



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:	
-Practican hábitos de higiene personal y grupal. - Describen las consideraciones nutricionales seleccionadas para la actividad física.	
OBJETIVO DE LA SEMANA:	
Practicar y ejecutar los hábitos (nutrición y salud) en su diario vivir, a través de una secuencia de acciones y consideraciones en la actividad física en forma activa.	

Para motivarte observa el siguiente video:

<https://www.youtube.com/watch?v=06-J08n3p4c>

La actividad a realizar tiene que ver con tus rutinas de higiene y de alimentación, la idea es que escribas tu propia realidad y después la puedas leer tranquilamente y analizar. El trabajo consiste en que registres en la ficha que estará a continuación y en tu cuaderno, la secuencia diaria que haces desde que levantas hasta cuando te acuesta. Por ejemplo: me levanto a las 8 de la mañana y después de tomar desayuno meetc. Con respecto a la alimentación es importante destacar también que tomas y en qué cantidad. Esta pauta nos ayudará a retroalimentar aprendizajes previos y nos permitirá analizarnos individualmente si estamos con una nutrición e higiene correcta.

Recuerda al finalizar la clase contestar y responder las preguntas en tu cuaderno, estas respuestas las analizaremos cuando volvamos a clases y debes tenerlas como evidencias de tu trabajo en casa., recuerda que todo el contenido es una retroalimentación y solo debes analizar si se cumplen los hábitos adquiridos.

Buena actitud y ánimo en tu trabajo, suerte.