

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.

Desafíos por zoom

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. En esta nuestra última clase práctica realizaremos desafíos a través de un juego por zoom, así que necesitamos estar con ropa cómoda y ubicarnos en un espacio donde puedan ver mi desafío (esta semana todos por zoom) esta clase será registrada como evaluación de participación.

Esta semana no tendremos buzón de tarea ya que todos deben participar de la clase de zoom

2. No hay materiales, solo ocuparemos nuestro cuerpo.



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