



## Guía N° 18

### Habilidades Motrices

|  |
|--|
| Asignatura: Educación Física y Salud   |
| Nivel: Cuartos Básicos   |
| Profesora: Erika Paredes Valdés  |
| <b>Habilidades Motrices</b><br>Objetivo: OA1<br>Demostrar capacidad para ejecutar diversos ejercicios de equilibrio estático.  |
| <b>Vida Activa y Saludable</b><br>Objetivo: OA 6<br>Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales. |
| Consultas Correo: erikaparedesvaldes@gmail.com   |



**Junto a un adulto cercano revisa el siguiente LINK CON TUS EJERCICIOS DE LA SEMANA:**

<https://youtu.be/WtrhcYaCRyg>

**¡¡SALUDOS AFECTUOSOS, QUE TE ENCUENTRES BIEN JUNTO A TU FAMILIA!!**