

EDUCACIÓN FÍSICA 3º trimestre (25-29 maio)

Ola rapaces-as esta é a última semana de maio así que xa entramos na recta final. Seguimos no noso intento de gozar da actividade física para que nos axude a coidar a nosa saúde mental e física Para as rutinas de **activación** esta vez temos



O **xogo** da semana é un reto motriz “Vaso cheo vaso baleiro” No vídeo ven explicado paso a paso cos exercicios pero vós si queredes podeades poñer outros. A divertirse



A **coreografía** da semana é unha moi divertida e animada por uns Trolls.

E para a **volta á calma** a proposta é de Yoga de Móvete connosco na casa. Facela amodiño



A APRENDER
MOVERSE
E DIVERTIRSE

