GUIA 2
FECHA DE EJECUCION: 27 **al 08 de octubre 2021 semana 3 y 4 del periodo**
AREA: Educación Física, Recreación y Deporte.
PERIODO: 4
GRADOS A QUIEN ESTA DIRIGIDA LA ACTIVIDAD: 6º y 7º
DESEMPEÑO: Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.
PROFESOR: Camilo Vallejo y Laureano Ruiz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenemos en casa.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Pasos:

1. Vista el canal de YouTube del profesor Camilo Vallejo Duque
https://www.youtube.com/user/deportecamilovallejo/videos

https://www.youtube.com/watch?v=YsuwF4t8sOo

https://www.youtube.com/watch?v=k7aQNttVdNA

2. Realiza uno de los entrenamientos que se encuentran en los canales
Nota:
- Alumnos que asisten al colegio de forma presencial: realizar 1 entrenamiento.
- Alumnos que no asisten al colegio y siguieron trabajando de forma virtual: realizar 2 entrenamientos.

3. Reporta tu entrenamiento en el siguiente formato.

Escribe acá el número del entrenamiento que realizo:

FC inicial	FC final	Frase del día	Foto donde te vez entrenado