

Ejercicios semana del 4 al 8 de mayo

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 3º ESO (TODOS LOS GRUPOS)

1. TAREA 1: Entrega el 6 de Mayo

1. Grabarse un vídeo de TikTok imitando un vídeo haciendo actividad física en casa. Aquellos que no tengan acceso al Teams, deberán mandarme un email y pedirme el vídeo para seguir el ejemplo.

TAREA 2: Entrega el 8 de Mayo

1. Realizar el ejercicio de resistencia (clase de zumba) que aparece en el siguiente enlace:
<https://www.youtube.com/watch?v=S68L97qXMXk&feature=youtu.be>
2. Grabarse un vídeo de 1 minuto aproximadamente realizándolo.
3. Apuntar cuánto tiempo seguido han sido capaces de aguantarlo, y cuántos días durante esta semana lo han realizado.
4. Enviar al Teams de la asignatura el vídeo, y un archivo adjunto en Word incluyendo una tabla en la que especifiquen lo pedido en el punto anterior.
5. Aquellos que todavía no tengan acceso a la cuenta educa, enviarlo a mi correo: emma.alomin@educa.jcyl.es.

