**Actividad Sugerida Nº11**

**Beneficios de la actividad física**

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVOS** | **DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD** |
| **Explicar, con apoyo de modelos, el movimiento del cuerpo, considerando la acción coordinada de músculos, huesos, tendones y articulación (ejemplo: brazo y pierna), y describir los beneficios de la actividad física para el sistema músculo-esquelético. (OA 6)**  Comunicar ideas, explicaciones, observaciones y utilizando diagramas y presentaciones usando TIC. (OA f) | En grupo los estudiantes elaboran una campaña de difusión de “una vida activa”. Para ello, confeccionan posters y trípticos donde comuniquen a su escuela o comunidad sus ideas y propuestas para tener una vida con práctica regular de ejercicio que ayuda al fortalecimiento de huesos y músculos. |