

## Trabajo Practico N°1:

*Profesora: Natalia Penedo*

*Alumnos: 5° año*

*Tema: Hábitos Saludables*

*Institución: CPEM N°49*

A partir del material subido sobre hábitos saludables, realizar el siguiente cuestionario

1) Con tus palabras, ¿Qué son los hábitos saludables?, ¿cuáles son sus beneficios?

2) Según los hábitos saludables visto, arma una rutina diaria de cómo sería un día completo (mañana-tarde-noche) teniendo en cuenta los hábitos alimenticios, hábitos higiénicos y hábitos saludables. (Armar un día de vida saludable)

3) Según el material teórico, ¿Qué consecuencias trae una rutina de hábitos inadecuados? Desarrolle dos

4) ¿Qué beneficios produce realizar actividad física?

5) Mencione que tipos de hábitos saludables observa durante las clases de Educación física

6) Observen las siguientes imágenes ¿qué correcciones, consejos harían?

IMAGEN 1



IMAGEN 2

