



***Espacio curricular: Educación Física**

***Ciclo básico**

***Profesora: Salomón, Adriana.**

Trabajo practico número 1

"Abril mes de la actividad física y salud"

1. Investigar ¿Qué es la actividad física?
2. Beneficios de la misma. Enumerar 10 de ellos
3. ¿Qué es la salud? ¿Cómo mantener un buen estado de salud?
4. Investigar sobre los siguientes medios que son indispensables para mantener la buena salud: alimentación saludable, medio ambiente saludable, agua potable, ejercicios físicos.