

EDUCACIÓN física

1- Disciplina que se centra en diferentes movimientos corporales para perfeccionar, controlar y mantener la salud física y mental

- 2-
- Saltar cuerda
 - Bailar
 - Yoga
 - Juegos de patio y equilibrio
 - Rutinas
 - Deportes

beneficios =

- Habilidades motoras básicas: correr, saltar, etc.
- Salud física y mental
- Socialización

3- Diseñar, programar, impartir y evaluar el aprendizaje; promueve la conciencia y expresión corporal, hábitos saludables y valores musculares

- Salud física y mental
- Saltar cuerda
 - Bailar
 - Yoga
 - Juegos de patio y equilibrio
 - Rutinas
 - Deportes

beneficios =

- Habilidades motoras básicas: correr, saltar, etc.
- Salud física y mental
- Socialización

3.- Diseñar, programar, impartir y evaluar el aprendizaje; promueve la conciencia y expresión corporal, hábitos saludables y valores

- 4.-
- Fuerza muscular
 - Flexibilidad
 - Resistencia
 - Equilibrio