

## PROPÓSITO:

### PROPÓSITO DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA:

El propósito es generar el hábito de ejercicio entre la población de todos los niveles escolares, pero también queremos impactar a la familias para que por medio de rutinas de activación física estructuradas, puedan buscar acumular casi 45 minutos diarios de esta actividad.

Este espacio tiene como objetivo promover y fortalecer la participación e integración de la comunidad escolar a través de la actividad física, recreativa y predeportiva contribuyendo al desarrollo de la cultura física.

## MOTIVACIÓN:

### ¿POR QUE DEBO REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA?

Dale click al siguiente archivo:

[e087f64b11-importante.pdf](#)

## EXPLICACIÓN:

Para la explicación de la guía de trabajo No. 2 debes revisar el siguiente archivo:

[8c5ef143c7-explicacion-y-desarrollo-guia-no-2.pdf](#)

## EJERCICIOS:

Para poder desarrollar la guía didáctica No. 2 de una forma clara y precisa debes revisar el siguiente archivo:

[58646a89f7-guia-didactica-no-2-edufisica-mayo-2020-ok.pdf](#)

## EVALUACIÓN:

1. **DEBES ENVIAR UN VÍDEO DE 30 SEGUNDOS REALIZANDO LA Rutina que escogiste. LO PUEDES EDITAR COMO QUIERAS.**
2. **ESTUDIANTES QUE CUENTAN CON CERTIFICADO MÉDICO PARA NO REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA O PRESENTAN ALGUNA ENFERMEDAD GRAVE, DEBERÁN REALIZAR UN TRABAJO ESCRITO CON NORMAS ICONTEC SOBRE: Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud.**

**PLAZO DE ENTREGA PARA TODOS A PARTIR DEL 12 AL 30 DE MAYO**

## BIBLIOGRAFÍA:

BIBLIOGRAFÍA:

1. Página web aplicación YOUTUBE
2. Página web: "ORGANIZACIÓN MUNDIAL PARA LA SALUD"