

## Clase 4 Natación 1 “A” Alejandro Fonseca

Vamos a trabajar sobre la técnica de espalda en forma teórica. Para ello tendrás que investigar y completar los siguientes conceptos:

Estilo espalda:

Posición inicial de estilo espalda:

Movimiento de piernas de estilo espalda:

Movimiento de brazos de estilo espalda:

Coordinación de estilo espalda:

Luego vamos a ver el siguiente video que se llama:

Aprende las técnicas y movimientos básicos | Nadar de espaldas

<https://www.youtube.com/watch?v=tbwFnGfh0X8>

**IMPORTANTE: En base a todo lo antes trabajado vamos a realizar el siguiente juego, pero es muy importante que vean el video antes de realizarlo porque muchas preguntas están incluidas en él.**

**También anotar su nombre completo antes de empezar a jugar para que me aparezcan sus nombres en la plataforma y poderl@s evaluar.**

quizizz.com/join?gc=1995504

Mucha suerte y espero que estén bien!!!