

Nombre: _____ **Grado:** ____: **Grupo:** ____ **Fecha:** 08 marzo 2021
Aprendizaje esperado: ¿Mito o verdad?
ACTIVIDAD: Reconocer mitos y verdades acerca de la alimentación, la actividad física y la higiene.

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=h-yBLns_lxE donde observarás la importancia de llevar una dieta saludable, realizar actividad física y una adecuada higiene.

DESARROLLO

A continuación, realiza la siguiente actividad.

De acuerdo a lo que observaste en el vídeo, contesta lo que se te solicita

- ¿Qué sucede cuando llevabas una adecuada alimentación, pero no realizas actividad física?



- ¿Cuáles son los nuevos hábitos que has cambiado durante este aislamiento social?

- ¿Cuáles son los cambios que has llevado en la alimentación en los últimos meses?

- Explica si has realizado activación física o practicado algún deporte en estos meses.

- Describe ¿qué hábitos de higiene has aprendido y llevado a la práctica en esta pandemia?