



COLEGIO ALBERTO HURTADO CRUCHAGA
EDUCANDO EN ARMONIA, SOLIDARIDAD Y ESPERANZA

INSTRUCTIVO DEL LIBRO Y CUADERNO DE ACTIVIDADES CIENCIAS NATURALES Semana del 11 al 15 de mayo

Unidad N° 1 ¿COMO FUNCIONA NUESTRO CUERPO?

Lección N° 2 ¿CÓMO CUIDAMOS NUESTRA POSTURA CORPORAL?

Profesoras : María José Fuentes Bárbara Torres

Nombre del estudiante : _____

Curso : 2° Básico A y B OA - 8

Objetivo: Explicar la importancia de la actividad física para el desarrollo de los músculos y el fortalecimiento del corazón, proponiendo formas de ejercitarla e incorporarla en sus hábitos diarios.

Actividad: Realizadas en las páginas 26 y 27 del libro.

¿Cómo cuidamos nuestra postura corporal?

Exploro

Elijan a 4 compañeros. Sigán las instrucciones de su profesor.

Paso 1



¿Quién cargó la mochila correctamente? ¿Por qué?

Paso 2



¿Quién se sentó correctamente? ¿Por qué?

Paso 3



¿Quién recogió la pelota correctamente? ¿Por qué?

Esta es a página 26, puedes realizar las acciones con integrantes de tu familia y comentarlas.

Es importante que reconozcas la importancia de cuidar el cuerpo adoptando una adecuada postura corporal en diversas situaciones.

1. ¿Por qué debes apoyar tu espalda al sentarte?
2. ¿Qué te pasaría si cargas la mochila con un solo tirante?

Sigue estos consejos:



Esta es la página 27, lee con mucha atención y sigue estos consejos.

Las preguntas 1 y 2 las puedes responder en tu cuaderno verde, colocando la fecha y página de la actividad.

COMPLETA EN EL CUADERNO DE ACTIVIDADES (Página 20)

Actividad 11 ¿Cómo cuidamos nuestra postura corporal?

► Identificaré correctas posturas corporales.

Observa las imágenes y marca un ✓ si la postura es correcta y una ✗ si es incorrecta.



En tu libro llamado **Cuaderno de actividades**, debes identificar marcando la postura correcta.

LECCIÓN 2: ¿QUÉ MÁS PODEMOS HACER PARA CUIDAR NUESTROS HUESOS?

ACTIVIDAD: Realizadas en las páginas 28 y 29 del libro.

¿Qué más podemos hacer para cuidar nuestros huesos?

Exploro

¿Qué pasaría si tus huesos se volvieran débiles y blandos? Descúbrelo.

Paso 1



Intenta doblar el hueso de pollo. ¿Puedes?

Paso 2



Vinagre
1 semana

Paso 3



Intenta doblar el hueso de pollo. ¿Puedes?

“Para realizar esta actividad experimental, SE SUGIERE QUE LO REALICES CON LA SUPERVISIÓN DE UN ADULTO. Materiales: un hueso limpio de pollo, un vaso de vidrio y vinagre de manzana.

PROCEDIMIENTO: Debes tocar el hueso y observar sus características, luego intenta doblarlo para que observes lo que ocurre. Introduce el hueso en el vaso con vinagre y espera una semana. Después de una semana debes sacar el hueso de pollo y volver a tocarlo, observa sus características y trata de doblarlo.

Dibuja esta tabla en tu cuaderno verde y a través de dibujos registra tus observaciones de esta actividad experimental. (Registra todo en tu cuaderno verde con la fecha y la página de la actividad)

DIBUJO DEL HUESO ANTES DEL EXPERIMENTO	DIBUJO DEL HUESO DESPUES DEL EXPERIMENTO

Luego de realizar el dibujo en tu cuaderno, en breves palabras explica lo que le sucedió al hueso al estar introducido en vinagre por varios días.

SABES, QUE ESTO SE DEBE A LAS SUSTANCIAS QUE CONTIENE EL VINAGRE QUE DEBILITAN EL CALCIO DEL HUESO Y PROVOCA SU DEBILITAMIENTO.

¿Cuál es la estatura y peso de mis compañeros?

Paso a paso

Reúnanse en grupos de 9 integrantes. Midan el peso y la estatura de todos.

Paso 1



Paso 2



Paso 3



Paso 4



En las páginas 30 y 31 con ayuda de tu familia midan el peso y la estatura de todos. Para esta actividad necesitaras una huincha de medir, papel engomado y una balanza digital.

Realiza esta actividad tal como se ve en los cuatro pasos.

COMPLETA EN EL CUADERNO DE ACTIVIDADES (Página 21)

Actividad 12 Experimento y aplico

- Registraré los resultados obtenidos en el Experimento y aplico.

Registra los resultados obtenidos.

Nombre	¿Cuánto mide? (cm)	¿Cuánto pesa? (kg)

Completa en esta tabla del cuaderno de actividades, los resultados obtenidos del libro en la página 30