Colegio Benjamín Vicuña Mackenna
Constanza 01650, Rancagua
F: (72) 2266214
nororiente@cormun.cl

Eduardo Enrique Farías Román
Educación Física y Salud

ACTIVIDADES

Semana 8, del 25 al 29 de mayo.

OBJETIVO:	**CONTENIDO:**
Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura y comer una colación saludable antes y luego de la práctica de actividad física. (OA9)	**1.- HIGIENE.** **2.- NUTRICIÓN.** **3.- SALUD.**
INDICADORES:	
- Guiados por el docente, diferencian que es una alimentación saludable y una no saludable. - Se duchan y cambian de ropa después de la práctica del ejercicio físico.	
OBJETIVO DE LA SEMANA: Implementar una rutina de higiene y nutrición a través de la práctica sistemática de acciones saludables, que le permitan desarrollarse en forma sana y una activa disposición al trabajo.	

Antes de iniciar la actividad y junto a un adulto observa los siguientes videos, en ellos encontrarás las respuestas a las preguntas para completar las fichas.

https://www.youtube.com/watch?v=XrxTKtU7CL4

https://www.youtube.com/watch?v=dSazQ4ZqtVA

Según los videos te muestran alimentación (sana y chatarra) y (hábitos de higiene y salud), Por lo tanto, deberás buscar en diarios, revistas o dibujar según lo que corresponda a cada cuadro y pegarlos en su interior (Adentro). En esta investigación, búsqueda de alimentos y hábitos retroalimentaremos y lograremos el objetivo de la clase, también reforzaremos actitudes cuidando nuestra salud.

Buena actitud y ánimo en tu trabajo, suerte.