

Tema: Construir un estilo de vida sano en la adolescencia.

Aprendizaje esperado: Identificar la importancia de generar hábitos sanos que provoquen un estilo de vida sano en la adolescencia.

CONSTRUYENDO UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.

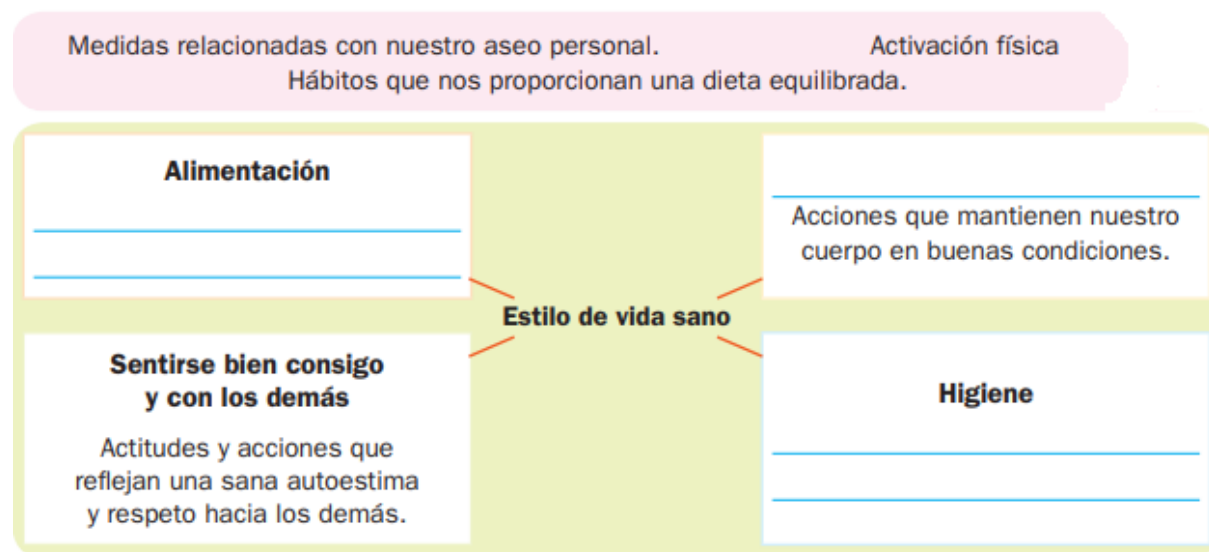
1.- copia en tu cuaderno el siguiente texto.

Durante la adolescencia, las mujeres y los hombres experimentamos cambios químicos y biológicos que modifican nuestros cuerpos. Estos cambios implican nuevos hábitos en nuestra higiene diaria y en nuestro estilo de vida. Por ejemplo:

- Bañarse diario evita infecciones causadas por microorganismos.
- Usar ropa interior de algodón previene la aparición de hongos.
- Mantener hábitos saludables de alimentación permite obtener la energía necesaria para la vida diaria.

2.- Desarrollo.

Completa el esquema con las expresiones del recuadro.



3.- Realiza un listado de 10 hábitos de higiene que realices en tu vida diaria.

Todas tus actividades deben realizarse en el cuaderno de vida saludable y tienen que llevar tu nombre completo, grado y grupo, ya que se revisarán cuando regresemos a clases presenciales. Es importante que entregues tus actividades a tiempo, para poder ser tomadas en cuenta, esta guía debe entregarse a mas tardar el viernes 10 de septiembre vía whatsapp al

777 215 11 27

Cualquier duda o comentario lo recibo vía mensaje whatsapp al numero mencionado.



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA N° 14
Vida saludable 1.- (E Y F)
Profa. Ruth B. Cruz Becerril
Actividades a realizar en el periodo
comprendido del 06 – 10 septiembre 2021
(semana 2)



INSTITUTO DE LA
**EDUCACIÓN BÁSICA DEL
ESTADO DE MORELOS**