

**ACTIVIDADES PARA EL REFORZAMIENTO DEL CONOCIMIENTO
CICLO ESCOLAR 2021-2022
ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA No 40**

MATERIA	EDUCACIÓN FÍSICA
GRADO Y GRUPOS	2° A, B, C, D, E, F, G, H
DOCENTE (S)	-AMBROSIO SIERRA ZUÑIGA -JESUS CRUZ YAÑEZ
PERIODO	Del 24 enero al 4 de febrero del 2022.
APRENDIZAJE ESPERADO	- Relaciona sus desempeños motores con el incremento de su condición física al participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover la salud.
ACTIVIDADES	<ul style="list-style-type: none"> - 1.- De acuerdo al tema de actividad física que vivos en clases anteriores realiza un listado sobre los beneficios que adquiere una persona que realiza actividad física. (mínimo 10 beneficios) - 2.- Plantear un debate o charla en familia sobre los hábitos saludables que debe adquirir una persona, estos temas como son la actividad física, el aseo personal, la alimentación, etc. Son tan importantes ya que inciden prácticamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Al final del debate o charla en familia realiza un resumen de cómo influyen en ti los buenos hábitos en tu vida cotidiana. (mínimo una cuartilla) - 3.- observa el siguiente video sobre los buenos hábitos y contesta el cuestionario. https://www.youtube.com/watch?v=6UN4NyEMsrs Cuestionario: 1.- ¿Que son los hábitos saludables? 2.- ¿Cuáles son los hábitos saludables?
PRODUCTOS PARA ENTREGAR	Actividad 1: listado de 10 beneficios de la actividad física. Actividad 2: resumen de los buenos hábitos (mínimo una cuartilla) Actividad 3: cuestionario del video.
MECANISMO DE ENTREGA	Quando regresemos a clases presenciales, entregar en una hoja blanca o de color, al inicio de tu trabajo escribe tus datos: Nombre: (escribe tu nombre completo) Grado y grupo: Asignatura: Tema:
ASPECTOS A EVALUAR	-listado de 10 beneficios de la actividad física. -resumen de los buenos hábitos (mínimo una cuartilla) -cuestionario del video
NOTA IMPORTANTE	La actividad se recibe cuando regresemos a clases presenciales. NO enviar al correo electrónico.