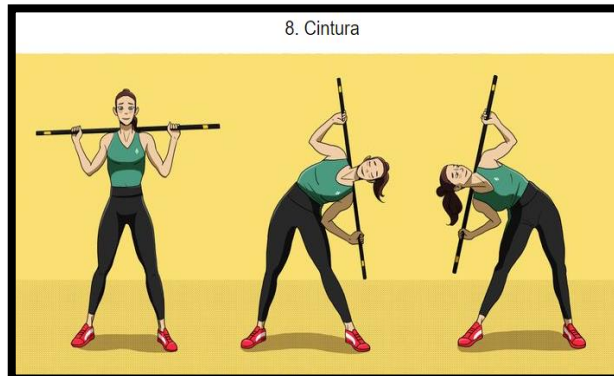
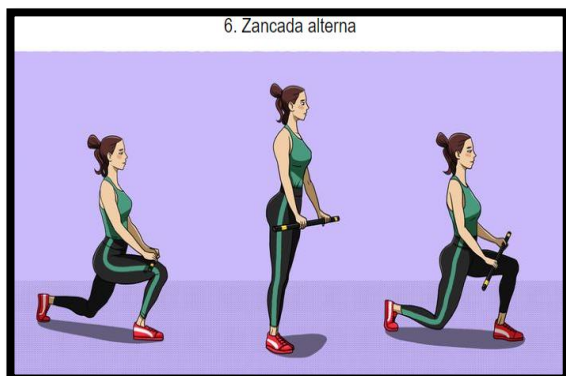
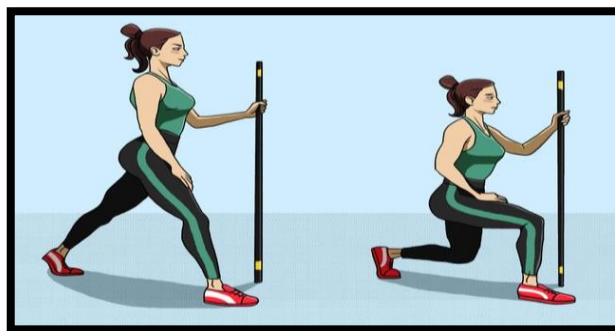
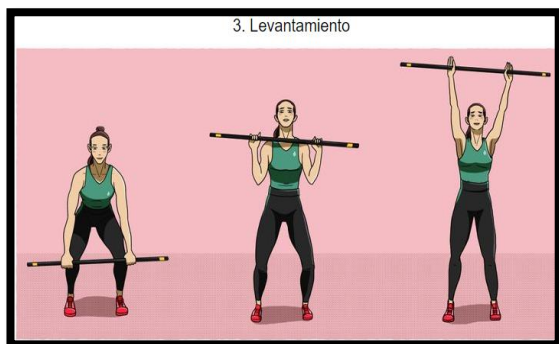
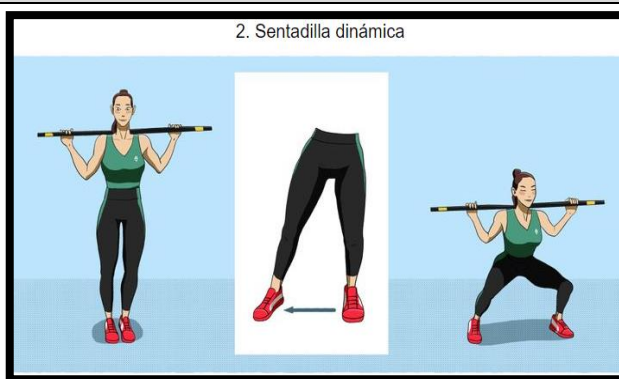
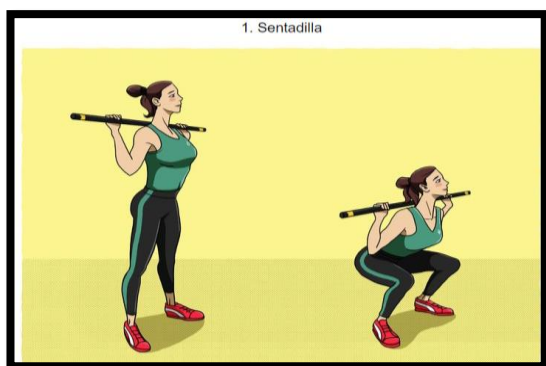
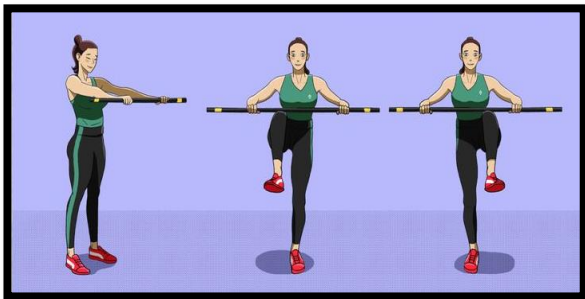


<b>Docente</b>	<b>Nelson González</b>	<b>Grado</b>	Sexto
<b>Asignatura</b>	Educación Física		
<b>Correo electrónico de contacto</b>	<a href="mailto:nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co">nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co</a> <a href="mailto:monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co">monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co</a> <a href="mailto:andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co">andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co</a>		
<b>Fecha de envío</b>	10 de mayo del 2021	<b>Fecha de entrega</b>	14 de mayo del 2021
<b>Tiempo de ejecución de la actividad</b>	2 hora		
<b>Tema</b>	Trabajo físico por rutinas con elementos		

### Contextualización





Las rutinas físicas son combinadas con elementos con el propósito de ayudar a dinamizar el trabajo ejecutado, mejorando su movilidad articular y su condición física por rutinas controladas.

### Descripción de la actividad sugerida

- 1-Realizar la rutina que se encuentra en la contextualización controlando cada uno su ritmo de salto, tener en cuenta que el calentamiento es importante, para no sufrir lesiones.
- 2-Anexar evidencia fotográfica de lo realizado en la asesoría virtual

### Web grafía/material fotocopiado (Anexo)

Contextualización tomada de  
<https://genial.guru/inspiracion-consejos/20-ejercicios-sencillos-con-el-palo-de-escoba-para-gluteos-abdomen-y-piernas-1032310/>

### Criterios de Evaluación

1. Anexar evidencia fotográfica de lo realizado en la asesoría virtual.