

## Guía de trabajo Educación Física y Salud

### sexto básico

Profesor Bastian Villarreal

### UNIDAD 1

<p>OA2: Ejecutar juegos colectivos y deportes que requieran tomar decisiones y evaluar las estrategias utilizadas para perfeccionar su juego; por ejemplo: aplicar las orientaciones dadas por el entrenador durante el tiempo solicitado o parcial reglamentado durante el juego</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfeccionan su desempeño motriz en juegos individuales y colectivos</li> </ul>
<p>OA9 Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como ducharse después de realizar actividad física, utilizar una ropa distinta para la clase, mantener una correcta postura, utilizar protectores solares e hidratarse con agua antes, durante y después de la clase.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guiados por el docente, describen las consideraciones nutricionales para la actividad física.</li> <li>• Identifican la importancia de mantener hábitos de higiene personal y grupal.</li> <li>• Identifican la importancia de tener una correcta hidratación durante el ejercicio físico.</li> </ul>

#### ACTIVIDAD

Realizar a través del siguiente link actividades relacionadas a la **higiene y deportes**.

En el link saldrán imágenes y actividades a realizar de manera interactiva en sus computadores, para iniciar solo tiene que pinchar el nombre **deportes** y saldrá un menú de actividades relacionado a este. (Para avanzar en el siguiente punto vuelva abrir el link).

#### LINK DE ACTIVIDADES

<https://clic.xtec.cat/projects/efisica4/jclic.js/index.html>

ATENCIÓN SI ESTE DOCUMENTO NO ABRE, COPIAR ESTE LINK Y PEGAR EN EL BUSCADOR GOOGLE.