PROPÓSITO:

Fomentar mediante el ejercicio físico hábitos que mejoren la salud y desarrollen habilidades de liderazgo además de fortalecer los huesos y músculos en crecimiento.

MOTIVACIÓN:

Observa la siguiente imagen y comenta que diferencias encuentras en cada una de las fotos

a4b5a49e7b-ciencias-1.jpg df9d4e587c-ciencias-2.jpg

EXPLICACIÓN:

Observa el siguiente video

Ejercicio fisico-Cuidado del cuerpo - YouTube

El ejercicio regular ayudará a reducir el riesgo de obesidad infantil, diabetes tipo 2, baja presión arterial, así como permitirá que fortalezcan su sistema cardiovascular y mejoren el sistema inmunológico, lo que significa que serán menos propensos a los resfriados, las alergias y las enfermedades.

EJERCICIOS:

Desarrollar el taller 3 de la unidad 4, páginas 251-252

EVALUACIÓN:

Se evaluará la participación en clase y el desarrollo de las actividades en la plataforma

BIBLIOGRAFÍA:

Prepárate para el saber 1. Editorial los tres editores. 2018.