

Educación Física y Salud 8° básico / Unidad 4 / OA3 / Actividad 2

Fuerza muscular

Los estudiantes se ubican en parejas y se sientan en el suelo. Se toman de las manos y tratan de ponerse de pie, sin soltarse; ejecutan la actividad varias veces. El docente les pregunta, ¿de qué otra manera podemos mejorar la fuerza?, ¿qué otro ejercicio podemos hacer?

® Ciencias Naturales OA 5 de 8° básico.