

Guía de trabajo de Ed. Física y Salud 5° Básico

Nombre: Semana: 23-27 Marzo

Curso:

Habilidades Motrices: I Unidad (clase 2)

1.-Con respecto a las diferentes definiciones y conceptos que vemos a menudo durante la clase, define los siguientes términos:

**Fuerza:**

**Velocidad:**

**Elongación:**

**Resistencia:**

**Rendimiento Motor:**

2.- Señala 2 ejercicios en los cuales trabajes la fuerza, velocidad, elongación, resistencia y rendimiento motor.

3.- Diseña y ejecuta un circuito de 4 estaciones en donde puedas aplicar los 4 primeros conceptos de la tarea n° 1.

4.- Ticket de Salida

¿Qué fue lo más fácil de realizar en la guía?

¿Qué fue lo que más te costó hacer?

¿Qué aprendiste haciendo éste trabajo?

  **Carla González Camilo**

 **Profesora de Ed.Física y Salud**