

----- TABLA DE EJERCICIOS -----

CALENTAMIENTO

Hoy empezamos con un calentamiento muy utilizado en clase de Psicomotricidad y qué gusta mucho a l@s niñ@s. 10 minutos.

<https://youtu.be/9WcrBpF6s2k>

PARTE PRINCIPAL

Seguimos con un video de “68 juegos para niños”. El material lo podemos tener en casa (o algo similar). 50 minutos.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

<https://youtu.be/mqF4czXpxa8>

VUELTA A LA CALMA

Llegamos al final de la sesión. Hacemos una relajación de 10 minutos, con una serie de estiramientos muy fáciles.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

<https://youtu.be/Hi6ogHSn0WA>

Espero qué os guste. Qué paséis buen día.

