|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **NATURALES**  GRADO 2 - GUÍA 1 - LECCIÓN 1  «Actividades de evidencia»  ---------------------------------------------------------  **NOMBRE:** xxx | |
| INTRODUCCIÓN | | |
|  | | Las siguientes actividades te permiten poner en práctica los conocimientos adquiridos sobre la lección 1.  Al finalizar, debes enviar las evidencias por la herramienta **Actividades > Naturales > Guía 1 > lección 1**.  Recuerda que de tener alguna inquietud puedes comunicarte con tu facilitador por Skype o enviarle un correo electrónico por medio de la plataforma.  Recuerda que esta lección debes desarrollarla a mano |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ACTIVIDAD 1 |

Escribe cuáles hábitos de vida saludable aplicas en tu vida diaria para cuidar tu salud.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ACTIVIDAD 2 |

Explica con tus propias palabras, ¿qué son hábitos de vida saludable?

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ACTIVIDAD 3 |

Completa la siguiente pirámide con dibujos (realizados por ti) que ayudan a tener una vida saludable según la frecuencia que se indica.

No más de dos horas al día

De 2 a 3 veces en la semana

De 3 a 5 veces en la semana

todos los días

|  |  |
| --- | --- |
|  | ACTIVIDAD 4 |

Ingresa a la siguiente página y realiza las actividades, como evidencia toma una captura de pantalla y anéxalas a este trabajo

<http://www.vedoque.com/juegos/juego.php?j=habitos-saludables>

|  |  |
| --- | --- |
|  | ACTIVIDAD 5 |

Escribe tres posibles consecuencias de las siguientes acciones:

|  |  |
| --- | --- |
| Acción | Consecuencia |
| No lavarse los dientes tres veces al día. |  |
| Comer hamburguesas, pizzas, dulces y mekato todos los días. |  |
| Quedarse hasta altas horas de la noche viendo televisión. |  |
| Estar todo el día jugando PlayStation o en la Tablet. |  |
| No hacer ningún deporte, tener una vida sedentaria. |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ACTIVIDAD 6 |

Realiza un afiche o cartelera donde invites a las personas a llevar una vida sana, preséntala a los miembros de tu familia, como evidencia toma un video corto y/o fotos de la exposición y envíalo junto con esta actividad.