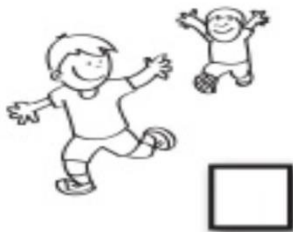
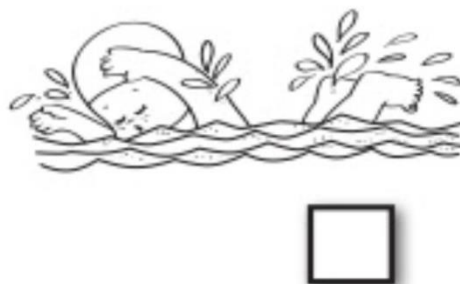


Guía de Aprendizaje N°3 Tercero y Cuarto Básico		
Nombre		Fecha:
OA6	Reconocer actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales.	
Indicadores	<ul style="list-style-type: none">• Clasifican actividades físicas, según intensidad, ya sea moderada o vigorosa.• Reconocen los tipos de intensidades que se pueden vivenciar por medio de la actividad física y de qué forma benefician al corazón.	

I. Observa las diferentes actividades físicas que representan los dibujos y escribe en cada cuadrado una L si es ligera la actividad. Una M si es moderada la actividad. Una V si es vigorosa.





II) Fortaleciendo el corazón. Pinta las actividades físicas que tú crees que fortalecen más tú corazón.



