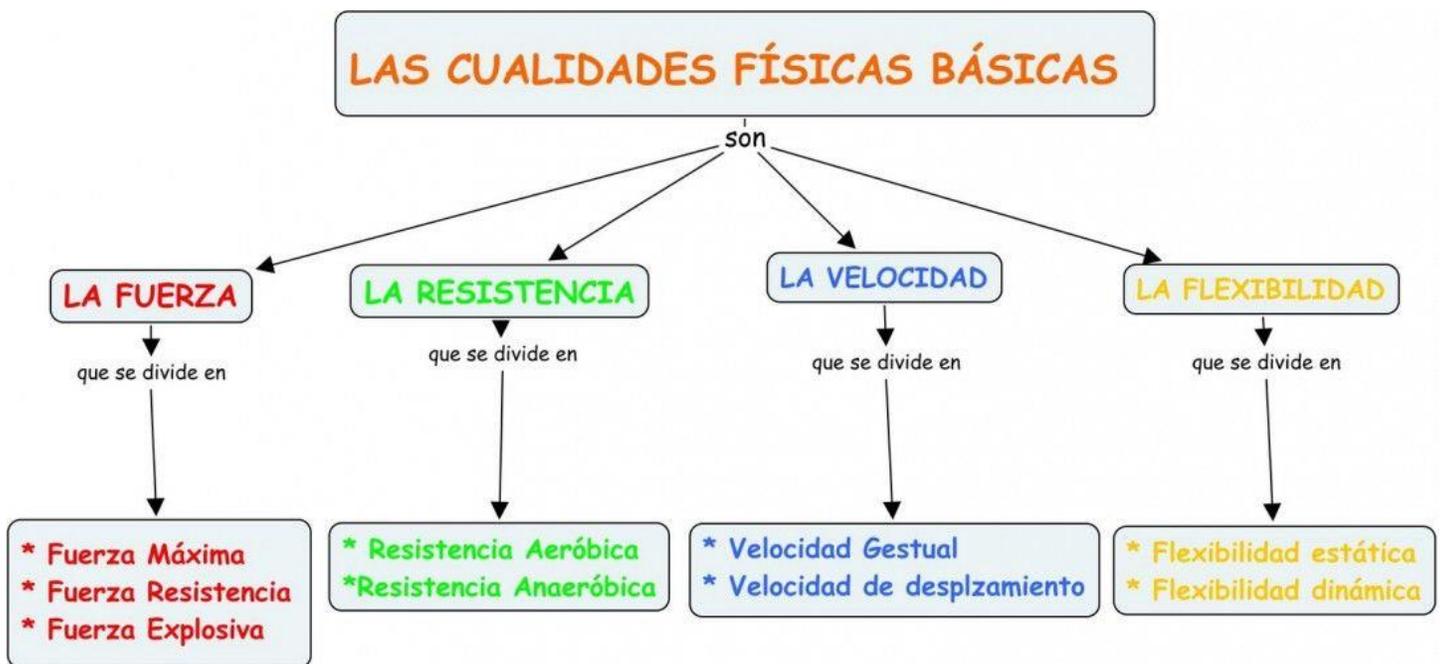


EDUCACIÓN FÍSICA & INICIACIÓN

EDUCACIÓN FÍSICA 8°

- **OBJETIVO:** Clasifica los elementos para realizar actividad física con las condiciones de seguridad necesarias para transformar la corporalidad de cada uno.
- **INDICADOR:** Realizo síntesis de las características de la actividad física y las posibilidades de mejora constante dentro del potencial humano para el movimiento.

EJERCICIO FÍSICO PARA LA MEJORA DE LA CORPOREIDAD



Realizar una indagación a cerca de cada concepto de las capacidades físicas y a partir de ello generar actividades para trabajarlas de acuerdo a lo estipulado mas adelante en las actividades.

EDUCACIÓN FÍSICA
DESARROLLA AQUÍ LAS ACTIVIDADES DE LA GUÍA 10

Desarrolla la actividad con los elementos de seguridad pertinentes, tomando nota de los resultados, calentando antes de cada trote con una caminata de 5 minutos.

DÍA	CONDICION FISICA	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
1	HABILIDAD - FLEXIBILIDAD	
2	COORDINACION - FLEXIBILIDAD	
3	HABILIDAD - FLEXIBILIDAD	
4	VELOCIDAD – FLEXIBILIDAD	
5	FUERZA – FLEXIBILIDAD	
6	COORDINACION – FLEXIBILIDAD	

¿Qué elementos usaste para realizar la actividad?	
A través de la práctica de actividad física ¿qué beneficios mentales has experimentado?	
A través de la práctica de actividad física ¿qué beneficios físicos has experimentado?	
Como te sentiste día a día	

PARA QUIENES NO ESTÉN EN LISTA DE TRABAJO ESCRITO DEBEN ENVIAR EVIDENCIA FOTOGRAFICA DEL TRABAJO REALIZAD