

Ciencias Naturales

JUEVES ABRIL 22 DE 2021

De Que Forma Puedo Cuidar mi cuerpo

el ejercicio regular ayudará a reducir el riesgo de obesidad infantil, diabetes tipo 2, baja arterial, así como permitira que fortalezca sus huesos y musculos lo que significa que serán menos propensos a los resfriados, las alergias y las enfermedades.

Yo camino para estar sano y saludable tomo agua para estar hidratado



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	baño	baño	baño	baño	baño	baño	baño
Tarde	como	ejercicio	ejercicio	como	juego	salgo	salgo
Noche	dormir	dormir	dormir	dormir	dormir	T.V.	T.V.

Compáralas con las actividades que realizan tus compañeros.

¿Cuál o cuáles son las actividades más comunes?

Baño Estudiar, dormir

¿Cuál o cuáles son las actividades menos comunes?

comer frutas

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

hacer ejercicios

6. La gallina ciega



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

hacer ejercicios y divertirse

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

es un juego que hace mover el cuerpo

¿Qué cuidados se debe tener al practicar el juego?

No pegarse, tener cuidado y permanecer atento

TALLER 3

Pregunta orientadora

¿De qué forma puedo cuidar mi cuerpo?

ACTIVIDAD N° 1: DESDE EL USO COMPRENSIVO DEL CONOCIMIENTO CIENTIFICO

1. Dibuja tu deporte favorito.



2. Observa la siguiente imagen.



Describe lo que observas:

Un niño comiendo
Comida chatarra

¿Qué recomendaciones le harías al joven de la imagen?, ¿por qué?

Ave coma mas sa-
ludable y ha ceje-
jercicio y Bañarse

ACTIVIDAD N° 2: DESDE LA EXPLICACION DE FENÓMENOS

3. ¿Por qué es importante el ejercicio y el deporte?

es importante para
no sufrir ninguna
enfermedad y
estar sano

4. Dibuja y explica las actividades físicas que realizas para cuidar tu cuerpo.

