EDUCACIÓN FÍSICA 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 ducharse después de realizar actividad física, 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:** Mantienen un registro de la ingesta nutricional y de actividad física diaria.

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