EJERCICIOS FÍSICOS DE CALENTAMIENTO

Arrastra los recuadros debajo de cada dibujo que tiene el nombre de cada ejercicio

Trote elevando un brazo alternadamente

Circulo con los brazos mientras avanza trotando

Giros de tronco a un lado u otro lado

Carrera con pasos laterales

Carrera laterales cruzando pies

Trotar yendo hacia atrás

Avanzar dando 3 ó 4 saltitos con cada pierna

Skiping: elevaciones alternadas de rodillas

Contraskiping: talón al glúteo alternadamente

En carrera impulsar y marcar la posición en el aire





















LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS