

Nombre: _____ Grado: ____: Grupo: ____ Fecha: **23 de noviembre 2020**

Aprendizaje esperado: ¿Cómo tener una hidratación saludable?

ACTIVIDAD: Reconocer los beneficios de la hidratación con agua simple

INICIO

Observa el vídeo que se te envió al Grupo de WhatsApp de Alumnos o bien puedes acceder desde la siguiente liga: <https://www.youtube.com/watch?v=aRW4o-iDyo0&feature=youtu.be> donde aprenderás los beneficios de hidratarte con agua.

DESARROLLO

A continuación, contesta lo que se te pide en el esquema de los beneficios de tomar agua

De acuerdo a lo que observaste en el vídeo, explica en los cuadros los beneficios de hidratarte con agua

¿Qué porcentaje corporal corresponde de agua?

¿Qué porcentaje de agua existe en la sangre?

¿Qué sugerencia de consumo de agua al día se necesita día?

¿Qué beneficios aporta en nuestro cuerpo el consumir agua?

¿Qué función tiene el agua en el cerebro?

