

Actividad Sugerida N°12

Ejercicio físico y cuidado del corazón

OBJETIVOS	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
<p>Identificar la ubicación y explicar la función de algunas partes del cuerpo que son fundamentales para vivir: corazón, pulmones, estómago, esqueleto y músculos. (OA 7)</p> <p>Explorar, observar y formular inferencias y predicciones sobre el entorno. (OA a) Observar, medir y registrar los datos. (OA c)</p>	<p>Los alumnos desarrollan una investigación experimental para ver el efecto del ejercicio físico sobre el corazón. El docente les enseña a tomar el pulso a nivel de la muñeca o del cuello (utilizando el dedo índice y medio), antes y después de un esfuerzo físico medio o alto (correr, saltar a la cuerda etc.). Se toman el pulso un par de veces sin hacer ejercicio, registran la información en una tabla de datos dada y hacen un gráfico de barra. Luego, después de hacer algún ejercicio, se lo vuelven a tomar por un tiempo de 10 segundos y lo registran en la tabla. Los alumnos comparan los datos y sacan conclusiones guiados por el profesor. ® <i>Educación Física y Salud y Matemática.</i></p>