



## Guía de trabajo 15

<b>Nombre docente:</b>	<b>CHRITOPHER ALEJANDRO RUBILAR CATALAN</b>	
<b>Curso:</b>	<b>8° año Básico</b>	
<b>Guía número</b>	<b>Asignatura</b>	<b>Objetivo de Aprendizaje contemplado</b>
<b>15</b>	Educación física y salud	<b>Vida Activa y Saludable</b> OA 4: Practicar regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad.

### CUADRO DE INSTRUCCIONES

Para realizar la tarea N° 15

- 1- Lee atentamente las intrusiones y procede a desarrollar la guía número 15.
- 2- **Analiza** el folleto referencial de “ 7 beneficios de la actividad física”
- 3- Recuerda y asocia contenidos vistos anteriormente para desarrollar un folleto creado por ti, este folleto debe **contener 7 beneficios** visto en clases, además debes agregar **colores y dibujos** referenciales de cada **beneficio. (como se presenta en el folleto referencial)**
- 4- 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.
- 5- 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 crearemos un folleto informativo de los beneficios que aporta la actividad física.
- **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-educododegeyter.cl](mailto:christopher.rubilar@colegio-educododegeyter.cl)

### CONCEPTOS IMPORTANTES

Recordar los beneficios de la actividad física vistos en clases anteriores.

En este link puedes encontrar diversos beneficios que aporta el desarrollo de la actividad física en las personas, este material se ha visto en clases anteriores.

<https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/exercise/art-20048389>

**¡¡Que tengas una excelente semana!!**