo de 10 jugadores, 5 en cada equipo.

## ANÍMATE

Las ventajas de esta actividad son:

Se puede hacer ejercicio muy fácilmente.

Hay diversión asegurada y aprenderemos sobre los demás.

## CONCLUSIÓN

El Baloncesto es saludable y tu cuerpo lo sabe, practica Baloncesto y así mejoras ese ánimo.



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE.

Guillermo de las Heras Sacristán

## PIENSO

Me llama la atención el pádel.

Lo que más me gusta del pádel es que puedes jugar con tus amigos, puedes hacer nuevos amigos y divertirte.

Lo conocí quedando un día con mis amigos en las pistas y viendo partidos.



## BÚSQ UEDA

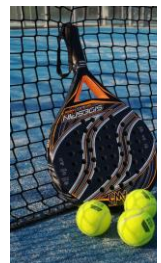
El juego de pádel consiste en pasar la pelota al campo contrario con ayuda de la raqueta agarrada con la mano, sin utilizar otras partes del cuerpo.

<https://www.mucho-padel.mx/blogs/noticias/como-se-juega-el-padel#:~:text=El%20juego%20de%20p%C3%A1del%20consiste,parejas%20se%20enfrentan%20entre%20ellas.>



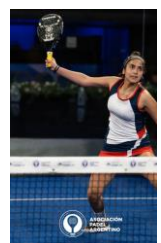
## ESCRIBO

*Al pádel se juega en parejas, al igual que en el tenis, hay dos campos y el juego consiste en **pasar la pelota al campo contrario** teniendo que tocar la pelota en la superficie antes que cualquiera de las paredes, pero sí que **permite cualquier rebote posterior en cualquier pared.***



## ANÍMATE

Animaros a jugar pádel porque es un deporte muy bueno y fácil de jugar



## CONCLUSIÓN

Jugar al pádel que es un deporte muy simple y fácil de jugar.





# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

Ainara Rodríguez Barriga

## PIENSO

EL FUTBOL, me gusta realizar esta actividad por mi salud y porque me gusta el fútbol  
Lo conocí por ver un partido en casa.



## BÚSQUEDA

<https://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%futbol>

## ESCRIBO

El futbol es un deporte competitivo en el que se enfrenta dos equipos el que más goles meta gana

## ANÍMATE

Consigues mejor físico

## CONCLUSIÓN

Aunque sea un deporte que a veces haya peleas es un deporte de empeño.



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Eloy Fraile

## PIENSO

Ciclismo

Porque hay que ir en una bicicleta me encanta ir en bici y que me dé el aire en la cara

## BÚSQUEDA

[Ciclismo - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)

## ESCRIBO

Es de ir montado en una bici y competir contra otras personas en una ruta.





# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Carla Noriega

## PIENSO

Una de las actividades que más me gusta es jugar datchball .



## Busqueda

Datchball es un juego en el que juegan dos equipos de seis personas en una cancha dividida por una cuerda



## ESCRIBO

El objetivo es lanzar la pelota y golpear a los contrarios, que se van sentando en orden en el banquillo.



## ANÍMATE

Yo ya he jugado esta actividad, desestresa



muchísimo.

## CONCLUSIÓN

Espero que te diviertas mucho jugando este deporte.





## ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
YEIKO HERNÁNDEZ

### PIENSO

Me gusta el fútbol. Yo juego al fútbol desde los 4 años. Ma apuntó mi madre. Pienso que es una actividad muy divertida

f



## ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Alba Toquero

### PIENSO

La actividad que me llama la atención es el zumba. Lo he conocido por mi madre y mi tía que lo practicaban desde que eran pequeñas y actualmente mi tía es profesora de este deporte.



### BÚSQUE DA ESCRIBO

<https://cuidateplus.marca.com/ejercicio-fisico/diccionario/zumba.html#:~:text=Zumba%20es%20una%20disciplina%20deportiva,de%20%C3%A1nimo%20de%20los%20deportistas.>

Las clases de Zumba normalmente duran una hora. Todos los ejercicios se hacen al ritmo de música latina, desde ritmos rápidos hasta ritmos lentos. La música puede ser salsa, merengue, mambo, chachachá, flamenco, raggaetón, samba ...

ANÍ  
MAT  
E

CONC  
LUSIÓN

En esta actividad se puede aumentar la autoestima, mejora la coordinación... ¡¡¡ en una clase puedes perder hasta 1500 calorías!!!

No es cuestión de quien baile mejor, sino de quien goza más.



## ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Triana Rodil Prieto

PIENSO

La actividad que más me ha llamado la atención es saltar a la comba de diferentes maneras.

En el colegio o en casa, es muy divertido practicarlos. Además de que lo hago por mi propia salud, en el colegio he aprendido muchos más trucos.



BÚSQUEDA

[Campeonato mundial de comba: el juego de niñas quiere ser olímpico \(elespanol.com\)](http://elespanol.com)  
[Microsoft Word - COMBA APUNTES.docx](#)  
 [\(anaeducacionfisica.es\)](http://anaeducacionfisica.es)

ESCRIBO

Esta actividad, aunque parezca un simple juego para niños o niñas, a mí me encanta practicarlos.

Se trata de coger una cuerda del tamaño adecuado respecto a la altura, y darle vueltas



## ANÍMATE

## CONCLUSIÓN

alrededor de ti y a la vez saltar sobre ella.

Quemas muchas calorías, pasas un buen rato; acompañado o sol@...

¡¡¡Yo salto a la comba y estoy como una bomba!!!

Hacer ejercicio es saludable...



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
ISMAEL FANNY DOUMBIA

## PIENSO

El voleibol es un deporte que la gente lo practica en verano.



## BÚSQUEDA

**Voleibol de Playa.** El vóley de playa o voleibol playero como comúnmente se le llama, es una variante del deporte de las mayas altas que se juega sobre arena, al aire libre y en trajes de baño, el equipo está integrado por solo dos jugadores a los que se les denomina dupla



## ESCRIBO

El **voleibol de playa** olímpico es un deporte de equipo en el que juegan dos jugadores a cada lado de una pista de arena dividida por una red. El objetivo del juego es golpear la pelota -solo con las manos o los brazos- por encima de la red hacia el campo contrario



## ANÍMATE

hasta que el contrario no pueda devolverla o la pelota se salga de las líneas de la pista . Cada jugada asegura un punto.



los meses de verano son la ocasión perfecta para realizar cualquier **actividad física en la playa** como **nadar**, **correr**, hacer **yoga** o **pilates** y, a su vez, disfrutar del sol y el agua del mar. A esta lista se suma el vóley-playa con **beneficios para la salud a nivel físico y psicológico**.

## CONCLUSIÓN

- El **voleibol** es un deporte muy emocionante de ver.



## PIENSO

Fútbol.

El fútbol es divertido ya que lo puedes jugar con tus amigos y es un deporte de quipo.

## ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Tomás Martín



## BÚSQUEDA

<https://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%BAtbol>  
<https://www.fifa.com/es/about-fifa>

## ESCRIBO

En este juego gana el que más goles mete en 90 minutos más el tiempo que se pierda jugando o en alguna falta o algún saque.



## ANÍMALE

El fútbol es divertido y competitivo hay muchas competiciones tanto a nivel provincial como autonómico, nacional o global en las que compiten muchos equipos.



## CONCLUSIÓN

El fútbol es un deporte que se conoce en todo el mundo y es muy bonito jugarlo o verlo.



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
ALONSO TOSUM

## PIENSO

Ping Pong porque me gusta como se juega lo he conocido por que mi hermano jugaba mucho

## BUSQUEDA

Busco en internet información, puedes poner la dirección de internet. [Tenis de mesa - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)

## ESCRIBO

El *ping-pong* es un deporte de raqueta que se juega entre dos jugadores o dos parejas. Es un deporte olímpico desde Seúl 1988.

## ANÍMATE

Tienes que jugar porque es muy divertido.

## CONCLUSIÓN

Seguiré jugando porque es divertido y saludable.



## PIENSO

El fútbol. Mi jugador favorito es Messi. Me gustaría aprender a jugar al fútbol ciego porque así si algún día me quedo ciego sabré jugarlo. Aprendí gracias a mi padre y mi madre que me lo enseñaron en la tele cuando tenía 5 años.

## ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Albert Junior García Lapaix



## BÚSQUEDA

[Fútbol - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)



## ESCRIBO

Haz mucho deporte y eso es bueno para el corazón. Así que juega así haces amigos y te lo pasa bien. Y aunque es un deporte competitivo aprendes a socializar con la gente.

## ANÍMATE



## CONCLUSIÓN

Algo en lo más profundo de mi persona me permite agarrar el éxito y seguir adelante tratando de ganar de nuevo.



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
Laura Noriega Rodríguez

## PIENSO

Correr o hacer atletismo es una actividad que me apasiona debido a que te hace sentir bien y resulta bueno para el cuerpo dado que libera adrenalina. La conocí a través de la San Silvestre una carrera que se celebra todos los años en mi pueblo.



## BÚSQUEDA

<https://www.sanitas.es/biblioteca-de-salud/ejercicio-deporte/Consejos-para->



[correr/san041669wr#:~:text=Al%20realizar%20ejercicio%2C%20en%20el,Ayuda%20a%20fortalecer%20los%20huesos.](https://www.youtube.com/watch?v=san041669wr#:~:text=Al%20realizar%20ejercicio%2C%20en%20el,Ayuda%20a%20fortalecer%20los%20huesos.)

## ESCRIBO

Se trata de vestir ropa de deporte, coger una botella de agua, mover la articulación de los músculos de la parte inferior de tu cuerpo y te mueves un lugar a otro con preferible distancia.

## ANÍMATE

Te animo a realizar esta actividad es divertida y liberas tu mente aparte de ser bueno para el cuerpo.

## CONCLUSIÓN

Déjate llevar por tus piernas.



# ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

PRESENTACIÓN REALIZADA POR:  
ALEX REDONDO

**Pienso :** Que el deporte es algo que me gusta mucho sobre todo el futbol que es mi deporte preferido te hace sentir bien, hacer deporte, mejora tu salud. Lo descubri por el futbol sala y mi hermano

**Busqueda:** [Fútbol - Wikipedia, la enciclopedia libre](https://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%BAtbol)

**Escribir:** el fútbol es un **deporte** de equipo jugado entre dos conjuntos de once jugadores cada uno, mientras los **árbitros** se ocupan de que las **normas** se cumplan correctamente. Es, ampliamente, considerado el deporte más popular del mundo.

**Anímate:** te mejora la salud, tienes mejor físico, te divierte, etc

**Conclusion:** te diviertes y mejora tu salud.

## ACTIVIDAD TIEMPO LIBRE

NOMBRE: IKER

ACTIVIDAD: FC24

**PIENSO:** *que el FC24 es un juego que me divierte porque va sobre el fútbol,  
Me gusta más si juego con amigos para pasar el rato*

**BUSQUEDA:** [EA Sports FC 24 - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)

**ESCRIBIR:** El FC24 es un juego de fútbol, se denomina el mejor, cada año salía un nuevo fifa pero este año se llama FC24 porque habido un problema entre EA sports con la liga santander

**ANIMATE:** pasas el rato solo o con amigos de la mejor manera en tu casa con el fútbol

**CONCLUSIÓN:** te diviertes jugando con tu equipo favorito