SESIÓN 6

CALENTAMIENTO

Consiste en realizar un baile con la aplicación Youtube. Os pongo el enlace a continuación.

Canción 1: https://www.youtube.com/watch?v=29TR33moqUA

PARTE PRINCIPAL

Reto 6:

- **Material**: 2 cucharillas y una taza.

  Cuchara Catapulta: Introduce una cuchara en un vaso o taza con un golpe seco. Para ello, debes hacer catapulta con otra cuchara.

  Os pongo el vídeo del reto del programa: Uno para ganar.

  https://www.cuatro.com/uno-para-ganar/programast01xp18/Maxi-cuchara-catapulta_2_1316730012.html

También os mando un vídeo mío realizando el reto.

Cuando lo tengáis os pueden grabar vuestros padres y mandármelo a mi correo electrónico **jaimevil35@gmail.com**

VUELTA A LA CALMA

Terminamos la sesión de Educación Física con un poco de mildfulness: el lago en calma.

Nos tumbamos o sentamos como los indios, cerramos los ojos y nos relajamos.

https://www.youtube.com/watch?v=6z6IpP4c4EY