



## ¡BUENAS TARDES PARA TODA LA FAMILIA!

**MINI RETO FISICO** (5-7 minutos).

### “Practico en casa”

Prepara y practica una rutina de movimientos inspirados en el handbol, para mostrarlos en clase.

- Pases en el aire (simulados)
- Saltar y lanzar al frente (sin pelota).
- Moverse lateralmente como defensa.

Esto los ayudara a moverse y sentir el deporte, aunque estén en casa.

## ¡¡Recordatorio!!

**Lo que ustedes me cuenten sobre esta actividad la clase que viene será un indicador de su cumplimiento, y eso forma parte del proceso en EDUCACIÓN FÍSICA.**