*Ficha de trabajo*

*Respuestas corporales I*

1. Encuentra las respuestas y sensaciones de tu cuerpo cuando juegas o realizas actividad física.
2. *Me pongo rojo.*
3. *Mi corazón late rápido.*
4. *Cansancio.*
5. *Comienzo a sudar.*
6. *Mi respiración se acelera.*
7. *Me da sed.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| B | D | G | T | A | P | O | L | A | R | F | S | D | Y | Z | M | Ñ | J | U | G | W | S | U | F |
| E | M | I | C | O | R | A | Z | O | N | L | A | T | E | R | A | P | I | D | O | L | S | I | G |
| N | E | T | A | R | O | D | S | U | R | S | A | N | C | A | W | E | R | T | F | B | M | T | O |
| I | P | Ñ | C | V | L | O | H | Q | S | X | A | Z | V | R | B | K | J | I | E | G | E | L | B |
| Y | O | H | J | O | W | E | F | T | U | R | Q | B | M | V | W | F | T | S | R | H | D | A | U |
| A | N | O | Z | Q | C | O | M | I | E | N | Z | O | A | S | U | D | A | R | D | S | A | V | A |
| S | G | O | U | J | A | Z | N | A | M | X | S | P | E | P | R | H | S | L | M | C | S | H | I |
| M | O | M | I | R | E | S | P | I | R | A | C | I | O | N | S | E | A | C | E | L | E | R | A |
| P | R | L | Z | A | E | G | T | L | K | E | Q | V | N | J | U | D | A | U | E | G | D | M | R |
| D | O | G | M | Y | C | A | N | S | A | N | C | I | O | P | A | N | C | I | J | N | F | W | K |
| L | J | G | T | A | C | Z | O | N | C | A | R | O | T | K | G | S | T | W | K | A | D | I | E |
| X | O | U | J | Q | P | Ñ | O | R | T | U | K | I | C | Y | D | Z | F | N | W | E | B | J | Z |

1. Términos pareados: Ubica el número de la columna **A** en la columna **B**, según corresponda.

 **A** **B**

1. Nos ponemos rojos \_\_\_\_\_ Porque los músculos necesitan más

 sangre.

1. Sed \_\_\_\_\_ Es la falta de energía después de

 realizar actividad física.

1. Cansancio \_\_\_\_\_ Porque nuestro cuerpo necesita más

 oxígeno.

1. Sudamos \_\_\_\_\_ Porque aumenta el flujo sanguíneo y

 los capilares se dilatan.

1. Se acelera nuestra respiración \_\_\_\_\_ Para regular la temperatura de nuestro

 cuerpo (ventilación)

1. Aumenta la frecuencia \_\_\_\_\_ Es la sensación que tenemos por la

Cardiaca perdida de líquido.

Glosario:

\*Capilar: conducto sanguíneo.

\*Dilatan: agrandan.

***IMPORTANTE:***

1. Enviar al correo electrónico: xfarina@colegiomercedesmarin.cl
2. Si la ficha de trabajo es impresa por el apoderado, el estudiante debe pegarla en su cuaderno de Educación Física y Salud.