



Curso 3° y 4° básico

SEMANA 1 17 AL 20 DE MARZO	Ed. Física y Salud	
	OA 8	Describir y registrar las respuestas corporales provocadas por la práctica de actividad física. Reconociendo los cambios que experimenta el organismo
	Actividad:	Lea atentamente las instrucciones que aparecen a continuación y realiza las actividades que se te indican

- I. Pincha el siguiente Link y observa con atención el video. Una vez visto, debes responder las siguientes preguntas en tu cuaderno. (Escribir pregunta y abajo la respuesta).

<https://www.youtube.com/watch?v=j9aX0Afqa6w>.

1. ¿Cuáles fueron las sensaciones corporales mencionadas en el video? Escribe y realiza el dibujo correspondiente a la sensación corporal.
2. Copia el siguiente recuadro en tu cuaderno y responde de acuerdo a las opciones planteadas en los tres recuadros (imagina como se sentiría un cuerpo si realizara cada una de las situaciones planteadas).

Muy cansado

Nada de

Un poco cansado

SITUACIONES	RESPUESTA
a) Bañarse y vestirse por la mañana.	
b) Salir a correr a una plaza a tu máxima velocidad.	
c) Subir corriendo un cerro sin detenerse.	