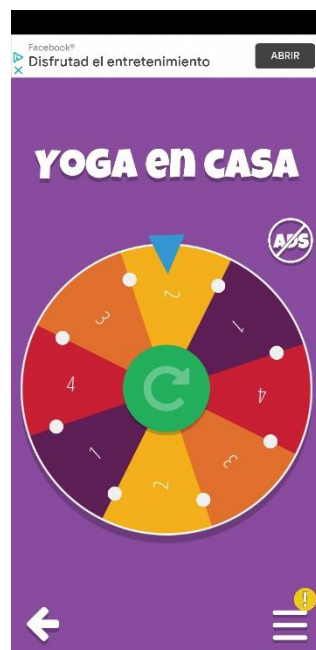


3. EDUCACIÓN FÍSICA DE CONFINAMIENTO

“YOGA EN CASA”

La actividad propuesta es realizar estiramientos, mediante posturas de yoga, durante el confinamiento.

En primer lugar, he utilizado la app “Ruleta de las decisiones” y he creado una ruleta con números del 1 al 4, ya que cada número corresponde a una serie de posturas, que posteriormente podrán ver en la presentación “genially”.



<https://view.genial.ly/5ec3ed628ba5700d1e8081c5/presentation-genially-sin-titulo>

Por último, he utilizado la app "**Picplaypost**". Los alumnos, deben grabarse, realizando las posturas y enviarme el vídeo a la tarea propuesta en la plataforma Aules, para poder visualizar, examinar y evaluar el trabajo realizado.