



## Guía de trabajo 16

<b>Nombre docente:</b>	<b>CHRITOPHER ALEJANDRO RUBILAR CATALAN</b>	
<b>Curso:</b>	<b>7° año Básico</b>	
<b>Guía número</b>	<b>Asignatura</b>	<b>Objetivo de Aprendizaje contemplado</b>
<b>16</b>	Educación física y salud	Vida Activa y Saludable OA 3: Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando: • Frecuencia • intensidad • tiempo de duración • tipo de ejercicio.

### CUADRO DE INSTRUCCIONES

Para realizar la tarea N° 16

- 1- Lee atentamente las intrusiones y procede a desarrollar la guía número 16.
- 2- Recuerda y asocia contenidos vistos anteriormente para desarrollar la tanda de preguntas en modalidad verdaderas o falsas. ( se deben justificar las alternativas falsas)
- 3- Una vez que hayas analizado el folleto, comienza a crear tu obra de arte en el cuaderno de asignatura, recuerda que es importante que sigas las reglas del folleto.
- 4- Una vez que hayas terminado la actividad, **debes sacar una fotografía de lo que realizaste**, luego mandarlo al correo del profesor de asignatura, es importante que agregues **TU NOMBRE Y APELLIDOS, ADEMÁS DEL CURSO AL QUE REPRESENTAS.**



### GUIÓN METODOLÓGICO

- En esta tarea realizaremos una tanda de preguntas verdaderas y falsas, con la finalidad de reforzar los contenidos anteriores.
- **No es necesario** que imprimas este documento, la idea es que lo desarrolles en tu **CUADERNO**.
- Luego de finalizada la actividad, debes sacar una fotografía de lo realizado y mandarlo a mi correo docente: [christopher.rubilar@colegio-educardodegeyter.cl](mailto:christopher.rubilar@colegio-educardodegeyter.cl)

**¡¡QUE TENGAS UNA EXCELENTE SEMANA!!**