**EDUCACIÓN FÍSICA 5º EP**

Continuamos coas nosas clases de educación física.

Podedes seguir as tarefas, **pola páxina web** do colexio, ou por **Classroom** (mandándome un e-mail ou **co código: pr545lv**

**MÉRCORES 20/05/2020**

**RETO DE FLEXIBILIDADE co**

O segundo reto é un reto de flexibilidade cun pau . Déixovos na ligazón un vídeo [RETO DE FLEXIBILIDADE.](https://classroom.google.com/u/0/w/NzYxMTIwODQ5NTla/t/all)

**Realiza un vídeo co intento ou co reto conseguido e envíao** por **classroom código:** **pr545lv** ou a **raquelrqr@gmail.com** (Poñer o curso e nome no asunto do correo)

Tes que tentar entregar as tarefas de clase no horario establecido.

**Data de entrega: Venres 22** ata as **13:00h**.

**VENRES 22/05/2020**

**RUTINA DE TÁBATA**

Non te esquezas quentar as túas articulacións e estirar os músculos antes e despois de facer a rutina.

[**RUTINA DE TÁBATA**](https://www.youtube.com/watch?v=QuAadopIEMg#action=share) (Botón dereito do rato, “abrir hipervínculo”)

Es capaz de seguir esta rutina de tábata?. Podes animar á túa familia.

Fai foto ou vídeo e envíaa

**Data de entrega: Venres 22/05/2020** ata as **14:00h**.

**Que teñades un bo día.**