



**ACTIVIDADES SEMANA**  
23 al 27 de marzo de 2020

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