



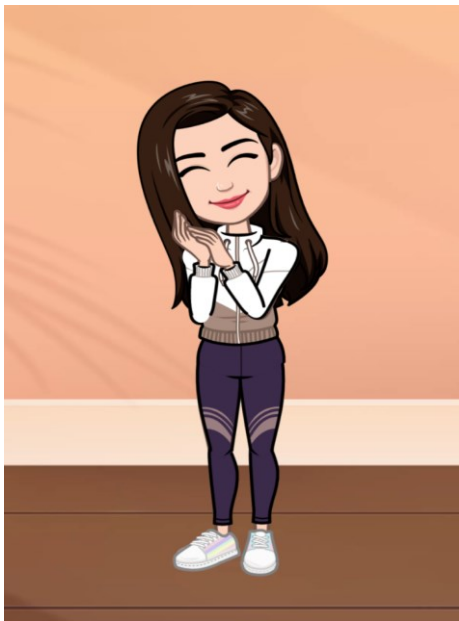
DOCENTE: DANIELA MORALES

ASIGNATURA: ED. FISICA Y SALUD

¿Que trabajaremos esta semana? Unidad 3: Danza y juegos

SEMANA 26
CLASE 10-09-2021

8°
BASICO



"Tú tienes sueños,
nosotros las
herramientas"

| OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|---|
| <p>EF08 OA 01</p> <p>Aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una danza (folclórica).</p> <p>EF08 OA 03</p> <p>Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Exposición y preguntas sobre lo que se vera en clases. • Calentamiento general (toma de pulso) • Calentamiento específico. • Parte principal: enseñanza de baile de la zona sur y nuestro baile nacional. • Elongación. • Retroalimentación e higiene. |
| MATERIALES | OBSERVACIONES |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ropa deportiva ejemplo: buzo, calzas, short y zapatillas. • Botella o vaso con agua. • Pañuelo. • Toalla. | <ul style="list-style-type: none"> • Importante, cada uno se autorregula, se respeta el ritmo de trabajo individual. • Recordar que todas las actividades, trabajos y evaluación están en clasroom. |