

		<p align="center"><b>LICEO MIGUEL RAFAEL PRADO</b>  <b>SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES.</b>  <b>TALLER 1 Y 2</b>  <b>SEPTIEMBRE.</b>  <b>2020.</b></p>	<p><b>Ed. Física y Salud.</b>  <b>Juan Lezana.</b>  <b>Andrés Rubilar.</b></p>
---	---	---	--

ESTIMADOS ESTUDIANTES, PADRES Y APODERADOS:

Dada la contingencia nacional por el COVID-19 y la suspensión de clases, les enviamos sugerencias de actividades para ejercitar en casa. Es importante que realicen en sus hogares el siguiente avance de manera de agilizar el trabajo que realicemos a la vuelta de la cuarentena. Recordar que ministerialmente se ha exigido la continuidad del ritmo de trabajo escolar.

Deberán trabajar la actividad presentada en el link adjunto.

<https://www.youtube.com/watch?v=XzPS-nWNBKE&feature=youtu.be>

Trabajar 3 veces por semana.

40 segundos de trabajo con pause de 20 segundos entre ejercicios.