EDUCACIÓN FISICA Y SALUD DOCENTE: DIEGO BAEZ DONOSO

**(OA 9):** Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar una ropa distinta para la clase, mantener una correcta postura, utilizar protectores solares e hidratarse con agua antes, durante y después de la clase.

**Indicador:** Demuestran comprensión en la importancia de tener un hábito de vida activa como parte de un estilo saludable.

**Habilidad:** Realizan una rutina de entrenamiento en casa, de forma segura con implementos comunes, que afirma sus hábitos de vida saludable.