



**TAREA DE EDUCACION FISICA Y SALUD 4ºAÑOS SEMANA 20 Y 21
DEL 10 AL 21 DE AGOSTO**

Nombre:

Curso:

Fecha: DESDE EL 10 AL 21 AGOSTO

TIKET DE



SALIDA:

1.- Lee la siguiente definición:

"Este grupo incluye alimentos como el: pan, arroz, pastas, cereales, avena y cabritas" y nos aportan energía a nuestro cuerpo".

El grupo de alimentos descrito corresponde a :

- a) Lácteos
- b) Carnes
- c) Granos
- d) Ninguna de las anteriores.



2.- Los alimentos se pueden clasificar según su origen en:

- a) Origen proteico
- b) Origen vegetal.
- c) Origen vegetal y origen animal.
- d) Origen constructor, energético y protectores



3.- Lee la siguiente definición:

"Este grupo incluye alimentos como: zanahoria, lechuga, zapallo, acelga, brócoli, cebolla, etc.

El grupo que se describe es:

- a) vegetales
- b) Carnes
- c) Granos
- d) Ninguna de las anteriores.



4- ¿Qué es lo que mide la escala de Borg'?

- a) El nivel de grasa en el cuerpo
- b) Las pulsaciones por minuto
- c) El movimiento que realizas
- d) La escala de percepción del esfuerzo



¡¡¡Recuerda que nos encontraremos todos los Lunes para nuestra clase práctica online donde realizaremos los desafíos físicos y deportivos. ¡¡¡Además, no olvidar!!! Estar preparada con tu ropa deportiva más los elementos de hábitos de aseo y alimentación.

¡¡¡Nos vemos la próxima clase!!!!