

PASOS A SEGUIR EN TRABAJOS

- Formar grupos de hasta 4 compañeros.
- Elegir un tema que os motive para preparar una clase.
- Ejemplo: Pilates, Espalda Sana, Yoga, Tai chi, Chi Kung, Hipopresivos, Aerobic, Juegos, circuito de condición física, algún tipo de baile, algún deporte poco trabajado en cursos anteriores...
- Buscar información. Podéis utilizar videos de youtube...
- Apuntarse en el departamento de Educación Física.
- Pequeño comentario sobre 3 o 4 videos o recursos consultados: *ideal para empezar, o excesivamente rápido, o...*
- Preparar una sesión de clase de **iniciación** al tema elegido de 15' mínimo a 40' máximo
- La dirigiréis a los compañeros o...
- Podéis preparar video o utilizar uno existente en la web y aprovechar para hacer las correcciones a los compañeros mientras siguen el video.