



TAREA EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD CURSO: 5° BÁSICO SEMANA 31 - 32

Miriam Pizarro Profesora de Ed. Física y Salud miriam.pizarro@colegiorepublicaargentina.cl

Nombre:

Curso:

Fecha: del 26 de octubre al 6 de noviembre

. OA6 **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.

TIKET DE SALIDA

TICKET DE SALIDA

1. ¿Que son las capacidades físicas?
 - A. Factor que determina la condicion fisica
 - B. Conjunto de capacidades
 - C. Son las habilidades
 - D. Niniguna de las anteriores

TICKET DE SALIDA

- 2.-¿ cuales son las capacidades físicas?
 - A. Velocidad -flexibilidad- girar- caminar
 - B. Velocidad -flexibilidad – resistencia – fuerza
 - C. Velocidad -flexibilidad – resistencia – coordinacion
 - D. Velocidad -flexibilidad – bailar– fuerza

TICKET DE SALIDA

- 3.- ¿cuál es nuestro soporte para tener una buena postura?
 - A. Las piernas
 - B. La columna
 - C. El cuello
 - D. Los pies



NOS VEMOS LA PRÓXIMA CLASE REMOTA SINCRONICAS ;!!!!