

## Pregunta orientadora

¿De qué forma puedo cuidar mi cuerpo?

### ACTIVIDAD N° 1: DESDE EL USO COMPRENSIVO DEL CONOCIMIENTO CIENTÍFICO

1. Dibuja tu deporte favorito.



2. Observa la siguiente imagen.



Describe lo que observas:

Que come mucha comida chatarra y está gordo

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

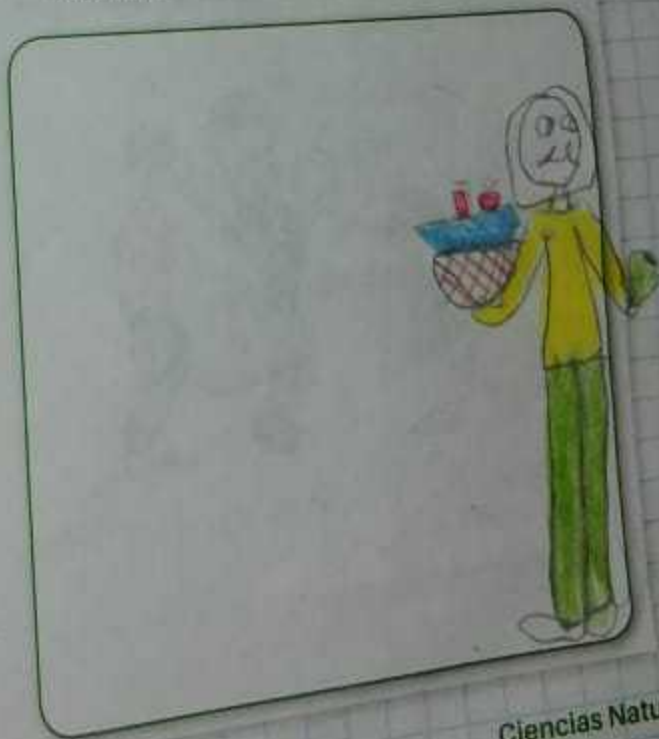
Que como saludable  
no se exagere que  
adelgazar y comer frutas

### ACTIVIDAD N° 2: DESDE LA EXPLICACIÓN DE FENÓMENOS

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

porque es saludable  
para hacer ejercicio  
y nos ayuda a estar  
bien

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



Ciencias Naturales



comer frutas y verduras todos los días



### 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	correr	correr	clases	clases	clases	quesos	quesos
Tarde	almorzar	almorzar	almorzar	almorzar	almorzar	almorzar	almorzar
Noche	descansar	descansar	descansar	descansar	descansar	descansar	descansar

Compáralas con las actividades que realizan tus compañeros.

¿Cuál o cuáles son las actividades más comunes?

correr

¿Cuál o cuáles son las actividades menos comunes?

quesos

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

correr

### 6. La gallina ciega



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

golpes

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

ayuda a equilibrar

¿Qué cuidados se debe tener al practicar el juego?

el cuidado de