EDUCACIÓN FÍSICA GUÍAº9 – Cs. del ejercicio físico **Educación física y salud**

Brian Mejías
bmejias@soceduc.cl

GUIA N°: 10
NIVEL DE TRABAJO: Ciencias del ejercicio físico
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE: • OA 1 Practicar una variedad de actividades físico-deportivas que sean de su interés, respetando sus necesidades e individualidades. • OA 2 Evaluar las adaptaciones agudas y crónicas que provoca el ejercicio físico para comprender su impacto en el rendimiento físico y deportivo. ➢ .
DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD: Realizaran formulario google, según los concepto trabajados en clases.