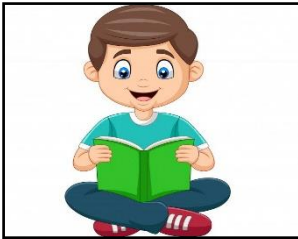




Retroalimentación Guía N°3 Educación Física y Salud 1° - 2° Básico

I. Hábitos de Higiene, Postura y de Vida Saludable

1. Reconoce y marca con una X la imagen que corresponde a un hábito de higiene.



2. Observa la siguiente lista y completa la tabla colocando el número del alimento según corresponda:

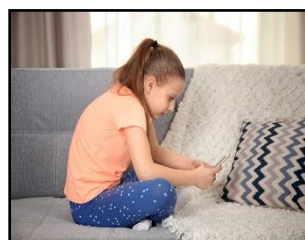
- | | |
|-------------------|--------------|
| 1) Zanahoria | 5) Tomate |
| 2) Papas Fritas | 6) Avena |
| 3) Bebida Gaseosa | 7) Mayonesa |
| 4) Naranja | 8) Chocolate |



Alimentos Saludables	Alimentos No Saludables
1	2
4	3
5	7
6	8

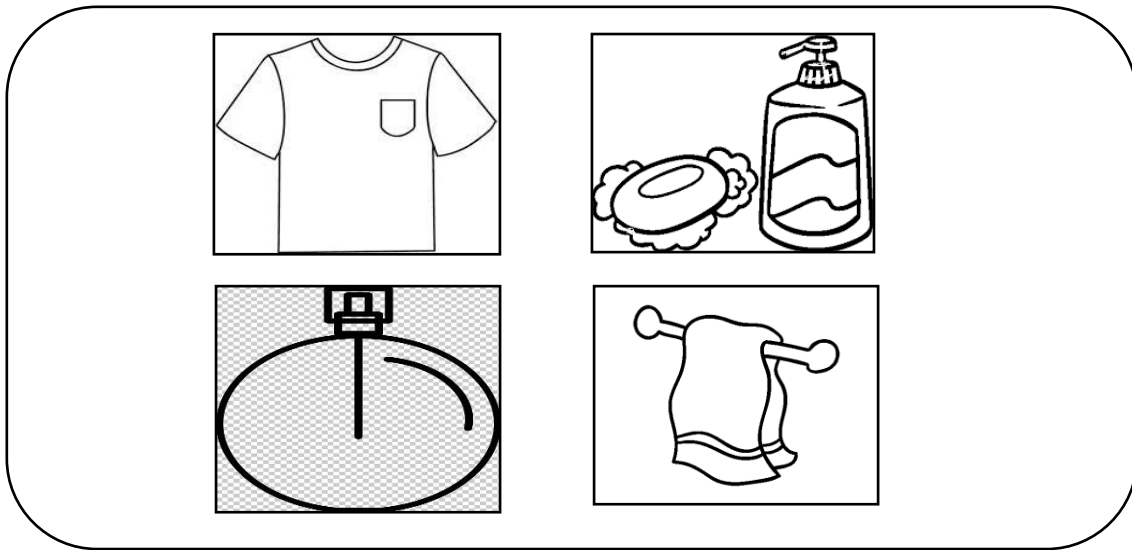


3. ¿Cuál de estas imágenes corresponde a un correcto hábito de postura?





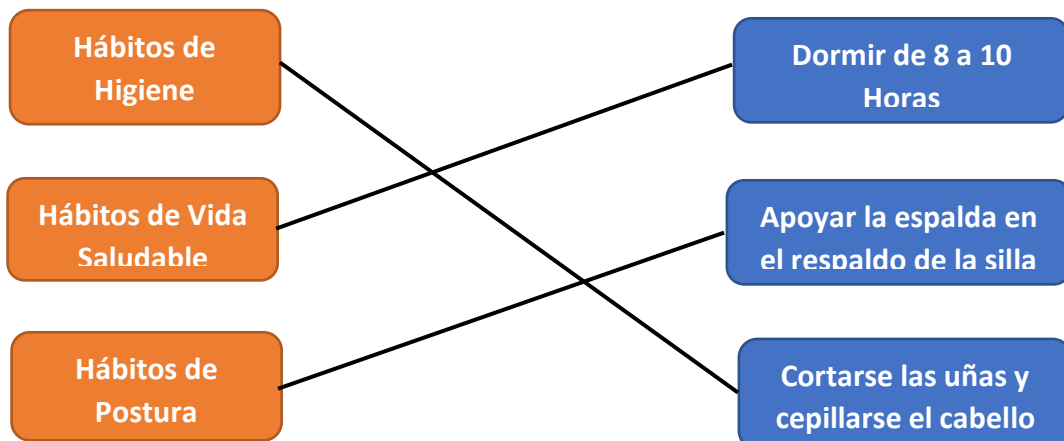
4. Dibuja 5 objetos que necesitas para realizar tu higiene personal cuando terminas de realizar actividad física.



5. Verdadero o Falso

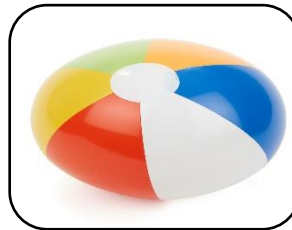
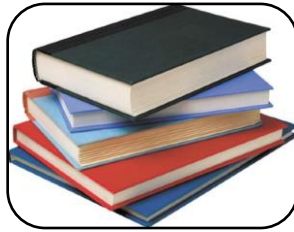
- F El almuerzo es la comida más importante del día.
- V Debemos dormir de 8 a 10 horas para tener un descanso adecuado.
- F Solo debemos hidratarnos antes de hacer ejercicio.
- V Debemos comer 3 porciones de frutas al día.
- V Tener una buena higiene ayuda a prevenir enfermedades.

6. Une con una línea según corresponda:



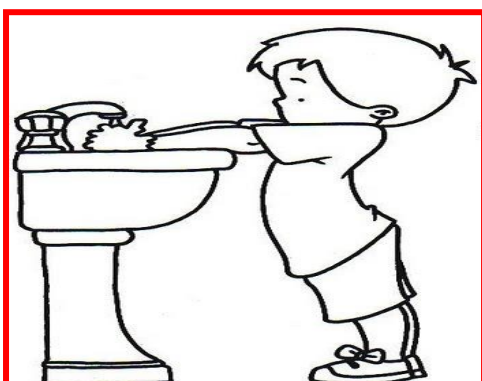


7. Encierra en un círculo las imágenes de los objetos que nos permiten protegernos del sol al realizar actividad física.



8. Sigue las siguientes indicaciones:

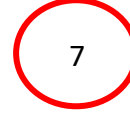
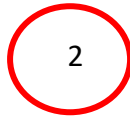
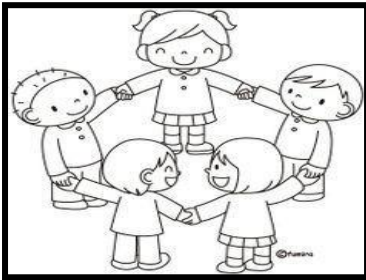
- Colorea de verde la acción que te quita la sed.
- Colorea de rojo la acción que permite que tus manos estén limpias.
- Colorea de azul la imagen que te permite tener una alimentación saludable.
- Colorea de amarillo la actividad que te permite tener una vida activa.



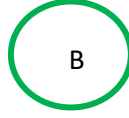
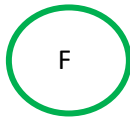


II. Actividad Física y Resolución de Problemas

1. ¿Cuántos alumnos forman la ronda de la imagen?



2. ¿Qué letra están formando los niños de la imagen?



3. ¿En qué orden están formados los niños de izquierda a derecha?



De Mayor a Menor

De Menor a Mayor

4. Ayuda a Pedro para preparar sus materiales para ir al colegio. Para esto debes dibujarlos siguiendo las instrucciones:

- Dibuja un lápiz a su lado derecho.
- Dibuja un cuaderno arriba.
- Dibuja una mochila a su lado izquierdo.
- Dibuja una manzana abajo.

