



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		
CURSO	3º BÁSICO	CLASE VÍA ZOOM 3º A	MIÉRCOLES 11 DE NOVIEMBRE 11:00 HRS.
		CLASE VÍA ZOOM 3º B	MIÉRCOLES 11 DE NOVIEMBRE 12:00 HRS.
	Fecha entrega informe (sólo para quien NO participe de la clase VÍA ZOOM)	VIERNES 13 DE NOVIEMBRE	
Objetivo de aprendizaje:	OA 9: 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.		
Instrucciones:	<p>TENDREMOS CLASE VÍA ZOOM 😊.</p> <p>Para la clase debes considerar:</p> <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) <p>Reglas para la clase:</p> <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 Hábitos de vida saludable ”

(para quienes NO participen de la clase vía ZOOM)

Profesora Daniela Palma Valenzuela

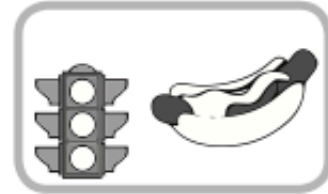
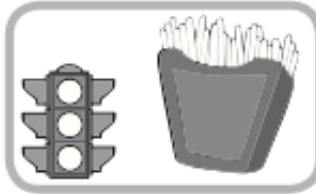
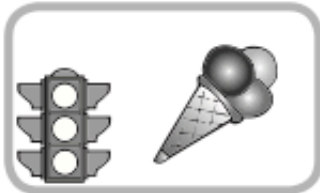
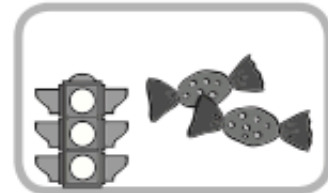
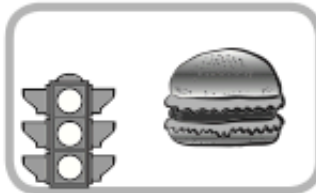
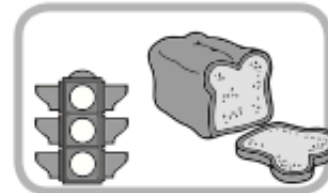
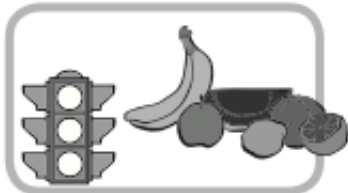
NOMBRE: _____ CURSO: _____ FECHA: _____

El semáforo de los alimentos

Pinta la luz del semáforo:



Roja → si debes comer ese alimento solo de vez en cuando
Amarilla → si debes comer ese alimento a menudo, pero no diariamente
Verde → si debes comer ese alimento todos los días



☺ Presta atención a la siguiente tarea (mira abajo)



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

MIS FOTOS: Debes ejecutar 3 acciones saludables y sacarte una foto mientras la realizas.

Ejemplo: 1era foto: Tomando leche.

2da foto: Comiendo una ensalada

3era foto: Lavando una fruta.

Envíalas directamente a mi correo dpalma@ccechillan.cl y NO olvides sacarle una foto a el informe.

CONSIDERACIONES:

Obtendrás un 7,0 si:

- Respetas las reglas.
- Cumples con el plazo de entrega.
- Envías el informe completo, **4 fotos en total** (foto acción saludable nº 1, foto acción saludable nº2, foto acción saludable nº3 y foto informe).

Éxito en todo, que se diviertan y un gran abrazo 😊