# Ruta de trabajo.

Clase Ed física. (Cuarto básico)
OBJETIVO DE TRABAJO
Aplicar reglas y principios de juegos predeportivos. Incorporar responsabilidad y honestidad al juego; asumiendo roles en éste. Respetar las decisiones de la autoridad.
Rayuela africana (nivel 1 y 4)

OA 06 Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales.

OA 11 Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: participar en actividades de calentamiento en forma apropiada; escuchar y seguir instrucciones; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad; asegurar que el espacio está libre de obstáculos.

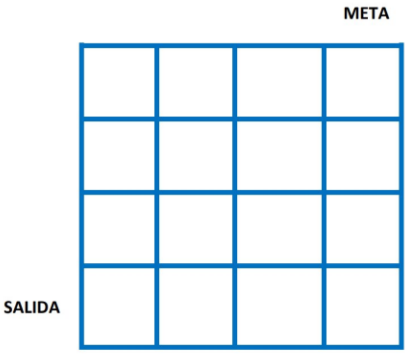
AO 9 Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física.

1. La clase se realiza los miércoles desde las 10:50 a las 12:10.

2. **En esta clase veremos si te aprendiste el nivel 1 Y 4 de la rayuela africana, por lo que necesitamos una cuadricula en el piso de scotch de papel de 1,20 x 1.20 con 16 cuadrados en su interior de 30 x30 debías practicar con el video de la semana pasada y tendrás que mostrármela en clases ya sea por zoom o presencial.**

3. Los que **no** estén en la clase zoom de esta semana o de manera presencial deben enviar la evidencia como lo hemos hecho todas las semanas (video realizando con los saltos en la cuadrícula) y enviármelo al buzón de tareas (clase 31) o correo mhuenuanca@emmanuel.cl, **NO SE RECIBIRÁN REPORTES POR WHATSAPP,** está evaluación es el control 2 del proceso 4, si no estás en clases debes presentar un certificado médico para que tu nota parta del 7.0 de lo contrario partirá del 5.0

4. ATENTOS A LOS MATERIALES QUE DEBES TENER PARA LA CLASE, para esta semana (Cuadrícula de scotch de papel de las medidas que se dieron)




¡Disfruta de tu clase de la semana! Tía Soledad.