** Colegio República Argentina**

**O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332**

**Rancagua**

***OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE EDUCACION FISICA Y SALUD***

***PARA QUINTO AÑO***

|  |
| --- |
| Nombre: |
| Curso: Fecha : |
| Unidad Nº4: JUEGOS PREDEPORTIVOS  **OA6**  [Habilidades motrices básicas](https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/w3-article-21048.html)  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.  **OA9**  Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar una ropa distinta para la clase, mantener una correcta postura, utilizar protectores solares e hidratarse con agua antes, durante y después de la clase. |

**Instrucciones.**

Lee atentamente los siguientes textos, comenta con tu familia o un adulto responsable, luego desarrolla la guía de actividades y finalmente las tareas.