



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

**Setmana del 18 al 22 de maig**



**Cintets i Cintetes !**



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

Aquí us deixo unes propostes noves!

Un repte que segur que podeu fer i un joc d'habilitat súper divertit!

A més un deixo un joc per balla i veure qui és el més ràpid!

Una abraçada! Sandra. 😊

CHALLENGE (REPTE)	JUGUEM
<p align="center"><u>PLANK CHALLENGE</u></p> <p>A continuació us proposo un repte que requereix un bona <b>força i coordinació!</b> A veure qui és capaç d'aconseguir-ho!          També ho podeu fer sols!</p>  <p align="center"><a href="https://www.youtube.com/watch?v=8fm72UUAXFo">https://www.youtube.com/watch?v=8fm72UUAXFo</a></p>	<p align="center"><u>3 EN RATLLA ( JOC D'HABILITAT)</u></p>  <p align="center"><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ff3kDWOmU4Y">https://www.youtube.com/watch?v=Ff3kDWOmU4Y</a></p>
<b>JUGUEM</b>	
<p><b>STEPMANIA</b> : és un joc per a ballar i fer coreografies. Podeu seguir el exemple o fer-ne una pròpia. Heu de mirar quin peu està pintat ( dret o esquerra) i de quin color ( així sabreu on l'heu de posar). Us ho podeu fer vosaltres amb papers i una mica de cinta adhesiva al terra. Aquí us deixo tres nivells, però com us he dit podeu fer el vostre propi i practicar, i demostrar la vostra súper coordinació!</p>	

# StepMania



	<b>Endavant blau</b>		<b>NOMS</b>	<b>NIVELL 1</b>
<b>Esquerra vermell</b>	<b>Mig blanc</b>	<b>Dreta verd</b>		<b>NIVELL</b>
	<b>Endarrere groc</b>			<b>NIVELL</b>


# StepMania



	<b>Endavant blau</b>		<b>NOMS</b>	<b>NIVELL</b>
<b>Esquerra vermell</b>	<b>Mig blanc</b>	<b>Dreta verd</b>		<b>NIVELL 2</b>
	<b>Endarrere groc</b>			<b>NIVELL</b>


# StepMania



	<b>Endavant blau</b>		<b>NOMS</b>	<b>NIVELL</b>
<b>Esquerra vermell</b>	<b>Mig blanc</b>	<b>Dreta verd</b>		<b>NIVELL</b>
	<b>Endarrere groc</b>			<b>NIVELL 3</b>


# StepMania



	<b>Endavant blau</b>		<b>NOMS</b>	<b>NIVELL</b>
<b>Esquerra vermell</b>	<b>Mig blanc</b>	<b>Dreta verd</b>		<b>NIVELL</b>
	<b>Endarrere groc</b>			<b>NIVELL</b>

