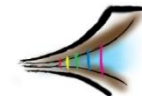




**EDUCACIÓ FÍSICA 4t CICLE MITJÀ**  
**Activitats**

**Setmana del 11 al 15 de maig**



**Cintets i Cintetes !**

Espero que hagueu passat una bona setmana i hagueu fet molt exercici!

Aquí us deixo unes propostes noves per a que pugueu fer! Espero que les gaudiu!!

Una abraçada!

Sandra. ☺

**CORREUS ELECTRÒNICS**

4A: [cintets4a@gmail.com](mailto:cintets4a@gmail.com)

4B: [cintets4b@gmail.com](mailto:cintets4b@gmail.com)

**BALLEM**

**RELAXACIÓ**

**DANCE CLASS**

**IOGA**

Aquí us deixo una classe de ball curteta! Estic segura que aconseguireu fer el ball súper bé!

Aquí teniu una petita rutina per moure una mica el cos i fer activitat física! Recordeu que és molt important que feu exercici i us mantingueu actius i actives!

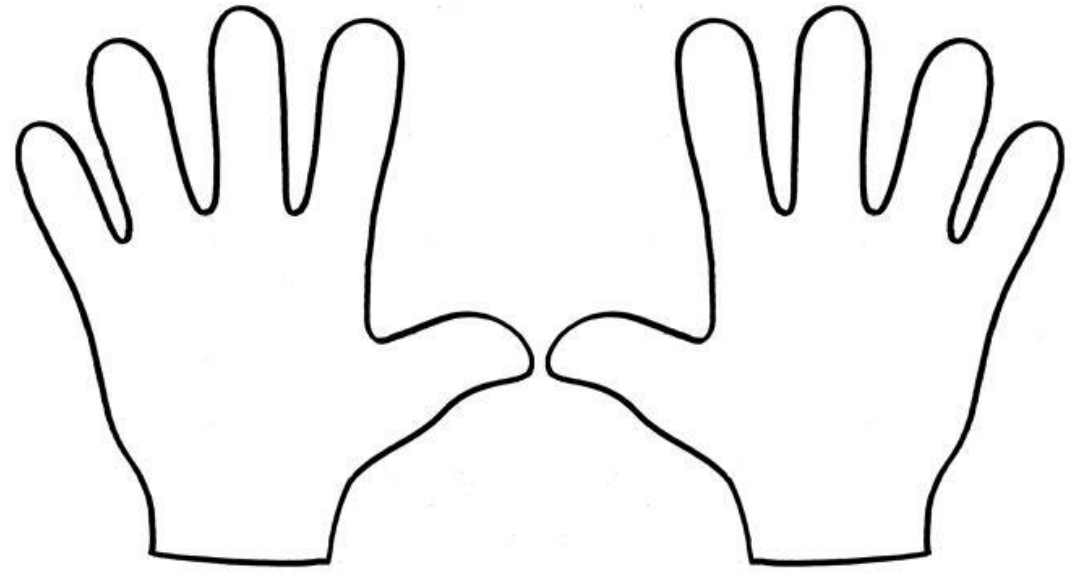


<https://www.youtube.com/watch?v=RCgtcEz6SGk>

<https://www.youtube.com/watch?v=T8jI4RnHHf0>

**JUQUEM**

En papers, o al terra ( amb guix o alguna cosa que es pugui esborrar) dibuixeu mans ( dreta i esquerra) i peus ( dret i esquerra). Després col·loqueu-los com vulgueu ( mireu l'exemple) i intenteu arribar al final sense equivocar-vos i fent-ho el més ràpid possible. Si us equivoqueu, heu de tornar al principi.



dreamstime.