

TALLER 3

Preguntas orientadoras

¿En qué forma puede cuidar su cuerpo?

ACTIVIDAD N° 1:

DESCRIBIR EL USO CORRECTIVO DEL EJERCICIO FÍSICO EN LA VIDA

Según su deporte favorito:



Observe la siguiente imagen.



Describe lo que observas:

comiendo
bebendo

¿Qué beneficios obtiene al hacer el ejercicio físico?

mejora la salud de
corazón

ACTIVIDAD N° 2:

DESCRIBIR LA EXPLICACIÓN DEL FENÓMENO

¿Por qué es importante el ejercicio y el deporte?

no parece que te
cuida

4. EXPLICAR y explicar las actividades físicas que nos sirven para cuidar su cuerpo.



ACTIVIDAD N° 3:
DESDE LA INDAGACIÓN

5. En el siguiente cuadro escribe las actividades que realizas para mantener tu cuerpo sano.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Mañana	beso 400 h						
Tarde	100 h						
Noche	100 h						

Compáralas con las actividades que realizan tus compañeros.

¿Cuál o cuáles son las actividades más comunes?

montar bicicleta

¿Cuál o cuáles son las actividades menos comunes?

dominó

¿Cuál o cuáles actividades te gustaría imitar de tus compañeros? ¿Por qué?

hacer dominó

6. La gallina ciega



¿Qué beneficios puede traer el juego de "la gallina ciega"?

comparto con mis amigos.

¿Ayuda a la salud de tu cuerpo?, ¿por qué?

no porque nos
lastimamos

¿Qué cuidados se debe tener al practicar el juego?

no lastimarnos