

Requisitos para presentar en **4ª, 5ª y/o 6ª** Oportunidad.

Periodo Escolar: Agosto-Diciembre 2024

Vida Saludable y Deporte

Coordinador: M.E.F. José David Flores Leos

Requisitos

- Elaborar **a mano y en hoja de máquina** cada una de las actividades correspondientes a la unidad de aprendizaje.
- Agregar portada con datos completos.
- La entrega del portafolio se realiza de manera electrónica creando un archivo en el que se agregan imágenes de las actividades realizadas. Se habilitará un apartado de tarea para que se entregue dicho portafolio, mismo apartado de tarea vence en el instante que se habilite el examen (Revisar fecha de examen).
- Es necesario **agregar nombre completo en cada una de las hojas utilizadas**, de lo contrario no se tomará en cuenta el portafolio.
- Fecha de entrega: 4 de noviembre del 2024.
- Fecha de revisión: 18 de noviembre del 2024 a las 12:00 pm en sala de maestros.

Evaluación

- Portafolio con un valor de 30%
- Examen con un valor de 70%

Contenido del portafolio

ETAPA1. Salud y Ejercicio

Dimensión 1. Contestar cuestionario de recuperación.

Dimensión 2. Realiza lecturas comprensivas 1 y 2 de etapa1 y elabora un resumen (2cuartillas).

Copiar y contestar cuestionario (pag.42).

Elabora mapa mental de la etapa 1.

ETAPA 2. Alimentación Saludable

Dimensión 1. Contestar cuestionario de recuperación.

Contestar preguntas introductorias.

- ¿Qué es la nutrición?
- ¿En qué consiste una alimentación saludable?
- ¿Qué son los nutrientes?
- ¿Qué son las proteínas?
- ¿Qué son los carbohidratos?
- ¿Qué son las grasas?
- ¿Cuáles son los tipos de grasas?
- ¿Qué son las grasas saturadas?
- ¿Para qué nos sirven las vitaminas en el organismo?
- ¿Qué son los minerales?

Dimensión 2. Identifica grupos de alimentos del plato del bien comer y niveles de la jarra del buen beber a través de una representación grafica (dibujos).

Elabora mapa conceptual sobre las enfermedades causadas por una mala alimentación así como los problemas relacionados con la pérdida de peso.

ETAPA 3. El Ejercicio y el Cuerpo Humano

Dimensión 1. Contestar cuestionario de recuperación.

Dimensión 2. Elabora un resumen (2cuartillas) sobre lectura comprensiva 1, El cuerpo humano y el ejercicio.

Elabora mapa conceptual sobre lectura comprensiva 2, El ejercicio y sus beneficios al cuerpo humano.

ETAPA 4. Trabajo en Equipo

Dimensión 1. Contestar cuestionario de recuperación.

Dimensión 2. Escrito donde se mencione historia, fundamentos y reglamento acerca del Voleibol y Futbol.

Elaborar mapa mental sobre elementos del futbol (cancha, balón, porterías, etc).

Elaborar mapa mental sobre elementos de voleibol (cancha, balón, red, etc).

Valor del Portafolio 30%

Atentamente
Subdirección Académica