



Colegio Ciudad Educativa
Educación parvularia, básica y media
RBD 18028-9
Camino a Las Mariposas N° 4109
Fono: +56 9 961 920 32
Chillán

Profesores:	Daniela Palma Valenzuela		
Correos:	dpalma@ccechillan.cl		
Instagram:	Profesora_danielapalma (sólo para consultas)		
CURSO	3º BÁSICO	CLASE VÍA ZOOM 3º A	MIÉRCOLES 28 DE OCTUBRE 11:00 HRS.
		CLASE VÍA ZOOM 3º B	MIÉRCOLES 28 DE OCTUBRE 12:00 HRS.
		Fecha entrega informe (sólo para quien NO participe de la clase VÍA ZOOM)	VIERNES 30 DE OCTUBRE (No se aceptarán atrasos, a menos que justifique con anticipación)
Objetivo de aprendizaje:	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, mejorando sus resultados personales.		
Instrucciones:	TENDREMOS CLASE VÍA ZOOM 😊. Para la clase debes considerar: <ol style="list-style-type: none">1. Vestir ropa deportiva.2. Tener botella con agua.3. Buscar un espacio dentro o fuera del hogar.4. Una colchoneta, piso yoga, alfombra o toalla, para tenderse en el piso (vuelta a la calma) Reglas para la clase: <ol style="list-style-type: none">5. Procure ingresar antes del comienzo de la clase.6. Recuerde tener la cámara encendida para ser evaluado.7. La clase durará 45 minutos.8. Se evaluará con nota máxima (7,0) al alumno o alumna que realice todo el ejercicio, sin detenerse, dando su mayor esfuerzo y que <u>NUNCA haya apagado la cámara</u>. Si tienes problemas de conectividad durante la clase, informarlo a mi correo (dpalma@ccechillan.cl).9. La clase sólo será guiada y de observación por parte de la profesora. Por ende, sino realizas todos los ejercicios durante la clase su calificación podría verse afectada.10. La Tía Asistente colaborará en la disciplina, asistencia, cámaras encendidas, verificará quienes tengan problemas de conectividad, registrará la hora de ingreso y anotará a quienes NO participen de la clase completa y activamente.11. Los alumnos sólo deberán practicar y seguir instrucciones.12. El alumno o alumna que NO cumple lo requerido para ser evaluado en la clase ZOOM será informado al finalizar la clase y deberá realizar el informe descrito a continuación.13. El alumno o alumna que NO pueda participar de la clase Zoom, por problemas de conectividad, hora a médico, que esté imposibilitado físicamente (lesiones), etc. debe realizar el informe descrito a continuación.		



Colegio Ciudad Educativa
Educación parvularia, básica y media
RBD 18028-9
Camino a Las Mariposas N° 4109
Fono: +56 9 961 920 32
Chillán

INFORME

(para quienes **NO** participen de la clase vía ZOOM)

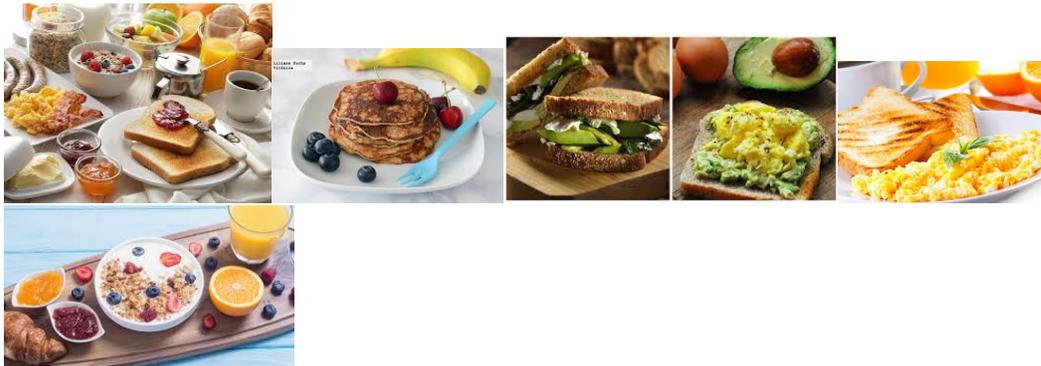
INFORME: (formato está más abajo)

- Debes mencionar a qué integrantes de la familia le preparaste tú desayuno saludable y realizarles una encuesta a máximo 3 de ellos.

DESAYUNO SALUDABLE:

- - Serás un “Master Chef”
- - Crearás un Desayuno saludable para la familia.
- - Lo dejaré a tú imaginación, puedes considerar: jugo natural, té, café, leche, yogurt, tostadas, paila de huevos, palta, frutas, galletas, cereales, frutos secos, mermeladas, etc.

Ejemplo:



- - Para más ideas puedes buscar en Google.
- - “Debes colocarle un nombre a tú Desayuno Saludable”
- - Tendrás que enviarme **una foto en la que salgas TÚ preparando tu Desayuno Saludable y otra en la que salgas TÚ con tu Desayuno Saludable terminado.**
- - Debes pedirle a un adulto que te acompañe para manipular cosas calientes, pelar y cortar.
- - Recuerda que debe ser un desayuno saludable, nada de dulces artificiales.
 - **MIRA abajo** para que imprimas el formato del informe ó lo hagas a mano en tu cuaderno de Ed. Física y Salud.



Colegio Ciudad Educativa
Educación parvularia, básica y media
RBD 18028-9
Camino a Las Mariposas N° 4109
Fono: +56 9 961 920 32
Chillán

“Informe Mi Desayuno Saludable”

Profesora Daniela Palma Valenzuela

NOMBRE: _____ CURSO: _____ FECHA: _____

NOMBRE DE MI DESAYUNO SALUDABLE: _____

MENCIONA TODOS LOS QUE PARTICIPARON DE TU DESAYUNO SALUDABLE:

ENCUESTA INTEGRANTES DE LA FAMILIA:

<p>NOMBRE: _____ PARENTESCO: _____</p> <p>¿Qué fue lo que más le gustó?:</p> <p>_____ _____ _____ _____</p> <p>¿Qué opina del Chef?</p>	<p>NOMBRE: _____ PARENTESCO: _____</p> <p>¿Qué fue lo que más le gustó?:</p> <p>_____ _____ _____ _____</p> <p>¿Qué opina del Chef?</p>	<p>NOMBRE: _____ PARENTESCO: _____</p> <p>¿Qué fue lo que más le gustó?:</p> <p>_____ _____ _____ _____</p> <p>¿Qué opina del Chef?</p>
---	---	---

MIS FOTOS: Debes sacarte 2 fotos:

1. YO, PREPARANDO (puede ser con la familia 😊)
2. YO, CON MI DESAYUNO TERMINADO (puede ser con la familia 😊)

Envíalas directamente a mi correo dpalma@ccechillan.cl y **NO** olvides **enviar 3 fotos en total** (preparando, desayuno terminado y el informe).

ATENCIÓN: TENDRÁS UN DOBLE 7,0 SI PARTICIPAS DE LA CLASE ZOOM Y TAMBIÉN REALIZAS EL INFORME 😊 😊 😊