

**Departamento de Ciencias Naturales**

**Ciencias para la ciudadanía - 3°Medio**

**ORIENTACIONES DE APRENDIZAJE**

Estimado alumno, debido a las actuales circunstancias y hasta que la situación se normalice, te invitamos a trabajar desde tu casa, leer esta guía e ir respondiendo las actividades propuestas. Es de suma importancia evidenciar lo que vas aprendiendo y las dudas que surjan de tu trabajo.

El objetivo de esta actividad es lograr que adquieras conocimientos y habilidades primordiales para afrontar tu siguiente desafío: el año 2020.

**Envía tus respuestas y dudas al correo** físicalistal2020@gmail.com **(3°A-B-E) o** mendezcanamaria@gmail.com **(3°C-D-F-G-H).**

|  |  |
| --- | --- |
| Nombre |  |
| Curso |  |
| Correo electrónico |  |
| Fecha |  |

**UNIDAD 1.** Salud humana y medicina: ¿cómo contribuir a nuestra salud y a la de los demás?

**TEMA:** ¿Por qué me hace bien hacer deporte?

**OBJETIVO.** Analizar, sobre la base de la investigación, factores biológicos, ambientales y sociales que influyen en la salud humana (como la nutrición, el consumo de alimentos transgénicos, la actividad física, el estrés, el consumo de alcohol y drogas, y la exposición a rayos UV, plaguicidas, patógenos y elementos contaminantes, entre otros).

**ACTIVIDAD. Responde.**

1. Analiza la información de la página 28 y 29 del texto y argumenta por qué me hace bien hacer deporte. (Escribe un texto de 5 líneas)
2. Haz una lista de actividades físicas que realicen en tu casa y en tu círculo de amigos con quienes tienes contacto.
3. Diseñe una entrevista de 6 preguntas y aplíquela a una persona que realice actividades deportivas, incorpora preguntas como:
* ¿Por qué es necesario practicar deportes en la adolescencia?
* ¿Cuáles son los principales beneficios de realizar deporte?
* ¿Cómo solucionarían las dificultades que evitan practicarlos?
* ¿Sientes algún cambio físico o mental antes y después de hacer ejercicios?

**AUTOEVALUACIÓN.**

¿Logré entender los conceptos estudiados?

¿Qué podría hacer para entender las propiedades que no he logrado entender?

¿Qué conceptos de esta guía de aprendizaje deberías reforzar?

**Recuerda enviar tus dudas y respuestas a los correos:** físicalistal2020@gmail.com **(3°A-B-E) o** mendezcanamaria@gmail.com **(3°C-D-F-G-H).**

***Muchas gracias.*** 