



## GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA N° 1 y 2 EJE: HABILIDADES MOTRICES – O.A.1 CUARTOS BÁSICOS

NOMBRE:	CURSO:
---------	--------

**Lee las siguientes indicaciones de trabajo práctico**

### INSTRUCCIONES

Los alumnos deben fabricar un calendario en un cuaderno u hoja de block pequeña, según el formato entregado, el cual marcarán diariamente, llevando así un registro de **su higiene, alimentación saludable y actividades físicas** realizadas durante este período.

Este trabajo debe ser semanal (un registro por semana), el cual al volver a clases deberán presentar en una carpeta junto a los demás trabajos asignados en este tiempo.

***Nota:** El cuento corresponde (de ser posible) a la lectura complementaria correspondiente al mes.*

### REGISTRO DE ACTIVIDADES SEMANALES

	Lavarse los dientes después de cada comida	Comer 3 frutas	Comer 2 verduras	Tomar agua	Leer un cuento	Practicar actividad física	Actitud positiva	Cuarto ordenado antes de dormir
 Lunes								
Martes								
Miércoles								
Jueves								
Viernes								
Sábado								
Domingo								