



## GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD.

Nombre y Apellido	Curso	Fecha
		/ / 2021

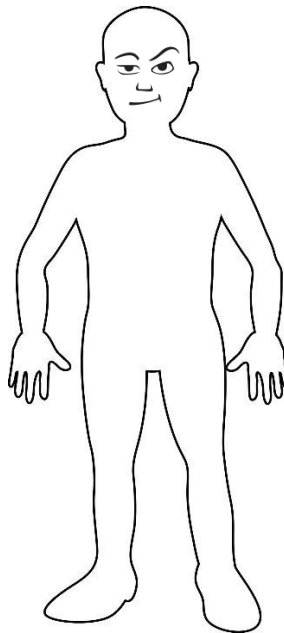
**OA 9:** Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura y comer una colación saludable antes y luego de la práctica de actividad física.

Antes de conocer que son las habilidades motrices básicas, debemos reconocer nuestro cuerpo, sus lados y partes.

Nuestro cuerpo tiene dos lados: izquierdo y derecho. Se divide en tres partes: cabeza, tronco y extremidades (superiores e inferiores) y además posee distintas partes y órganos.

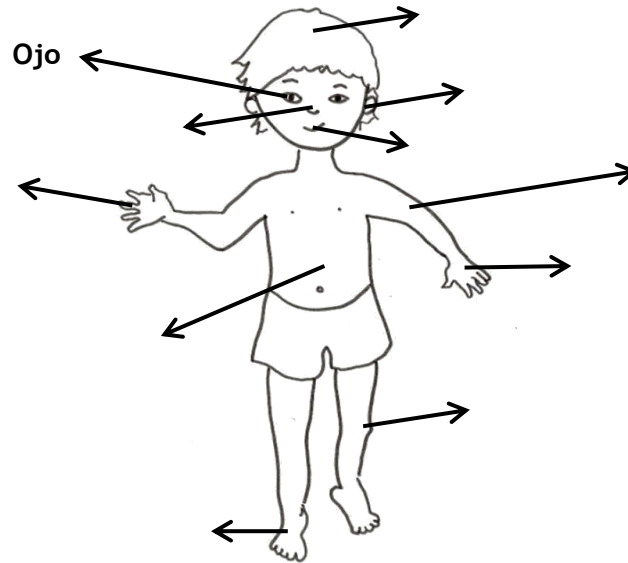
### Actividad 1

Divide la silueta del cuerpo humano que se presenta a continuación, trazando una línea vertical para diferenciar el lado derecho del izquierdo. A continuación, pinta de amarillo el lado izquierdo, y luego de verde el lado derecho.



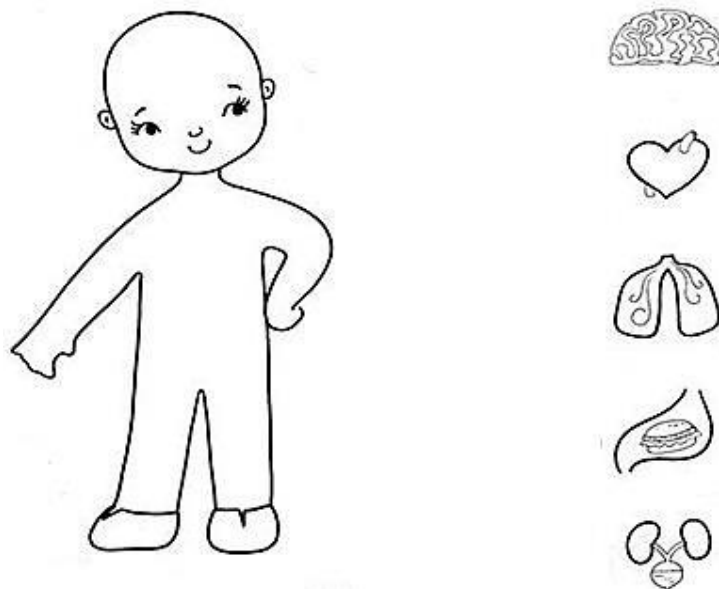
### Actividad 2

Observe la imagen, y luego escriba el nombre de todas las partes del cuerpo que usted reconozca.



### Actividad 3

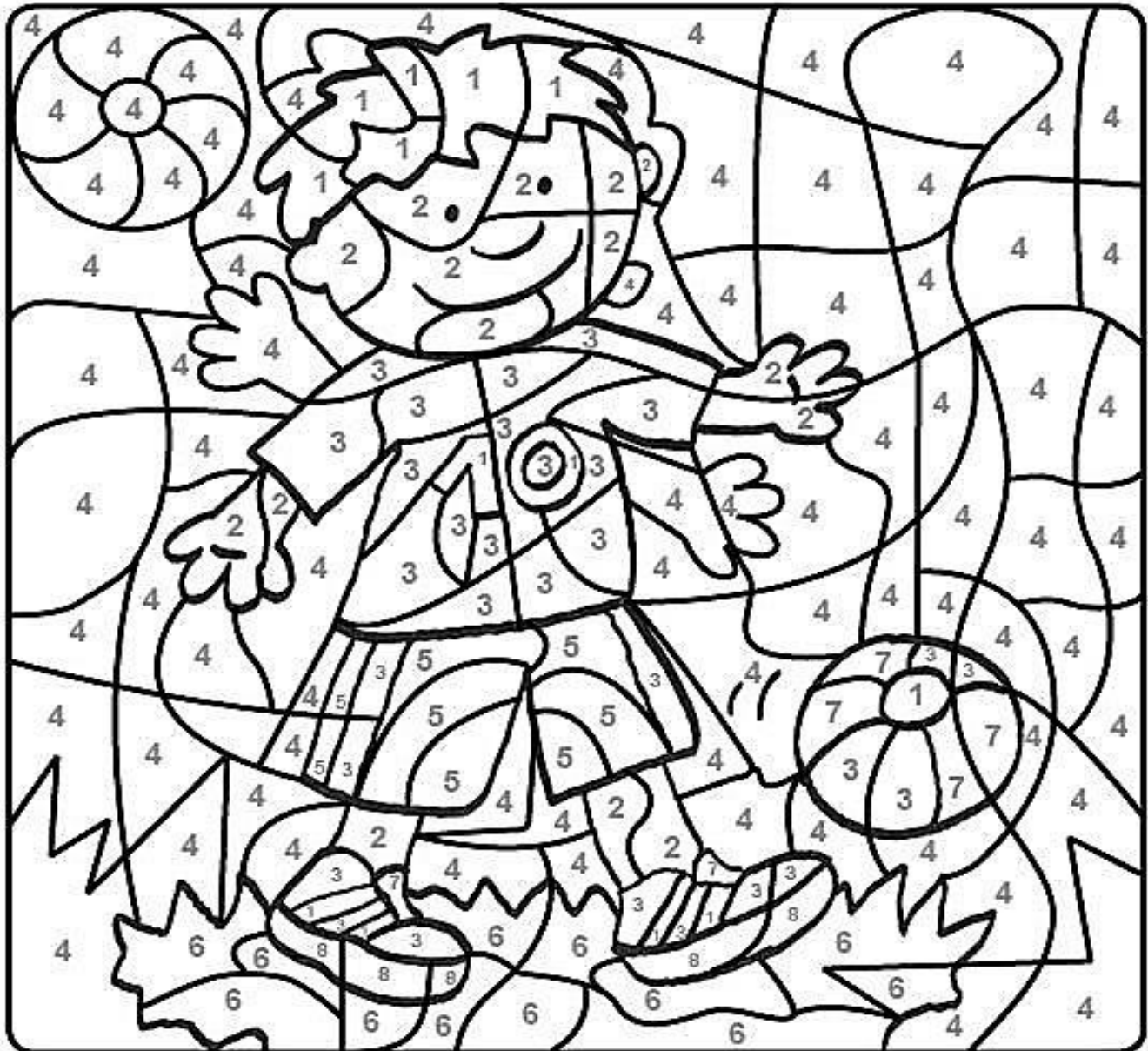
Con una línea de lápiz grafito, unir cada imagen de los órganos vitales, en el lugar del cuerpo humano que se sitúan. “Luego colorear cada uno de los órganos vitales, y el cuerpo humano”.



### Actividad 4

Coloree la siguiente imagen, usando los colores que indica cada número.

1	2	3	4	5	6	7	8
Amarillo	Rosado	Rojo	Celeste	Verde claro	Café	Naranja	Morado



### Actividad 5

De las siguientes imágenes de alimentos, seleccione solo los saludables para arma tu plato de comida. Una vez que ya elegiste tu menú saludable, dibújalos dentro del plato y coloréalos.

