

Educación Física 2° medio / Unidad 2 / OA 1;2 / Actividad 8

8. Deportes de colaboración - Escalada

Los y las estudiantes crean un recorrido en el cual cada vez que el escalador o la escaladora sube cinco piezas, debe soltar los pies y quedar colgando de los brazos por cinco segundos. Después retoma la posición de los pies y sube cinco piezas más.

Observaciones a la o el docente

Estas actividades son muy atractivas para los y las jóvenes, por lo que se sugiere darles información para que puedan continuar practicándolas fuera del horario escolar. A fin de lograr este objetivo, se sugiere ingresar a <http://www.casaboulder.cl>