

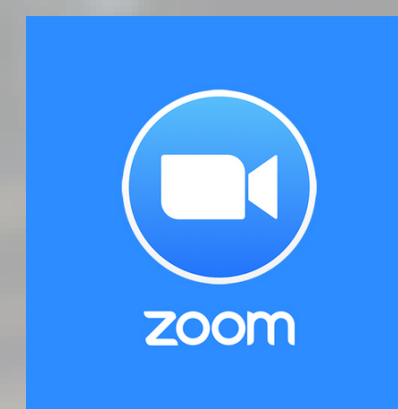
INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS
ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA
GRADOS DÉCIMO Y ONCE



CAPACIDADES CONDICIONALES

SEMANA DEL 15 AL 19 DE MARZO

Ésta semana desarrollaremos nuestra clase en vivo a través de ZOOM (El día y el link para la clase sera compartido mediante los grupos de WhatsApp un día antes de la reunión), recuerda identificar y practicar los ejercicios que se explican en el video guía, de esa manera nuestra clase en vivo será más fluida.



Materiales

- 5 elementos que puedas manipular (uno o dos zapatos, un peluche, una pelotas, una camiseta; combinalos según la disponibilidad que tengas en casa). Los elementos deben ser, uno de color blanco, otro de color rojo, negro, amarillo, azul.
- Una toalla o cobija para utilizar como colchoneta.

Docente: Carlos Julián Rodríguez Corredor
3117892547
CJEDUFISICA@GMAIL.COM

SEGUIMOS APRENDIENDO JUNTOS
UN ABRAZO VIRTUAL

Video guía
Tema:
Capacidades
Condicionales
 **YouTube**