



Pauta Trabajo N°3

CURSO: 3ro Medio	FECHA: 06 – 04 – 2020
UNIDAD: 1°	CONTENIDO: Acondicionamiento Físico

Dada la contingencia nacional y mundial este último mes se nos ha privado de la oportunidad de salir con libertad a las calles por la cuarentena. A raíz de esto no hemos podido realizar nuestras clases de Educación Física con normalidad y se nos ha complicado mas de la cuenta. Por esto, quiero que usted como estudiante me cuente como ha sido su experiencia al realizar las actividades dentro de su hogar, con materiales nulos o adaptados, que dificultades se les presentaron y como pudieron resolverlas.

Trabajo.

- En una hoja responda las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo fue realizar las actividades que se le enviaron en la guía n°2?
 - ¿Qué obstáculos se encontró a la hora de realizar las actividades en casa?
 - ¿A su criterio, logro realizar las actividades con éxito?
 - ¿Qué fue lo que más le hizo falta para poder realizar las actividades?
 - ¿Considera que es posible realizar actividad física en su hogar de forma eficiente? Justifique su respuesta.
 - ¿Por qué es importante la actividad física durante este periodo de cuarentena?
 - ¿Cómo ha sido su experiencia durante la cuarentena y como la actividad física le ha ayudado o podría ayudarle?
 - ¿Qué cree que le hace falta en su hogar para realizar actividad física?
 - Cuénteme como ha sido su experiencia con la cuarentena y que es lo que mas extraña de realizar la clase de educación física.

Rubrica para evaluación.

- Responder las preguntas en una hoja (Escritas a mano o por computador)
- El trabajo debe poseer una portada (Nombre, curso, fecha)
- Debe tener una extensión de mínimo dos planas.
- Cada respuesta debe tener como mínimo tres líneas de desarrollo.