

EDUCACIÓN FÍSICA 1º curso

“Quédate en casa” 2ª semana Junio

CARMEN CHACÓN Bravo Murillo

EDUCACIÓN FISICA PRIMER CURSO

2ª SEMANA DE JUNIO

REPASO-REFUERZO-RECUPERO

LUNES:

YOGIC: “La locomotora valiente” 3’18

<https://www.youtube.com/watch?v=OAmdznGnCaE>

YOGA Saludo al sol OMMMMM Yoga e. física para niños 7’53

<https://www.youtube.com/watch?v=03KGRYcuOnE>

MARTES:

YOGIC: Tutorial meditación intuición 4’52 minutos

<https://www.youtube.com/watch?v=Yq7kCZVyUZc&t=4s>

YOGA: Las posturas de los animales 14’58

<https://www.youtube.com/watch?v=jMOZz7GHaog>

MIERCOLES:

YOGIC: “Canción del Surf” 4’22 minutos

<https://www.youtube.com/watch?v=MLyyNUDyGPw>

YOGA: El saludo al sol y Yoga con animales 7´24

<https://www.youtube.com/watch?v=Dwt0qeBj85I>

JUEVES:

YOGIC: Tutorial Canción celestial “Wahe Guru” 3’24

<https://www.youtube.com/watch?v=ODBaxgTE_qg&t=2s>

Yoga: Las posturas de los animales del mar 6’03

<https://www.youtube.com/watch?v=LOYxOzMUgAY>

VIERNES:

YOGIC: Tutorial Canción La alfombra mágica de la meditación 3’46

<https://www.youtube.com/watch?v=fBC1pTj-kOw>

YOGA: Saluda a la Luna 8’46

<https://www.youtube.com/watch?v=r-ZsmQ20W9k>

SABADO:

YOGIC: “Tutorial Canción “Humee Hum Brahm Hum” 3’16

<https://www.youtube.com/watch?v=aWMyqpetRzs&t=2s>

KARAOKE: Cap 01 Karaoke v3 2’39minutos

<https://www.youtube.com/watch?v=E3QI687b-f0>

DOMINGO: Respiración de la abeja 2’15

<https://www.youtube.com/watch?v=UHKEmTdVOQM>

La Nube Relajación de Yoga 4’40

<https://www.youtube.com/watch?v=Ea6ykVh7Y7U>

Mantra OM MANI PADME HUM 5’16 minutos

<https://www.youtube.com/watch?v=-1ihy3IH-Uo>

EJERCICIO: Ficha sobre delante detrás Hacer la ficha enviarla a la profe a su e-mail que es este de aquí

[carmen.chaconmelgarejo@educa.madrid.org](mailto:carmen.chaconmelgarejo@educa.madrid.org)

NOMBRE\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_CURSO\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
|  |



Ciclistas: Marrón, azul, verde, rojo, amarillo…

Hacemos la ficha y la enviamos por correo a la profe a su e-mail que es este:

[carmen.chaconmelgarejo@educa.mmadrid.org](mailto:carmen.chaconmelgarejo@educa.mmadrid.org)