

(EF 1º-RECURSO 10 -miércoles 6 de mayo de 2020-Vídeo RETO 3)

EDUCACIÓN FÍSICA
MIÉRCOLES 6 DE MAYO 2020

¿Qué tal ha ido la semana con el trabajo de RITMO? ¿Preparados/as para el RETO 3?

Esta semana te propongo **GRABARTE EN VÍDEO** haciendo el **RETO 3**. Si quieres repasar otra vez antes de grabarte, te recuerdo el enlace para que vuelvas a visualizar el ritmo:

ENLACE DEL VÍDEO

<https://www.youtube.com/watch?v=TvC662zuLmg>



Cuando ya lo tengas preparado... comienza!!!!

1. HACER EL CALENTAMIENTO: **Movilidad articular**, ejercicios de **activación** y posturas de **yoga**.
2. **RETO 3: GRÁBATE EN VÍDEO** HACIENDO EL RITMO PROPUESTO EN EL VÍDEO QUE TE OFRECIMOS.

Cuando termines recuerda **enviar el vídeo al correo**
educacionfisicasanfernado2020@gmail.com

ASUNTO: curso, nombre y apellidos

NOS VOLVEMOS A VER PRONTOOOOOO!!!!!!!!!!

