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

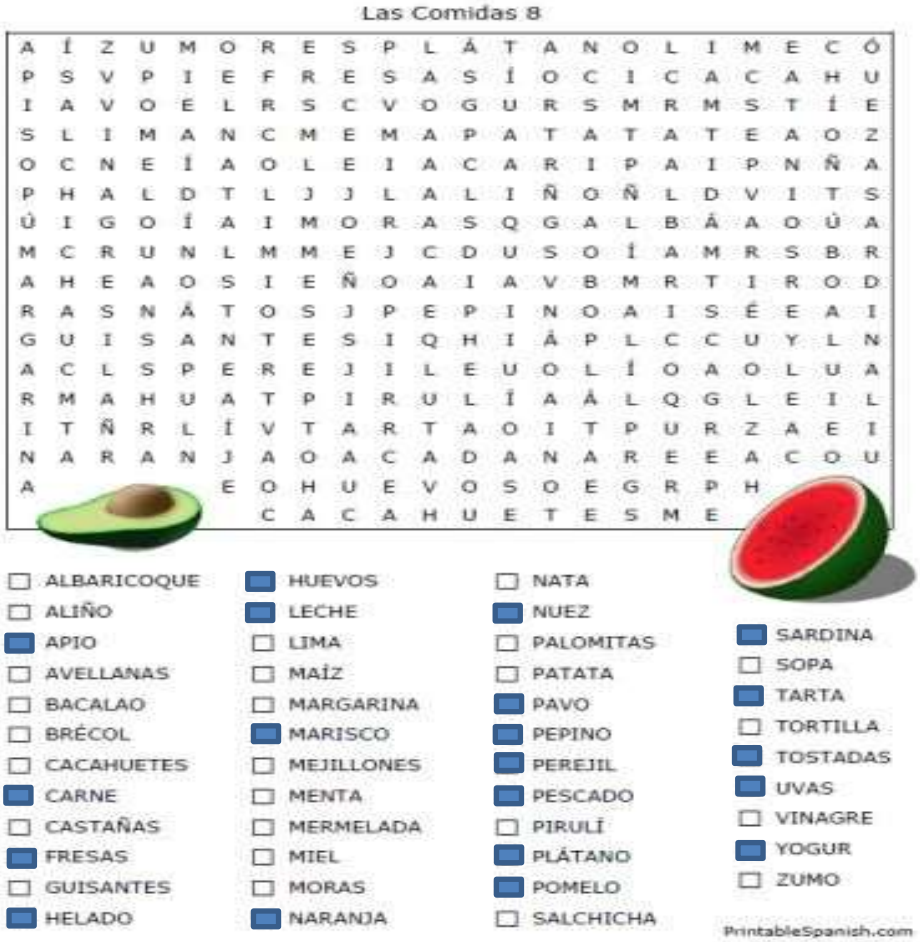
Eduardo Enrique Farías Román
Educación Física y salud

GUIA DE APRENDIZAJE – NUTRICIÓN Y SALUD			
Nombre:		Fecha: **semana 7, del 11 al 15 de mayo**	Curso: 5ºA
OA 9	Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar una ropa distinta para la clase, mantener una correcta postura, utilizar protectores solares e hidratarse con agua antes, durante y después de la clase.		
Indicador(es):	Llevan colaciones que contengan principalmente frutas, lácteos y cereales para el día de la clase de educación física.		

Objetivo de la semana: Reconocer y diferenciar los alimentos saludables, ordenándolos de acuerdo a su importancia en el plato alimenticio demostrando una disposición activa.

I. Con ayuda de tu grupo familiar observa este video con atención y después completa las actividades. https://www.youtube.com/watch?v=oVY5MT-gHcc

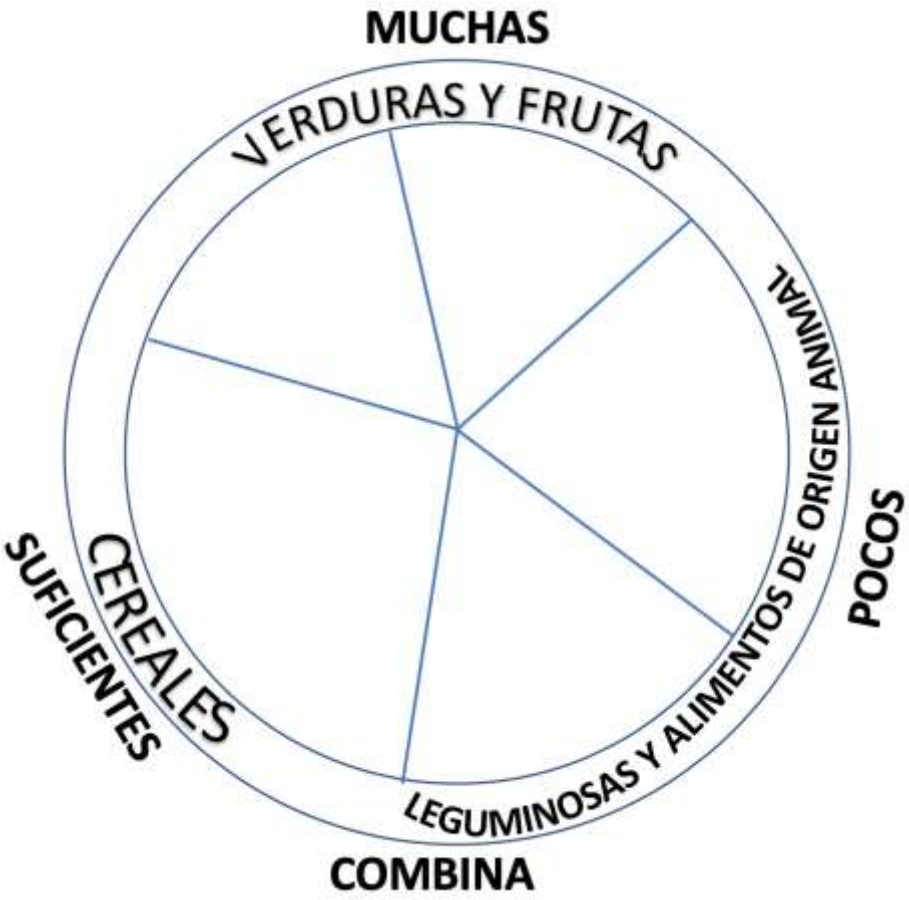
II. Busca las palabras que están (marcadas) tachadas en la sopa de letra y clasifícalas de acuerdo a su característica nutrional en tu cuaderno.



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

Eduardo Enrique Farías Román
Educación Física y salud

III. Dibuja en tu cuaderno el siguiente plato alimenticio y completa con imágenes (dibujos o recortes) de los productos que encontraste en la actividad anterior.



- Recuerda que sólo debes buscar los alimentos que están marcados.
- Registrar tu trabajo en tu cuaderno
- Según lo aprendido, contesta en tu cuadenro, ¿cómo debería ser un almuerzo saludable?

Mucho ánimo y buena disposición en tu trabajo.