

## Guía nº1

# Actividad física

Nombre: \_\_\_\_\_ Curso: 3º \_\_\_\_\_

### Objetivos a trabajar:

OA\_11: Practican actividades físicas, demostrando comportamiento seguros como: participa en actividades de calentamiento en forma apropiada

### Indicadores de evaluación

11.2 conocen medidas de prudencia adecuadas en la práctica de ejercicio físico

11.5 Identifican los lugares aptos para la realización de actividad física y descartar aquellos que pueden ser riesgosos.

Pinta las actividades físicas que fortalecen más tu corazón. Comente

