

Actividades semana 24 de agosto

Bienvenidos a una semana nueva de actividades para practicar y aprender en casa.



Actividad N°1

Objetivo: trabajar y fortalecer el equilibrio.

Armado: necesitas un almohadón.

Desarrollo: Realizaremos diferentes tipos de posturas intentando mantener el equilibrio como nos muestra la seño Lauri en su video a continuación.

<https://www.youtube.com/watch?v=iFTCGiAnjls&feature=youtu.be>

Actividad N° 2:

Objetivo: Trabajar en conjunto el equilibrio y la manipulación de la pelota.

Armado: Necesitas, un almohadón y una pelota de tenis o similar.

Desarrollo: Al igual que la actividad anterior intentaremos mantener el equilibrio agregándole la dificultad de un elemento, como nos muestran los profes en el video.

¿Estás listo? Ahí vamos..

<https://youtu.be/khiDK1lieXk>

**Nos vemos en la case virtual
Profe Rodri, Lau y Lu.**