



ACTIVIDADES SEMANA
23 al 27 de marzo de 2020

Objetivo	Contenido
OA 6 Ejecutar 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, estableciendo metas de superación personal.	1.- Fuerza. 2.- Resistencia. 3.- Velocidad.
Objetivos de la Semana	
Ejecutar actividades que desarrollen la fuerza, resistencia y velocidad utilizando su propio peso corporal. Identificar deportes donde predomine la fuerza, resistencia y velocidad.	