

Orientaciones para trabajo semanal a distancia

|  |
| --- |
| **Profesor: JUAN GOYA ARAVENA** |
| **Teléfono: ---- Correo:** **jgoya@mlbombal.cl** |
| **Asignatura: Educación Física Curso: 4ºA – 4ºB - 4ªC -4D Semana: 5 de Octubre** |
| **Objetivo de Aprendizaje:** Diseñar y aplicar un plan de entrenamiento para mejorar su rendimiento físico, considerando sus características personales y funcionales. |
| **Objetivo de la Clase:** Que los estudiantes conozcan el procedimiento para realizar unacorrecta ejecución de los ejercicios de SALTO A PIES JUNTOS dentro de la actividad física. |
| **Indicaciones para el trabajo del estudiante:** |
| Los estudiantes mediante la observación del apoyo audiovisual conocerán y aplicarán el procedimiento correcto de la ejecución del SALTO A PIES JUNTOS.**Puntos a analizar en la clase:*** **Salto a pies juntos.**

**Apoyo audiovisual:****1. Salto a pies juntos con variantes. https://**[**www.youtube.com/watch?v=Nl5OFI0e0Gs**](http://www.youtube.com/watch?v=Nl5OFI0e0Gs) **https:**[**//w**](http://www.youtube.com/watch?v=HaSUb99iRHs)**ww**[**.youtube.com/watch?v=HaSUb99iRHs**](http://www.youtube.com/watch?v=HaSUb99iRHs) |