

## Educación Física y Salud 1º medio / Unidad 2 / OA1;2 / Actividad 5

### Escalada

5. Las alumnas y los alumnos se distribuyen en dos hileras en cada lado de un muro de escalada de fácil nivel, para que dos escaladores o escaladoras suban al mismo tiempo, se junten en un punto del centro y bajen, también por el centro del muro, lo más rápido posible sin caer. Además, responden preguntas como: ¿qué medidas de seguridad conoces que se aplican en la escalada?

#### Observaciones a la o el docente

Aunque es difícil contar con un muro en cada escuela, invitamos a los y las docentes y a los y las jóvenes a construir uno con material de desecho, por ejemplo, neumáticos. Para informarse sobre esta propuesta, se sugiere revisar <http://unlugarparaconvidar.blogspot.com/>.