



DEPORTE A OTRO NIVEL

Una experiencia hibrida

Colegio Andino

PROF. HELMAN BARRAGAN



REQUISITOS Y NORMAS

- Hidratación
- Balón de voleibol o pelota
- Realizar cada nivel
- Cada ejercicio durara 1 minuto
- Buena Energía
- Contar bien
- Alumnos virtuales anotan resultados en el chat
- Responder a los Sondeos los que están en salas
- PLAN B. En materiales de clase se encuentra el trabajo a realizar con sus instrucciones. En el caso de tener mala conexión



CALENTAMIENTO

Video Auxiliar





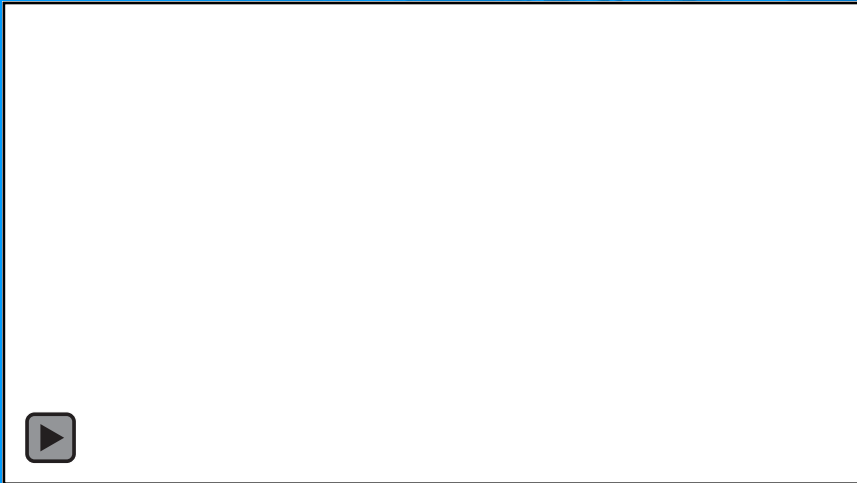
Nivel 1

Ejercicio 1





tu
turno



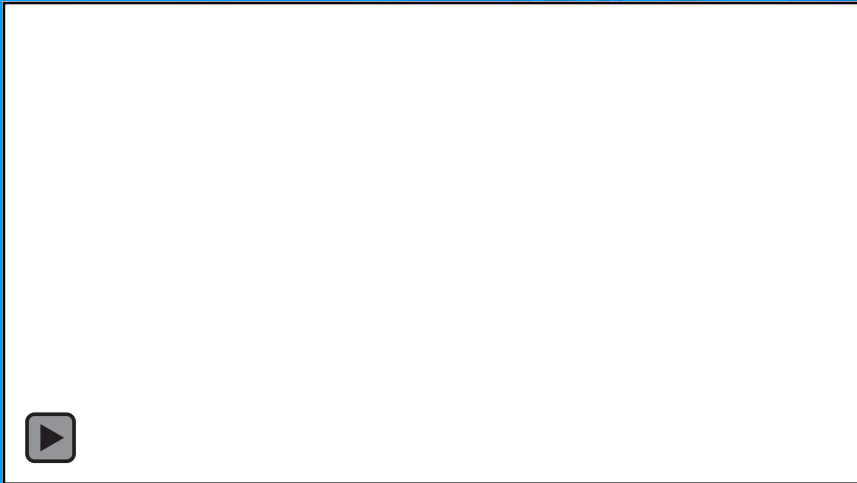
Nivel 1

Ejercicio 2



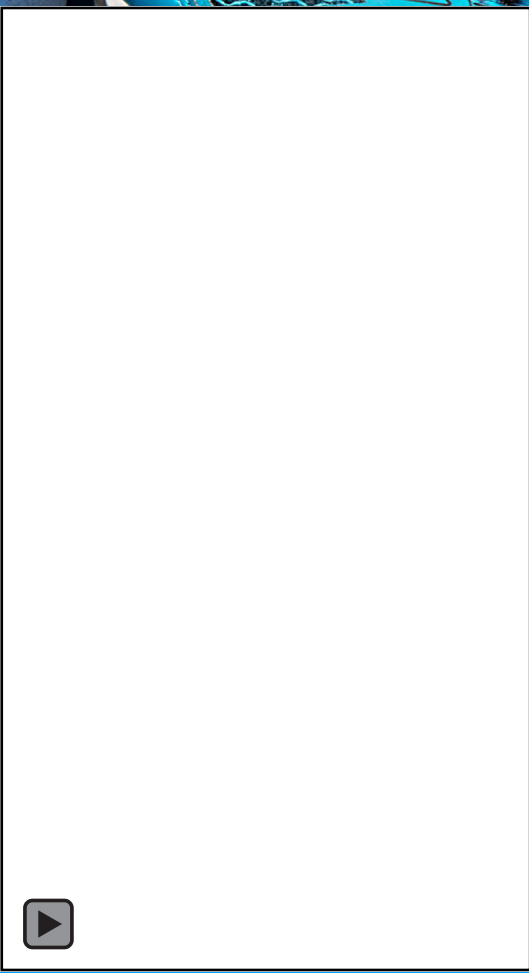


tu
turno



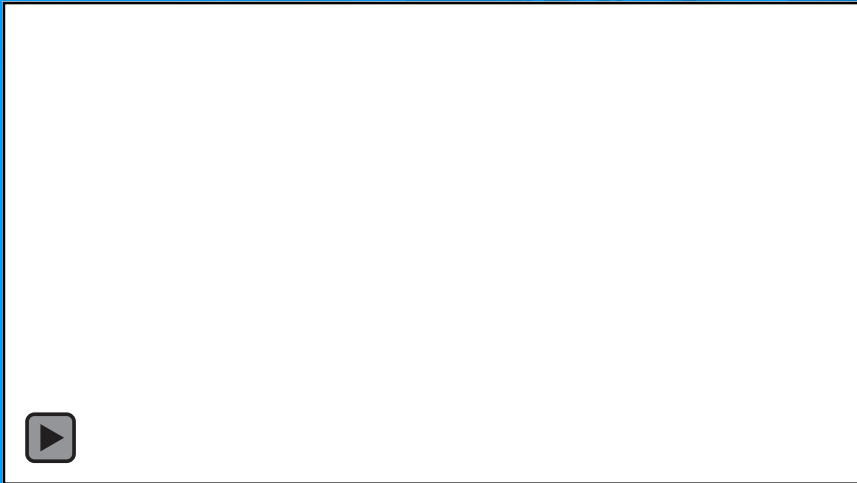
Nivel 1

Ejercicio 3





tu
turno



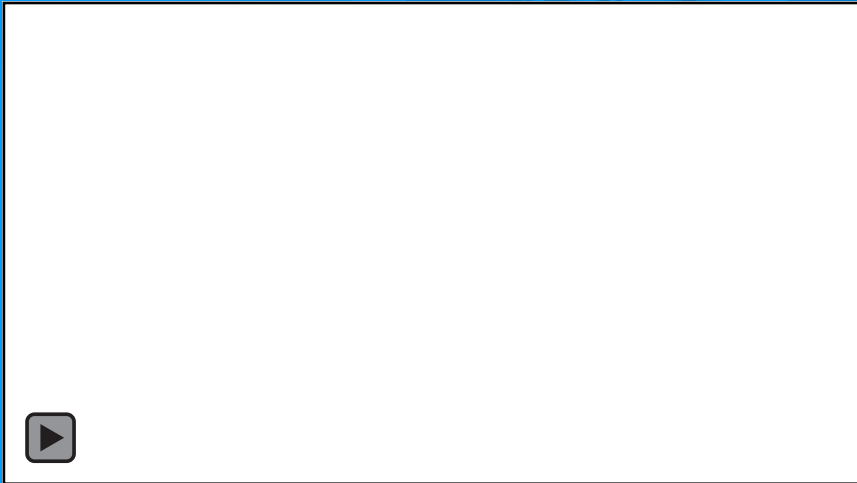
Nivel 1

Ejercicio 4





tu
turno





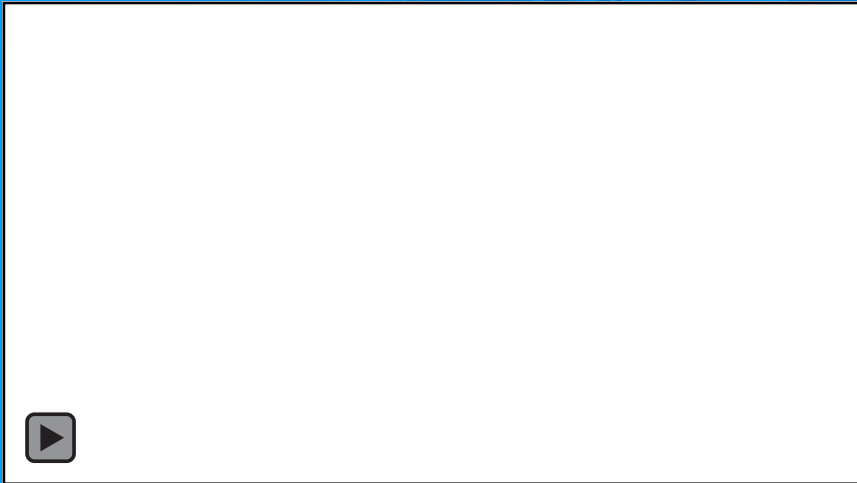
Nivel 2

Ejercicio 1





tu
turno



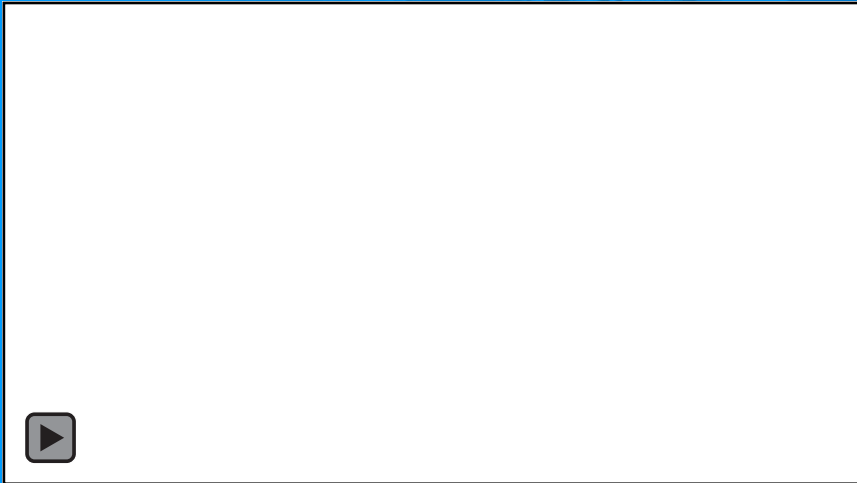
Nivel 2

Ejercicio 2





tu
turno



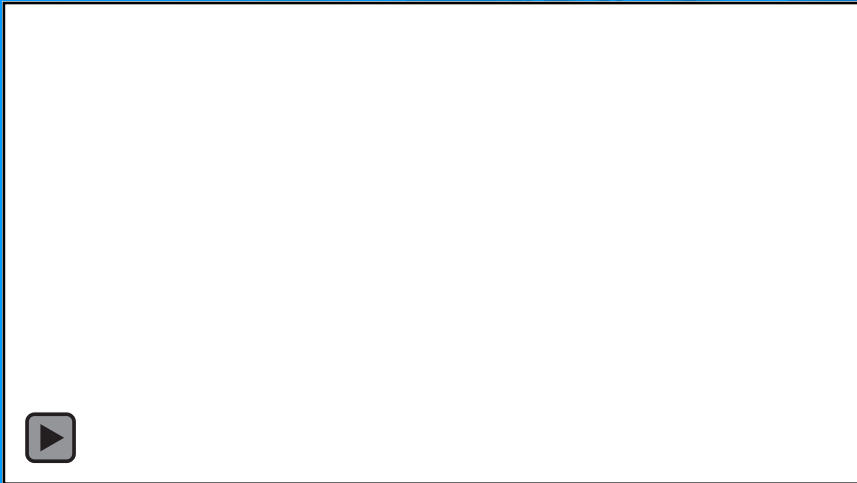
Nivel 2

Ejercicio 3





tu
turno



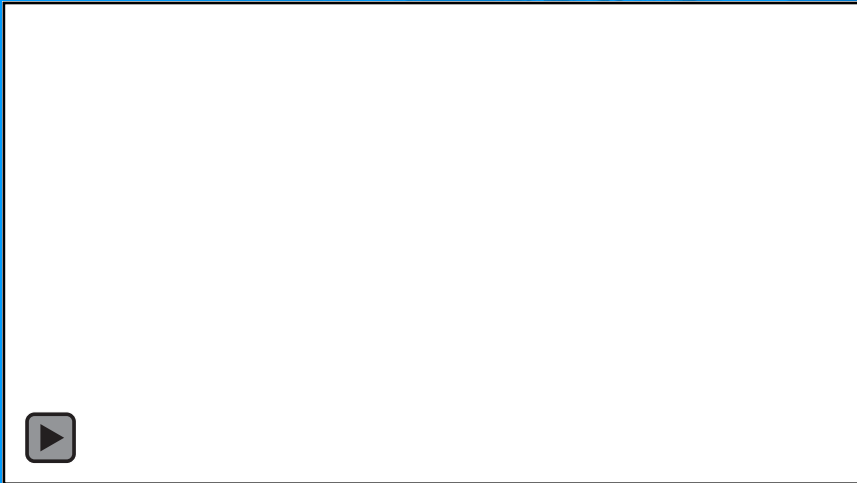
Nivel 2

Ejercicio 4





tu
turno





Felicitaciones
Terminaste todos los niveles!