

EN CONTACTO

Módulo

Estado Físico & Salud

- Demostrar la manera correcta de localizar y calcular el pulso sentado o normal y el pulso al hacer ejercicios.
- Identificar las causas del acné y las prácticas adecuadas del cuidado de la piel para los adolescentes.
- Realizar una prueba para evaluar su nivel personal de flexibilidad.
- Identificar métodos para una apropiada higiene oral.

Énfasis de la sesión

- 1 Pulso arterial
- 2 Asistente de médico en el hogar
- 3 Ejercicios para entrenar los músculos
- 4 Salud dental
- 5 Prueba de champú
- 6 Cuidado de la piel
- 7 Uso de calorías

Fitness & Health

Estimados padres,

Como padres y profesores, nos damos cuenta que puede ser difícil lograr que el niño discuta lo que ha aprendido en la escuela. Confiamos que la información proporcionada en esta página, le ayudará en la comunicación con su hijo sobre lo que está aprendiendo.

En los próximos días al completar el Módulo *Estado Físico & Salud*, su niño aprenderá sobre el estado físico personal y del desarrollo de un plan para mantener en forma su sistema cardiovascular. Como el mejor profesor para su hijo, su participación en el proceso educativo es sumamente importante.

Términos que los alumnos aprenderán en este Módulo, incluyen:

- anaerobic respiration
- calorie
- dermatologist
- epidermis
- fat
- fitness
- halitosis
- hyperhidrosis
- physique
- tartar

Preguntas para comentar

Durante el transcurso de este Módulo, su hijo será evaluado sobre conceptos y actividades claves. Usted puede ayudarlo, comentando estos conceptos.

A él o ella se le pedirá que:

- Explique cómo ocurre el acné en la piel. *(El acné ocurre cuando los poros abiertos de la piel se hinchan e infectan, lo cual causa que el cuerpo reaccione enviando células blancas al área, resultando en un grano.)*
- Explique la importancia de la flexibilidad muscular. *(Mientras más flexible el músculo hay menos posibilidad de lesionarse durante una actividad física.)*
- Explique los beneficios de un cuidado apropiado de la piel. *(Remueve el polvo y aceite de la superficie de la piel, reduce el acné y ayuda a la piel a absorber humectantes.)*



Estudiante: _____

Padre: _____