

Encuesta sobre la unidad 7 Educación Física y salud

1. Califica de 0 a 10 las actividades en función de que te hayan gustado mucho o poco (la máxima nota un 10, si te han gustado mucho y la mínima nota un 0 si te han gustado poquísimo):

Actividad 1, ¿qué es la salud?: _____
Actividad 2, valores personales: _____
Actividad 3, apagamos la vela con a respiración : _____
Actividad 4, distintos tipos de respiración: _____
Actividad 5, reconocemos nuestro cuerpo: _____
Actividad 6, nos relajamos: _____
Actividad 7, seguimos relajándonos: _____
Actividad 8, modelamos en arcilla: _____
Actividad 9, sentimos la energía de nuestras manos: _____
Actividad 10, masaje grupal: _____
Actividad 11, evitamos las malas posturas: _____
Actividad 12, aprendemos a estirarnos: _____
Actividad 13, fortaleciendo nuestra musculatura: _____
Actividad 14, dibujamos los sistemas del cuerpo: _____
Actividades con ordenador: _____

2. Escribe las palabras nuevas que hayas aprendido en esta unidad didáctica o aquellas que aun conociéndolas antes de hacer las actividades más te hayan llamado la atención.

3. ¿Piensas repetir los ejercicios que has aprendido en tu casa?, ¿cuántas veces por semana?

4. ¿Recuerdas la diferencia entre un Médico de Familia y un especialista?

5. Enumera unas cuantas acciones que creas que creas que pueden causar ruidos molestos para las/os demás.

6. ¿Cómo irías al centro de tu ciudad sin usar el coche? ,o si vives en el centro, ¿cómo irías a un barrio?

7. Para qué es necesario relajarse o hacer ejercicios de estiramiento o de fortalecimiento de la musculatura?