

INSTRUCCIONES PARA TRABAJAR

| | |
|-------------|---|
| PROFESOR(A) | JAVIER AVILA |
| ASIGNATURA | EDUCACIÓN FÍSICA |
| NIVEL | 5° Y 6° BÁSICO (DAMAS Y VARONES) |
| OBJETIVO | EJECUTAR PLAN DE ENTRENAMIENTO BÁSICO PARA EL HOGAR |

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

Clase n° 6

- EJECUTAR PLAN DE ENTRENAMIENTO PARA EL HOGAR DE MANERA SISTEMÁTICA (IDEAL 3 VECES POR SEMANA)
- ENTENDER EL SENTIDO DE LA PRÁCTICA CONSTANTE DE ACTIVIDAD FÍSICA
- LA IMPORTANCIA DE DESARROLLAR LAS CAOPACIDADES FÍSICAS, PARA NUETRA VIDA COTIDIANA
- RESPONDER BREVEMENTE EN TU CUADERNO , LAS PREGUNTAS EXPRESADAS EN EL PPT

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

| |
|--|
| |
|--|