

## Educación Física y salud 7° básico / Unidad 1 / OA3/ Actividad 6

### Fuera del horario

Fuera del horario escolar, los alumnos deben elaborar un glosario con los conceptos y palabras clave, como intensidad, frecuencia, tiempo de ejercicio, recuperación, progresión y principios de entrenamiento. Esta actividad también se sugiere para aquellos estudiantes que no pueden realizar la clase práctica.