



## Orientaciones para trabajo semanal a distancia

<b>Profesor: JUAN GOYA ARAVENA</b>
<b>Teléfono: ----</b> <b>Correo: <a href="mailto:jgoya@mlbombal.cl">jgoya@mlbombal.cl</a></b>
<b>Asignatura: Educación Física</b> <b>Curso: 1º – 2º Medio</b> <b>Semana: 29 de Junio</b>
<b>Objetivo de Aprendizaje:</b> Participar y promover una variedad de actividades físicas y/o deportivas de su interés y que se desarrollen en su comunidad escolar y/o en su entorno.
<b>Objetivo de la Clase:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Que los estudiantes conozcan el procedimiento de calentamiento previo a la actividad física.</li></ul>
<b>Indicaciones para el trabajo del estudiante:</b>
<p>Los estudiantes mediante la observación del apoyo audiovisual conocerán y aplicarán el procedimiento de calentamiento previo en sus hogares.</p> <p><b>Puntos a analizar en la clase:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Movilidad articular</li><li>➤ Elongación</li></ul> <p><b>Apoyo audiovisual</b> <b>Calentamiento Previo:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LD37ZYzcJZO">https://www.youtube.com/watch?v=LD37ZYzcJZO</a></p>