



como: realizar al menos 30 minutos diarios de actividades físicas de su interés. Hidratarse con agua de forma permanente.

OA 5 Participar y promover una variedad de actividades físicas y/o deportivas de su interés y que se desarrollen en su comunidad escolar y/o en su entorno; por ejemplo: Aplicar y desarrollar estrategias específicas para mejorar su condición física y la de los demás. Desarrollar estrategias grupales para promover una vida activa dentro de su comunidad escolar o su entorno cercano.

