

UN FOLLETO SALUDABLE

DISEÑARÁS y REDACTARÁS un folleto con hábitos de vida saludables.

PRIMERA PARTE:



DOBLA una hoja de papel (tamaño folio) para conseguir un tríptico.



PIENSA en hábitos de vida saludables.

COMPLEMENTA la información que ya tienes con la BÚSQUEDA de más información sobre hábitos que nos aportan bienestar.

CLASIFICA la información según ámbitos: dieta, ejercicio físico, descanso, ocio...

PIENSA en las seis caras que tiene el folleto. PLANIFICA cómo utilizarás las seis caras para expresar la información (¿Tendrá portada? ¿Tendrá contraportada? ¿Pensaré una frase que invite a tener hábitos saludables? ¿Tendrá ilustraciones? ¿Serán dibujos o fotografías? ¿Tendrá una ...)

TOMA las DECISIONES antes de empezar a dar forma al folleto (¿Consultaré folletos para tomar idea de qué documento vas a redactar? ¿Haré un borrador para conocer cuánto ocupa el texto? ¿He decidido en qué orden expondré los ámbitos? ¿He tenido en cuenta que puedo utilizar diferentes tipos de letra? ¿Letra de diferentes tamaños?...)

REDACTA y REVISA el folleto.

SEGUNDA PARTE:

OPCIÓN 1:

Prepara una encuesta sobre los hábitos saludables expuestos (con un máximo de ocho preguntas, escógelas bien) para aplicarla a familiares o amig@s.

Por ejemplo:

¿Cuántas veces haces ejercicio a la semana?		
a. Más de tres veces.	b. Una o dos veces.	c. Ninguna.
¿...?		

Dibuja un gráfico con los resultados de cada pregunta (piensa en tres columnas para cada pregunta).

Redacta un texto con conclusiones a partir de la información obtenida.

OPCIÓN 2:

Define con tus palabras el término SALUD.

BUSCA información sobre el Día Internacional de la Salud, no te conformes con una sola fuente de información. Utilízala para redactar un texto sobre esta celebración (NO COPIES literalmente la información, esfuérzate en elaborar TU REDACTADO.