

VACACIONES

LIBRE

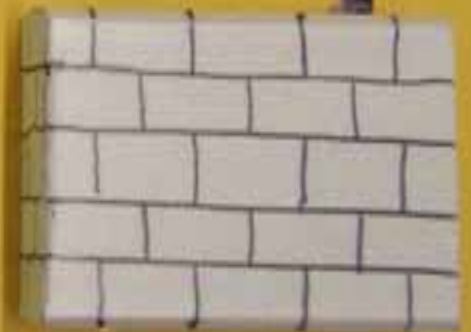
OCIO

PARKOUR



El parkour es una disciplina que consiste en desplazarse por el medio urbano o natural, superando los obstáculos que se presenten en tu recorrido (vallas, muros, vacío...) de la forma más fluida y eficiente posible, y con las únicas posibilidades del cuerpo humano.

El **PAR KOUR** requiere una gran preparación física para realizar los distintos movimientos (saltos, pasa-vallas, escalada, etc.). Se necesita una mente decidida a superar los propios miedos, una gran concentración y un espíritu fuerte.



BRUNO Incera

PARKOUR

Parkour: Proviene de "parcour" que, en francés, significa "recorrido".

"Les parcours du combattant" eran recorridos de obstáculos para entrenamiento de militares.

Pk: Abreviación de "parkour".

El parkour es muy peligroso; en algunos saltos arriesgas la vida. Por eso solo lo deben hacer los profesionales. Más que un deporte, es un arte, una filosofía diaria. El parkour es el arte del movimiento, es una forma de pasar el tiempo libre creado por David Belle inspirado por su padre. Nuestros padres dicen que para ellos también era un modo de pasar el tiempo, pero no tenía ningún nombre concreto.

Yo veo una ventaja: para este "deporte" no necesitas equipamiento. Es barato, se puede practicar en cualquier lugar y todo lo que necesitas es estar en forma y ropa cómoda.

MOVIMIENTOS del PARKOUR



PASA VALLAS

Hay que sobrepasar el obstáculo de la forma más rápida y fluida posible apoyando una sola mano; este movimiento nos servirá como enlace de la carrera cuando nos encontremos una valla o elemento similar en nuestro recorrido.



SALTO NORMAL

Consiste saltar el obstáculo sin apoyar ninguna parte del cuerpo.



360°

Se trata de hacer un giro de 360 grados sobre un apoyo ayudándonos sólo de las manos.



LA BANDERA

Se trata de ponerte en horizontal sobre una barra. Lo más estirado que puedas.



EL GATO

Es un salto en el que sobrepasamos un obstáculo apoyándonos en él con las manos en paralelo durante el salto, para después pasar las piernas juntas y flexionadas entre las manos.



ROMPEMUÑECAS

Es un salto en el que las piernas van primero, estiradas, y después se ponen las manos.

LA PLAY



PlayStation 2

TOP ENGINE INCEIDIO

La play station que llevaba a la venta el 3 de Diciembre de 1999 en España y el 12 de Septiembre en los EE.UU. La play station es una buena manera de entretenerse cuando no tienes nada que hacer, estar un momento o no tener nada con quien jugar. También que jugar a ella con mandos, como en todos los juegos, no es bueno porque se pasan horas y horas jugando a la play. Lo mismo pasa con el ordenador, aunque igual que con el ordenador, está bien conveniente, ya que es un elemento más dentro de la tecnología, con los juegos que sean adecuados para nuestra edad. Y cuando dejamos que ingresen en nuestros cuartos dejamos de jugar con ellos, tratando de imitarlos. A veces, dejamos de jugar en la calle y estamos pensando en irnos a casa para jugar al nuevo videojuego. ¡Y además! no es bueno para la salud estar mucho tiempo sentado delante de una pantalla.



LA MUSICA



La musica 11

La musica sempre ha cantato
per accompagnare gli uomini e donne
con una gioia e un'emozione
che producono effetti speciali.



Il mondo non potrebbe esistere
senza la musica. In ogni momento
e in ogni luogo si sente
una vibrazione che ci unisce.

La musica è dove sempre cantano
e sempre c'è.



EL TEATRO



Una obra
de
títeres



Una obra
de
teatro

El teatro

El teatro es la forma de arte
relacionada con la narra-
ción que representa historias frente
a una audiencia usando una
combinación de diálogos, gestos,
música, sonido y espectáculo.
El arte del teatro se utiliza a menudo
ya.



SIEMPRE televisión

En un sondeo realizado entre niños de 9 y 10 años, los programas favoritos son:

Una potente



En esta serie se usa un lenguaje de adultos y muchas veces se dicen palabras feas. Se habla de sexo, drogas, alcohol, etc. Además, trata de temas que no son de niños.

ART ATTACK es un programa que nos enseña cómo ser artistas, desarrolla la imaginación y favorece el uso de material de desecho.



deporte con éxito

Es muy bueno practicar cualquier deporte, aunque no tiene que ser necesariamente fútbol.



En el fútbol algunas veces se ven peleas, jugadores agresivos, insultos, etc.

FÚTBOL

lucha

Espectacular

En este tipo de lucha libre participan muchos personajes que hacen que luchan. Me gusta porque son peleas espectaculares, pero creo que es malo verlo porque tiendes a imitar lo que ellos hacen y te puedes hacer mucho daño.



¿Ganar

o
PERDER ?

PASAPALABRA



PRESSING CATCH

Como espectáculo para los mayores está bien.



Pero para los niños
no, por que los pobres
dicen que pueden
pasar cosas iguales
a los de estas fotos

LA

BICICLETA



¿Qué es?

La bicicleta es un vehículo de dos ruedas, que suelen ser ambas del mismo tamaño y dispuestas en línea. Sirve para el transporte, gracias a la fuerza que se ejerce sobre los pedales, transmitida al piñón en la rueda trasera a través de una cadena de eslabones planos. El diseño y configuración básico de la bicicleta ha cambiado poco desde el primer modelo de transmisión en cadena desarrollado alrededor de 1885.¹

Existen diversas modalidades deportivas, englobadas dentro del ciclismo, que se practican con este vehículo.

Introducida en el siglo XIX en Europa, tuvo un impacto considerable en la historia, tanto en la cultura como en la industria. En la actualidad hay alrededor de 800 millones de bicicletas en el mundo (la mayor parte de ellas en China), bien como medio de transporte principal, bien como vehículo de ocio.

Es un medio de transporte sano, ecológico, sostenible y muy económico, tanto para trasladarse por ciudad como por zonas rurales. Su uso está generalizado en casi toda Europa, siendo en países como Holanda, Suiza, Alemania, algunas zonas de Polonia y los países escandinavos uno de los principales medios de transporte. En Asia, especialmente en China y la India, es el principal medio de transporte.

Como ha ido evolucionando



Como me divierto yo con la bici

Lo que más me gusta cuando voy a andar en bici es cuando hay cuesta abajo, porque voy mucha velocidad y no hay que dar pedales.

Cuando voy con mis primos o mis amigos, me lo paso mucho mejor, aunque con quien más voy es con mi madre y mi abuela al carril bici y siempre las tengo que estar esperando porque van muy despacio.

Ahora estoy deseando que llegue el verano porque me voy a ir con mis primos, mi hermana y mis padres a hacer un carril bici a Burgos y vamos a llevar la mochila con los becañiles y nos vamos a quedar a dormir allí.



LAS MAQUINITAS



Las maquinillas de cualquier tipo nos pueden ayudar a pasar el tiempo cuando nos quedamos
o no sabemos que hacer, es una fuente de entretenimiento. Hay muchas y con muchos juegos
diferentes. Pueden ser de entretenimiento al momento de jugar o de otros tipos. Como el de
explorar nuestro mundo, o el de aprender más cosas y más cosas importantes.



ENTREVISTAS

Maria Miguens Gallo
4ºB

MI PADRE

¿Su nombre por favor? Pedro
¿Su profesión? Carricista

¿Su nombre por favor? PABLO

¿Dónde vive? En San Pedro
¿Qué hace usted en su tiempo libre?
Como en los videos favoritos en su tiempo libre
¿Cuéntame un recuerdo malo y uno bueno
de cuando ibas al cole? Bueno que me gustaba
mucho y malo que no pude ir al viaje de fin
de curso



¿Te gustan los animales? Sí
¿Te gusta el cole? Sí
¿Te gusta ir al cole? Buena que me gustaba
mucho y malo que no pude ir al viaje de fin
de curso

MI TIO SALVA

MI MADRE

¿Su nombre por favor? Salva
¿Dónde vive? En Parballom

¿Su nombre por favor? Enedora
¿Su profesión? Lanarera

¿A qué te dedicas? Impresora
¿Te gustaba el cole? Sí
¿Te gustan los animales? Sí
¿Te gusta ir al cole? Buena que me gustaba
mucho y malo que no pude ir al viaje de fin
de curso

¿Dónde vive? En San Pedro
¿Qué hace usted en su tiempo libre?
¿Cuéntame un recuerdo malo y uno bueno
de cuando ibas al cole? Que me gustaba
mucho y malo que no pude ir al viaje de fin
de curso

¿Te gusta ir al cole? Buena que me gustaba
mucho y malo que no pude ir al viaje de fin
de curso



¿Su nombre por favor? Ismael Blanco
¿Dónde vive? En San Martín del Pino



MI ABUELA

MI TIA LORENA

¿Su nombre y apellidos por favor? Ismael Blanco
¿Dónde vive? En San Martín del Pino

¿Su nombre por favor? Lorena
¿Dónde vive? En Santandrea

¿Qué hace usted en su tiempo libre?
¿Cuéntame una historia que
recuerdes cuando ibas al cole.
Que me lo pasaba muy bien y
sobre todo en el recreo

¿Te gustaba el cole? Sí, muchísimo
¿Te gustan los animales? Sí, tengo

buena muchas

buena muchas



Gracias
MI ABUELA ESTABA MUY BIEN

Gracias
ESTABA MUY BIEN



RAP DE LOS DEPORTES

El deporte a mí me gusta, me mola cantidad,
y el fútbol cada día me gusta practicar.

Los fines de semana, ¡qué bien, voy a jugar!,
después de los deberes, después de ir a estudiar.

Formando los equipos disfruto cantidad,
haciendo juego limpio se forma la amistad.

Unimos nuestras fuerzas, jugamos por jugar,
ganar nos mola maza, y si no, otra vez será.

También a nuestra mente le ayuda a despejar,
porque usamos estrategias y nos hace madurar.

Auenos músculos formamos cuando vamos a entrenar,
pero a veces es cansado y nos quita de estudiar.

Fútbol, digo que el deporte es sano a mogollón,
baloncesto, tenis, fútbol, y también la natación.

Lo mejor del tiempo libre es a tope disfrutar,
si a la vez te pones fuerte ¡qué más quieres tú, chaval?!

Mi Tiempo Libre

En mi tiempo libre me gusta leer libros, salir con mis amigos, ir al cine, ir al parque y jugar fútbol. También me gusta dibujar y hacer manualidades. Me gusta ir al gimnasio y hacer deporte. Me gusta viajar y conocer nuevos lugares. Me gusta cocinar y hacer pasteles. Me gusta escuchar música y bailar. Me gusta ir al teatro y al cine. Me gusta ir al museo y al zoo. Me gusta ir al parque y jugar fútbol. Me gusta ir al cine y al teatro. Me gusta ir al museo y al zoo. Me gusta ir al parque y jugar fútbol.

ALFONSO
4º PRIMARIA

Mi (CABANA)



ENTREVISTA A MIS ABUELOS



¡Hola! Soy Manuel, voy a entrevistar a mis abuelos, que se llaman Fermín y Anunciación, tienen 73 y 68 años respectivamente. Voy a preguntar en qué se divertían antiguamente.

Buenos días, abuelos!

Buenos días!

¿Me podéis decir a qué jugabais en vuestra época?

Ah maris, a la peonra, a las cornias, a los chopos, al escondite, a las cartas... y a las muñecas (dice

mi abuela).

¿Cuál era el que más os gustaba?

La peonra, dice mi abuelo. Las muñecas, contesta mi abuela.

¿Con quién jugabais?

Jugábamos en la plaza todos juntos, generalmente niños con niñas y niñas con niñas.

¿Los fines de semana ¿qué hacáis?

Con la propina que nos daban, comprábamos caramelos e ibamos al parque a jugar. Otras veces nos quedábamos en casa a ayudar a nuestros padres.

En los fiestas de Semana Santa y en carnaval ¿qué hacáis?

¡UF! En Semana Santa todo el día rezando y cantando, no había

tiempo para el juego, y en carnavales, al que podía se disfrutaba con ropa vieja, que había por casa, y salíamos por todos los pueblos de alrededor.



¿Alguien con ropa vieja? ¿No se compraba un
disfraz?

No dije! no había dinero para comer, como
para comprar un disfraz.

En las vacaciones de verano, después de
ayudar a nuestros padres ¿Os dejaban ir de compras?

Abuelo: sí, con mis amigos, pero pocas veces.

Abuela: ¡no! la primera vez que fui de compras,
estaba ya torcida y con hijos, porque mi madre
nunca nos dejó, y a mis amigos sí, por eso me enfadaba.



había en esa época.

CONCLUSIÓN

¿Os imagináis actualmente la vida
sin televisión, sin video-juegos?

Os parece imposible, ¿verdad?

Pues, nuestras abuelas y abuelos lo vivieron y dicen
que eran más felices que nosotros ahora, que se lo pasan
mejor, que todo
tenían libre, estaban
jugando unas con
en la actualidad,
en su casa con los
programas de televisión



el tiempo que
en la calle,
otros, y no como
que los niños se aislan
play-station y video
no adecuados.



Entonces, ¿veís la televisión?
No, no la tenemos, escuchá-
mos la radio

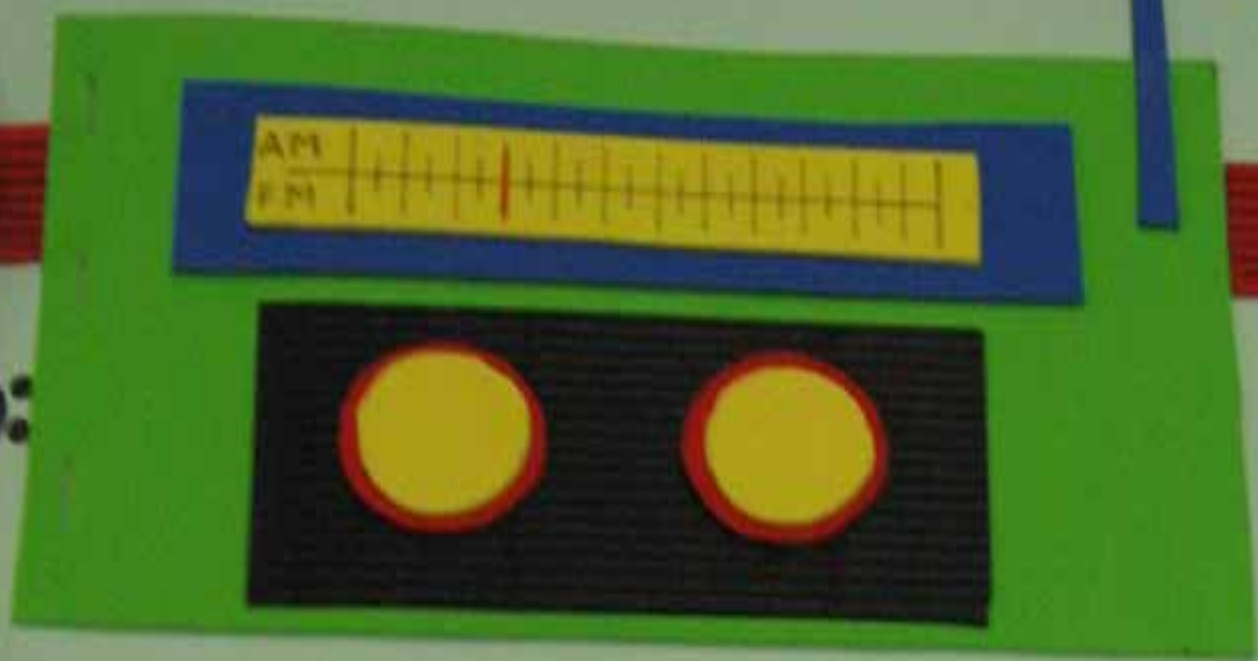
Pues voy a aburrimento ¿no?

Pues sí, pero era la única que



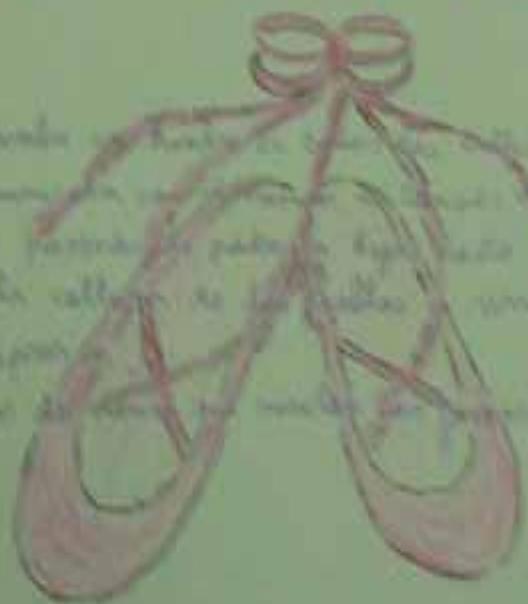
FLEXIONA SOBRE ESTO

La Música



La Danza

Donde que el baile se realiza en un espacio amplio se llama salón de baile.
El baile se comienza con un ritmo lento y va aumentando de velocidad.
Existen muchos tipos de danza, pero la más conocida es la danza folclórica.
Forma parte de la cultura de un pueblo y es una forma de expresión y alegría.
Hay diferentes tipos de danza, pero todas son formas de mover el cuerpo de una
manera.





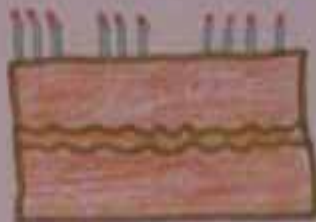
A F J Z W G 1
2 R X 7 O
Q 8 M U N L
K S 5 E 3
H P 7 C T
D I 9 6 Y H N



Paula

Hi

CUMPLEAÑOS



Jugar con
mis amigos

Compartir
los regalos
con mis
amigos



Regalar
mis regalos



Invitados

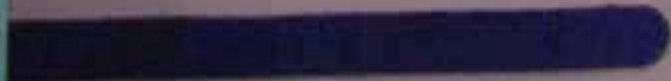
Compartir todo
mi cumpleaños
con mis
amigos

Consumo

Se gasta
más cuando
se celebra
un día

Familia

También puedo
celebrar el cumpleaños
con mi familia



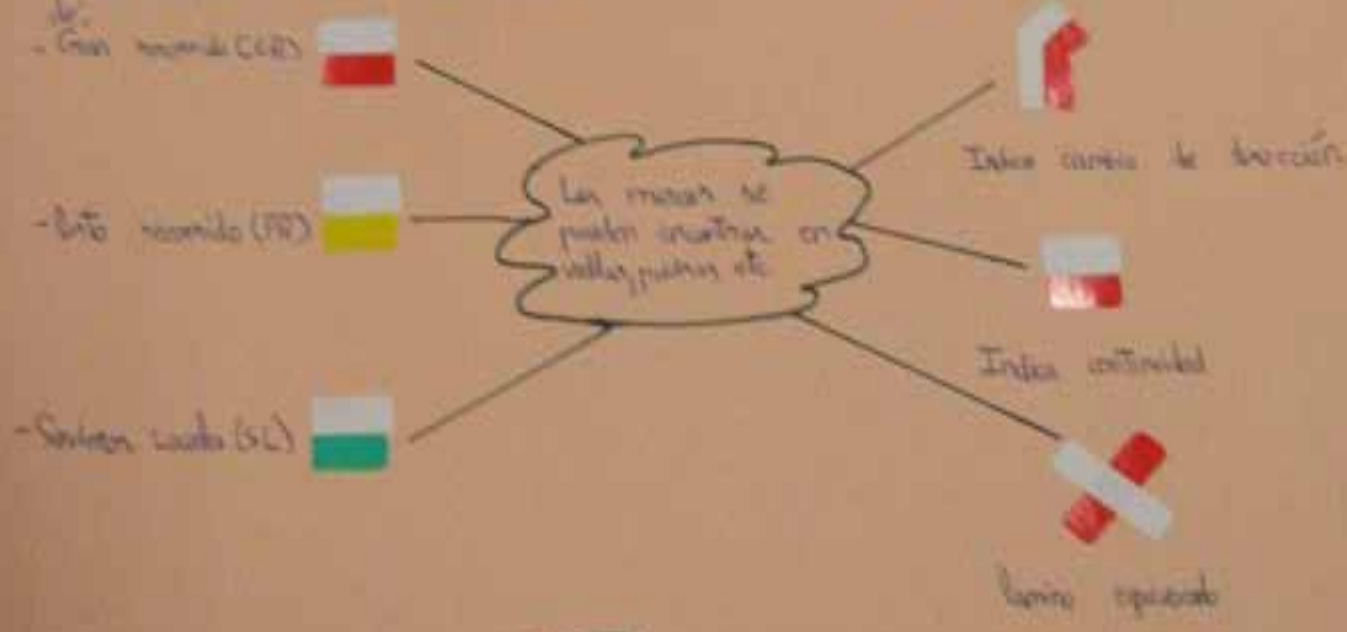
SENDERISMO



Una de las actividades que se puede hacer con una familia y con amigos en un tiempo libre es el senderismo. Este consiste en ir caminando por senderos o caminos, ya sean urbanos o rurales, disfrutando del paisaje y haciendo ejercicio físico. Se puede hacer en cualquier época del año y en cualquier lugar, siempre que haya un camino adecuado. Es una actividad muy saludable y divertida que ayuda a mejorar el estado de ánimo y a desconectar del estrés diario.

Las senderos están señalados mediante de la letra S y número. En algunos

También podemos encontrar otros



En las montañas el camino se señala con un pequeño montón de piedras llamado hito o jito.



En las montañas también se pueden encontrar buenas alpinas, que son para que las montañas, dejan y ocupan las montañas o montañas.



En montañas también hay un tipo de roca para que sea un tipo de roca. En las montañas también hay un tipo de roca con la misma leyenda.



Haciendo un resumen se puede encontrar muchas cosas interesantes:



PLUMAS



HUELLAS



HOJAS



ROCAS



MINERALES

Y si tienes mucha, mucha suerte puedes ver.....





SOY LAURA y OS VOY
A CONTAR,
MI VISITA A UN
ZOO ESPECIAL



Sigueme

KARPIN

Abre
este plano



PARRECIAN DE VERDAD
LOS SONIDOS

SON LAS FOTOS
DE MIS
SUSTOS



LOS MAS
PEQUEÑOS
ASUSTARON
MUCHO

ALGUNOS
RAMOS
CONTADOS

FUE UN DIA
ESPECIAL

TE INTERESA

UNO



Con esta carta puedes
cambiar de color
cuando quieras.



Si tienes esta carta, tu compañero
solo puede jugar si tiene una
carta del mismo color.



Tu compañero tiene que
jugar dos cartas de modo que

El juego cambia de colores

Esta carta se llama un papelet.

Algunas veces son para fastidiar a tu compañero al cambiar de color o para
seguir jugando cuando ya no queda más cartas de un color. ¡Es un juego divertido
y se llama UNO!