**GRUPO DE TRABAJO: Estilo de vida saludable: actividad física y salud postural.**

Profesora: M. ª de los Santos Moreno Ruiz. (Lengua Castellana y literatura)

Tutora de 4º de ESO D.

ACTIVIDAD 1

La primera actividad propuesta para iniciar este tema fue una **evaluación inicial** para conocer qué sabían los alumnos sobre este tema. A partir de las preguntas propuestas, expresaban sus ideas, intercambiaban opiniones y decidieron buscar información para exponerla en otra sesión a sus compañeros. Se reparten los temas por grupos.

Las preguntas de las que partimos para conocer sus conocimientos previos fueron las siguientes:

- ¿Pensáis que el estado de ánimo influye en postura corporal? ¿Cómo?

- Especifica cómo debe llevarse en la espalda la mochila con libros.

- Cita ejercicios de fortalecimiento postural y explícalos.

- Indica ejercicios contraindicados que se realicen habitualmente.

- Sabes qué significa el término higiene postural.

ACTIVIDAD 2

La segunda actividad propuesta fue la exposición por grupos de los temas anteriores al resto de sus compañeros. El texto que debían realizar era expositivo- argumentativo, aprovechando que estudiamos los tipos de textos expositivos y argumentativos. De esta manera, pudieron poner en práctica la teoría estudiada.

TEMPORALIZACIÓN.

Las dos actividades fueron llevadas a cabo en el primer trimestre.