



Liceo José Victorino Lastarria

Estimada Comunidad Liceo José Victorino Lastarria

Adjunto podrán encontrar aspectos relevantes para la realización de los Talleres Deportivos Extra Escolares los días sábados, que deben ser conocidos por la comunidad.

Como es de vuestro conocimiento el objetivo de los Talleres Deportivos, es promover la vida sana a través de la actividad física recreativa, valiéndose del juego y los valores asociados al deporte para ello.

Por otra parte dado el contexto actual se busca reactivar motrizmente a los estudiantes a través de ejercicios coordinativos y fundamentos propios de cada taller deportivo, con la idea de favorecer las adaptaciones físicas al ambiente y enriquecer el conocimiento de nuestro cuerpo, poniendo en el centro la actividad física y la salud.

Para el desarrollo de las actividades extraescolares se ha estimado los siguientes pasos para una práctica entretenida, saludable y segura en donde daremos

INICIO ESTE SABADO 07 DE AGOSTO A PARTIR DE LAS 9:00 HRS.

- Los Talleres Deportivos Extra Escolares se realizaran de manera presencial-práctico.
- El punto de encuentro entre profesor-estudiante será en el patio central de nuestro Liceo.
- El horario de Inicio de las actividades programadas será a las 9:00 hrs, el horario de termino será a las 12:00hrs y dentro de este espacio horario se ubicarán las actividades específicas (talleres)
- La vestimenta para realizar los talleres es de tenida deportiva o lo que el profesor pueda solicitar en función de su taller
- Cada estudiante deberá utilizar **Mascarilla** durante todo el desarrollo del taller.
- Cada estudiante deberá traer una botella con agua para hidratarse.
- Dado el contexto actual no es posible la utilización de camarines, los estudiantes deberán asistir con la ropa adecuada desde sus hogares.

- No podrán ingresar apoderados al liceo (acompañar a su hijo) durante la actividad, deberán dejar al estudiante en portería, para que él se dirija al lugar de encuentro indicado en el punto 2.

Cabe mencionar que no se pondrá énfasis en trabajos aeróbicos prolongados, dado que dicha condición seguramente esta disminuida por efectos del sedentarismo (pandemia) y también a la necesidad que se acostumbren al uso de mascarilla mientras se realiza ejercicio

Para la correcta ejecución de las actividades **CADA TALLER TENDRÁ COMO AFORO MÁXIMO 15 ESTUDIANTES.**

El proceso de inscripción debe desarrollarse con cada profesor (a sus correos electrónicos institucionales), es importante tener en cuenta que este proceso es por estricto orden de contacto.

TAEK WON DO	<ul style="list-style-type: none"> • 1°basico a 4° básico • 5° a 4°medio 	<ul style="list-style-type: none"> • 9:15 a 10 hrs • 10:30 a 11:15 hrs 	fureta@docente.edupro.cl
BASQUETBOL INICIAL	1° básico a 4°basico	9 hrs a 10:30 hrs	ecisternas@docente.edupro.cl
BASQUETBOL	7° y 1°medio	9 hrs a 10hrs	caguilera@docente.edupro.cl
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	8°basico	9 hrs a 10:30 hrs	hsoto@docente.edupro.cl
PSICOMOTRICIDAD	Kínder a 2°basico	9hrs a 10hrs	garellano@docente.edupro.cl