



TRABAJO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Curso: 5° Básico

Objetivo: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, estableciendo metas de superación personal.

Trabajo: Video de Baile

Instrucciones: Lo principal de esta actividad es mantenernos activos durante estas semanas

1. Los estudiantes deben copiar y grabar coreografía (video) de uno de los link que se dan en el punto N° 2.
2. Debes elegir una de las opciones
 - a) <https://www.youtube.com/watch?v=00n6yL4kMZU&list=RDIP-CQ7w3UkU&index=5>
 - b) <https://www.youtube.com/watch?v=IWXmagZ-QMU>
 - c) https://www.youtube.com/watch?v=xEH_5T9jMVU
 - d) Elegir una coreografía en tik-tok (no importa la duración)
3. En el video deben participar mínimo 2 familiares.
4. Criterios a Evaluar:
 - a) Coordinación
 - b) Participación de la familia
 - c) Grabación visible adecuadamente
 - d) Audio, se escucha adecuadamente
 - e) puntualidad

Correo: mrojas@clsb.cl

Watsapp: +56991699746