

Módulo Teórico 1er Trimestre

Fecha de entrega: del 15 al 18 de julio.

Criterios de Evaluación: Desarrollo del mismo en forma prolija y con letra legible.

Interpretación de las consignas y relación adecuada de los distintos conceptos.

Entrega en folio con nombre, apellido y curso.

Profesora: Carla Pereyra.

4to. Año. I.S.C.

- 1: ¿Qué sustancias conoces como alimento y qué función cumplen en el organismo? ¿Cuáles de ellas aportan más cantidad de energía? Con los datos que conoces realiza una dieta que sea saludable para el individuo.
- 2: Durante una carrera de 1200 m un adolescente no entrenado mientras está corriendo sufre calambres musculares y sus pulsaciones suben a 140 x min. ¿Qué nos demuestra esta situación? ¿Qué debiera realizar con anticipación para no llegar a esta situación?
- 3: Una adolescente de 16 años decide hacer una dieta sin que sus padres tengan el control, se aísla, vomita reiteradamente y su carácter cambia también, ¿ante que trastorno alimenticio nos encontramos? Desarrolle.
- 4: ¿Qué pasa con la hidratación en el cuerpo de un deportista que sale a realizar su actividad en un día de mucho calor y humedad? Desarrolle.

Trabajo Práctico N° 1

Módulo Teórico

Fecha de entrega: viernes 18 de marzo.

Profesora: Carla Pereyra.

4to. Año. I.S.C.

- 1: ¿Qué sustancia se considera alimento y qué función cumple en el organismo?
- 2: Durante una actividad física ¿qué tipo de sustancias alimenticias aportan energía al organismo? Ejemplifique con una actividad de corta o larga duración.
- 3: ¿Qué trastornos alimenticios conoce? Desarrolle uno de ellos.
- 4: ¿Qué función cumple la Hidratación en el cuerpo humano? Desarrolle.