

Saltar a la corda!



Bones, us proposo la següent activitat sobre el salt a la corda.

Segueix els passos que hi ha a continuació:

1. Has de veure els vídeos que et proposo.
2. Has de intentar seguir les indicacions del monitor/a, per poder fer-ho.
3. Has de contestar les preguntes que et faig.
4. T'ho has de passar bé.

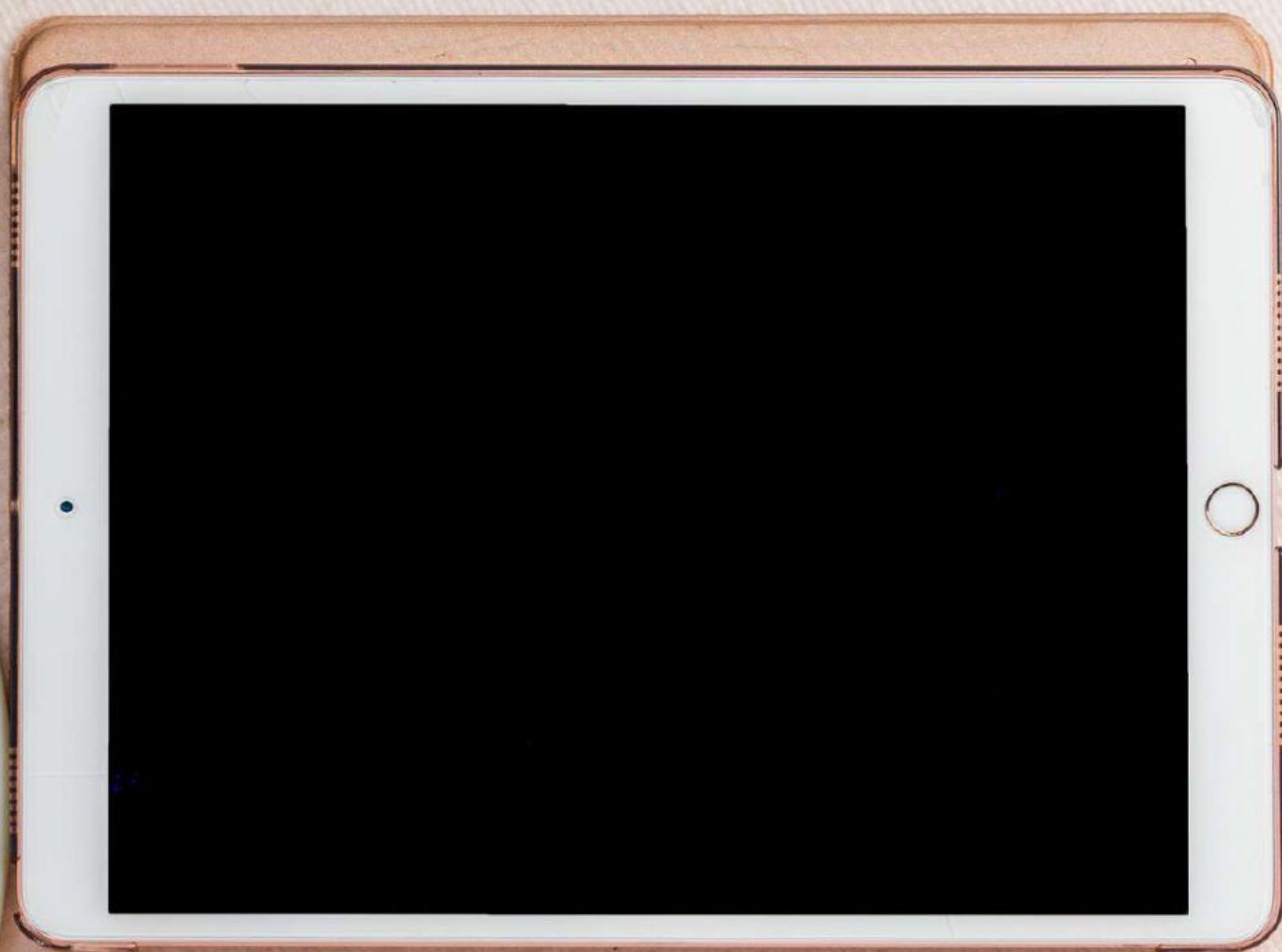


Ànims!



Com saltar a la corda – salts bàsics

Ara, mira el següent vídeo:



Com saltar a la corda – salts complexos

Ara, mira el següent vídeo:



Escull la resposta correcta a les següents preguntes:



Saps saltar a la corda individual?



Saps fer les activitats del vídeo?



Has après coses noves?



Saps fer altres activitats?



Valora els teus salts:



Valora l'activitat:

