



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

Eduardo Enrique Farías Román
Educación Física y salud

ACTIVIDADES SEMANA
Semana 6, del 04 al 08 de mayo

Objetivo	Contenido
Practicar regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad como realizar al menos 30 minutos diarios de actividades físicas de su interés, evitar el consumo de drogas, tabaco y alcohol, ejecutar un calentamiento, aplicar reglas y medidas de seguridad, hidratarse con agua de forma permanente, entre otras. (OA4).	1.- Nutrición. 2.- Higiene. 3.- Salud.
Objetivos de la Semana	
Reconocer y retroalimentar los hábitos alimenticios contestando una encuesta en forma tranquila y honesta.	

En el video encontraras todo el apoyo para dar respuestas a las 12 preguntas de nutrición, el video es solo un apoyo a recordar aprendizajes previos.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZuH7IMvJtwc>

El cuestionario de nutrición respóndelo con mucha tranquilidad y honestidad ya que va en beneficio de aprender al autocuidado y sobre todo en estos días que estamos viviendo.