



Colegio Isabel Riquelme  
Rancagua  
U.T.P  
Dpto. Educación Física y Salud  
Guillermo Lavado/ Natalia Montenegro

## GUIA DIGITAL NUMERO 5

### OBJETIVOS Y CONTENIDOS CONCEPTUALES

**ASIGNATURA:** Educación física y salud

**CURSO:** 2°

**FECHA:** 11 al 15 de mayo 2020

**DOCENTES:** GUILLERMO LAVADO

**Días de atención y consultas:** Martes, Jueves y Viernes de 12:00 hrs

**Correo:** Guillermo.lavado@colegio-isabelriquelme.cl

OBJETIVO APRENDIZAJE	CONTENIDOS
OA9: Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura y comer una colación saludable antes y luego de la práctica de actividad física	Hábitos de higiene y vida saludable
OBJETIVO CLASE	HABILIDADES
Reconocer acciones de autocuidado e higiene antes y después de realizar alguna actividad.	Reconocer Seleccionar