

EDUCACIÓ FÍSICA CICLE MITJÀ. SETMANA 8

Aquesta setmana us proposo un repte consistent en un joc cooperatiu, concretament són “els quadrats d’agilitat”.

https://www.youtube.com/watch?v=d-JVg8-0e_Q&feature=youtu.be&app=desktop

Si a algú no li funciona l’enllaç, escrivint al Youtube “juegos en cuadrados de agilidad: desafíos cooperativos” el podrà veure igualment.

La idea és que practiqueu amb algú més, mínim 2 jugadors, i que de manera coordinada pugueu mostrar, almenys, 2 exercicis fent tots 2 els mateixos moviments al mateix temps. Més o menys com veieu al vídeo. Us animo a practicar-los tots, i **us demano que us graveu fent 2 exercicis com els del vídeo més un altre que inventareu i explicareu per escrit al missatge o per veu al vídeo. Tot això m’ho heu d’enviar directament (Diego) per vídeo al Dinantia.** Com sempre, podeu gravar-vos tal qual surt al vídeo així no es veuen cares, o si preferiu de cos sencer, com preferiu.

El podeu fer tan senzill o tan difícil com vulgueu. Les marques al terra cadascú que las faci com pugui/vulgui fer-les, però sempre vigileu que no us facin caure.

Molts ànims i espero que us agradi l’activitat per compartir amb la família.

Salutacions,
Diego.

