



Asignatura: Educación Física y Salud

Nombre del docente: Rodrigo Retamal Carreño

Curso: 4° Básico.

Fecha: 12/10/2020 al 25/10/2020

### **Guía N°5 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, mejorando sus resultados personales.

Realizar de forma práctica en el hogar un trabajo específico de 7 juegos o pruebas a modo de desafío, este trabajo se realiza 1 vez por cada sesión y se realizan 4 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 (4 sesiones), posteriormente debe ser enviado y entregado al profesor a más tardar el 25 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).