

Asignatura: Educación Física y Salud

Nombre del docente: Rodrigo Retamal Carreño

Curso: 5° Básico.

Fecha: 21/09/2020 al 04/10/2020

#### **Guía N°4 de Priorización Curricular**

Unidad: Vida Activa y Saludable.

OA: 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, estableciendo metas de superación personal.

Realizar de forma práctica en el hogar un trabajo específico de 7 juegos o pruebas a modo de desafío, este trabajo se realiza 2 vez por cada sesión y se realizan 2 sesiones durante estos 15 días.

A través de 7 videos realizados por el profesor Rodrigo Retamal Carreño, los cuales serán enviados a los apoderados vía whatsapp, cada apoderado y alumno podrá ver exactamente lo que deben ejecutar de forma práctica y replicarlo de la mejor forma posible. En este trabajo ocuparemos diversos materiales los cuales pueden ser reemplazados por cualquier elemento que se disponga en cada hogar y pueda cumplir la misma función.

NOTA: El trabajo debe ser grabado en su totalidad (2 sesiones), posteriormente debe ser enviado y entregado al profesor a más tardar el 4 de Octubre mediante Whatsapp o Email a [rodrigo.retamal@liceoelvirasanchez.cl](mailto:rodrigo.retamal@liceoelvirasanchez.cl)

\*En caso de cualquier duda llamar o comunicarse al número +56979634156 (Numero del profesor).