

CORONA ESPORT: MALABARS 3^r d'ESO

HOLAA NOIES , NOIS,

Ens tocaria fer MALABARS, per tant adjunto uns tutorials per fer les boles i per practicar.

PER FER LES BOLES:

<https://youtu.be/1V1rYScTdkI>

Crec que en alguns supermercats es poden trobar **globus**, si no, pots practicar amb pilotes de tennis, mandarines, boles de paper de diari, etc..

PER FER HABILITATS AMB 3 BOLES:

https://youtu.be/HTyIO_MlhhE

<https://youtu.be/Ys5cJ6fMBOc>

<https://youtu.be/aotaVzfDXPk>

<https://youtu.be/oqCwOngdWNY>

AVALUACIÓ

Quan ho hakis aconseguit et graves durant **30 segons** i m'ho envies per correu electrònic.

Assumpte; **Ed, Física 3C**

Al vídeo/document li poses el teu **nom**.

ivilar@elpuig.xeill.net

DEMANARÉ UNA ALTRA TASCA QUAN TOTS ACABEU AQUESTA.

ESTARIA BÉ FESSIS UNA RUTINA DIÀRIA D'EXERCICI FÍSIC.

HI HA MOLTES PROPOSTES PER LES XARXES O INVENTA'T LA TEVA!!.