

(EF 1º-RECURSO 9 -miércoles 29 de abril de 2020-Enlace-vídeo)

EDUCACIÓN FÍSICA  
MIÉRCOLES 29 DE ABRIL 2020

Qué alegría me dio la videollamada!!!!



Estoy deseando que llegue la próxima!!!!!!!!!!

Durante esta semanita trabajaremos el **RÍTMO** que te proponemos en el **VÍDEO** y más adelante, en otra planilla, te lo pediremos como reto.

- 1º HACER EL CALENTAMIENTO: **Movilidad articular**, ejercicios de **activación** y posturas de **yoga**.
- 2º **VISUALIZAR** DETENIDAMENTE EL **VÍDEO** (repítelo cuantas veces sea necesario)
- 3º **REPITE** LOS MOVIMIENTOS QUE TE PROPONE.
- 4º **PRACTICA** DURANTE TODA LA SEMANA (llegará el momento en el que hagas el ritmo de memoria)
- 5º **REPITE** EL RÍTMO CON LA PALMADA EN PAREJA.

**ENLACE DEL VÍDEO**

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

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

