

Guía de trabajo

Nombre docente:	Angélica Hinojosa angelica.hinojosa@colegio-eduardodegeyter.cl		
Curso:	1 año Básico		
Guía número	Asignatura	Objetivo de Aprendizaje contemplado	Indicador de evaluación
20	Educación física y salud	OA6- Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos.	Reconocer conceptos de las capacidades físicas

CUADRO DE INSTRUCCIONES

- 1- **Lee todas las instrucciones**
- 2- **Identifica los conceptos aplicados en la clase anterior**
- 3- **Identifica los conceptos y o materiales utilizados**
- 4- **Responde las preguntas de selección múltiple de tu ticket de salida.**

GUIÓN METODOLÓGICO

1. Para responder el siguiente ticket de salida de manera digital deberás ingresar junto a tu apoderado/a al link de formulario google. Luego pinchar sobre el link del Ticket de salida 20. Una vez abierto el link de acceso, comienza responder tu ticket de salida. Una vez que selecciones las alternativas, ve al botón de la izquierda de la pantalla y pincha ENVIAR.

1°A y 1°B	https://forms.gle/DH6K9UoQCidgTcte8
-----------	---

- 2- **Algunos conceptos que pueden facilitar tu comprensión de lo que debes responder son:**

Resistencia: La **resistencia** es una de las capacidades físicas básicas, particularmente aquella que nos permite llevar a cabo una actividad o esfuerzo durante el mayor tiempo posible

Velocidad: La **velocidad** es la capacidad física que nos permite llevar a cabo acciones motrices en el menor tiempo posible

Circuito: El **circuito** de acción motriz o **circuito** de entrenamiento es un conjunto de actividades físicas que tienen como objetivo condicionar la resistencia y la velocidad de un individuo.