

## INSTRUCCIONES PARA TRABAJAR

PROFESOR(A)	JAVIER AVILA – MARÍA ALEJANDRA LA PAZ
ASIGNATURA	EDUCACIÓN FÍSICA
NIVEL	5° Y 6° BÁSICO ( DAMAS Y VARONES)
OBJETIVO	<ul style="list-style-type: none"><li>• CORREGIR GUÍA N° 2</li><li>• EJECUTAR PLAN DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL BÁSICO.</li></ul>

### INSTRUCCIONES (Indicar actividades, las de página en que se encuentran u otro detalle relevante)

GUÍA N° 3.

- CORREGIR GUÍA N° 2
- EJECUTAR PLAN BÁSICO DE ENTRENAMIENTO PARA EL HOGAR

### MATERIAL DE APOYO (Incluya link de videos, páginas web u otros recursos que ayuden a trabajar este contenido)

Calentamiento previo para los ejercicios de la semana

Link de apoyo:

<https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8>

<https://www.youtube.com/watch?v=FP0wgVhUC9w>