

(EF 1º-RECURSO 6-miércoles 15 de abril de 2020-ficha)

Educación Física

Después del calentamiento y las posturas de yoga, vamos a hacer unos ejercicios de activación!!!!

1º trote en el sitio, cuenta hasta 10



2º rodillas arriba en el sitio cuenta hasta 10



3º talones al culete, cuenta hasta 10



4º jumping (tijeras: abrir y cerrar saltando), hacemos 10



5º skipping en el suelo (cuenta hasta 10)

