

PROPÓSITO:

Identificar información básica que sirve de soporte para tomar decisiones en situaciones (deporte y alimentación) relacionadas con mi crecimiento.

MOTIVACIÓN:

¿Vale la pena cambiar nuestra dieta? [Propuesta: Dieta vegana](#)

EXPLICACIÓN:

[Patrón de crecimiento \[Análisis de datos reales\] - Parte 01_603](#)

[Patrón de crecimiento \[Análisis de datos reales\] - Parte 02_603](#)

EJERCICIOS:

En esta dirección puedes obtener las gráficas que te corresponden en el marco de un modelo de patrones de crecimiento: [Gráficas Talla-Peso, Peso-Edad, Edad-Talla](#)

EVALUACIÓN:

Realiza el siguiente taller de trabajo, el cual debe ser entregado en Sygescol: [Actividad 3. Toma de decisiones en el caso de la dieta y el ejercicio](#)

BIBLIOGRAFÍA:

[Organización Mundial de la Salud: Efectos benéficos del ejercicio físico](#)

[Ejercicios para ganar estatura](#)