

EDUCACIÓN FÍSICA - GRADO 5

ACTIVIDAD N° 2 - III PERIODO (11 DE AGOSTO)

TEMA: Agilidad y equilibrio

OBJETIVO: Mantenerse en equilibrio con objetos que fortalecen la agilidad corporal.

ACTIVIDAD

Observa el video y realiza los ejercicios en series de 10 ejercicios cada uno, luego de practicar y lograr hacer los ejercicios de la mejor manera envía un corto video máximo 2 minutos.

Observa algunos ejercicios adicionales y practícalos:

