

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

CALENTAMIENTO

Jugamos a las cuatro esquinitas. 10 minutos.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

https://youtu.be/yIQEFODT_2U

PARTE PRINCIPAL

Hoy nos basaremos en la clase con aros. 45 minutos.

Aro loco, Aro cooperativo, motricidad gruesa con aros, campo minado.

Para ver el vídeo tocar en el enlace:

<https://youtu.be/YHq-T19n218>

https://youtu.be/T2LuXp_44nM

<https://youtu.be/8bslyCdwQJk>

<https://youtu.be/Y5BQWqFYf-M>

VUELTA A LA CALMA

Ponemos música y hacemos técnica de relajación. 10 minutos.

<https://youtu.be/8XwPVhP6Zsl>

¡Feliz inicio de semana!!!

