

## **TRABAJO PRÁCTICO N°4**

### **EDUCACIÓN FÍSICA**

#### **5to GRADO**

Seguimos trabajando con el cuerpo ,te propongo que analices la siguiente pose y trates de realizarla solo con las indicaciones que te doy a continuación:

1) -Acostado en el piso, en decúbito dorsal, la planta del pie derecho apoyada en el piso y la rodilla correspondiente flexionada.

-La pierna izquierda extendida en forma vertical con la planta del pie mirando hacia el techo

. -El brazo derecho extendido la palma de la mano apoyada en el piso a la altura de la cadera.

-El brazo izquierdo extendido hacia atras con el dorso de la mano apoyado en el piso.

-La cabeza, tambien apoyada en el suelo con la vista dirigida hacia el pie izquierdo

¡Listo! ¿Lo lograste? registrá la pose que realizaste con un dibujo o foto. Si podés leele estas indicaciones a alguien a ver si pueden lograrlo como vos.

2) ¿podés describir esta pose? Recordá que tenes que describir la posición de cada parte del cuerpo ya que una persona que no esté viendo el dibujo debería realizarla sin dificultad.



3) Creá tu propia pose y describila. Estaría muy bueno que puedas intercambiar con tus amigos las poses creadas a ver si pueden reproducirlas. Siempre quedándote en casa.

Es todo por hoy te mando muchos coditos y espero que podamos encontrarnos pronto.

*Ceci*