



**COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS**  
“A LA VANGUARDIA CON LA TECNOLOGÍA DIGITAL”  
UNIDAD TÉCNICO PEDAGÓGICA

**Guía de Aprendizaje Unidad I: Incrementar su desempeño Deportivo.**

<b>Nombre alumno: Curso Octavo Básico A</b>	
<b>Curso: 8° básico</b>	<b>Fecha: Semana 2 (Día jueves 26 de marzo)</b>
<b>Profesor(a): Carlos Pérez Luengo</b>	
<b>Objetivo de Aprendizaje:</b> Identificar y Comprender las cualidades físicas de resistencia cardiovascular, velocidad, fuerza muscular y flexibilidad para alcanzar una condición física saludable.	
<b>Habilidades: Autocuidado.</b> <b>Recordar - Identificar - Aplicar</b>	