Colegio Nuestra Señora del Huerto

Asignatura: Educación Física Fecha: 18/03

Curso: Tercer Grado

Profesor: Nicolás Baldassari

**Contenido**: Habilidades motrices básicas y su combinación - Ritmo y equilibrio.

**Actividad:** El equilibrio y el ritmo son dos de las habilidades motrices más importantes. Utilizando como referencia los videos que se encuentran a continuación, intentara seguir el ritmo con movimientos en equilibrio mono-podal. Tendrán que realizarlo con ayuda de un familiar para que podrá guiarlos. El primer link es del video con la coreografía completa, en el segundo link se encuentra una variante con explicación más detallada de cómo realizarla.

Link del video: <https://www.youtube.com/watch?v=P6XKK-VFbSk>

Link con tutorial variante: <https://www.youtube.com/watch?v=KAO5M1aEDtE>

La metodología de esta actividad será retomada al momento de retomar las clases, formando parte de las calificaciones del trimestre.

Ante cualquier consulta o duda podrán comunicarse a la siguiente casilla de correo: [nico.b\_94@hotmail.com](mailto:nico.b_94@hotmail.com)

Los horarios de consulta son los mismos en los que los estudiantes tienen educación física.