
	P6_EF_UD11_PROBA OBXECTIVA		
	NOME:		

Est.EF.6.5.2.	1. Nomea cinco hábitos saudables na túa vida (alimentación e condutas) e outros cinco que penses que poderías mellorar.
----------------------	--

Hábito saudable	
Hábito mellorable	

Est.EF.6.5.3.	2. Tras visionar o corte da película de Wall-E, que efectos positivos tería a práctica do exercicio físico nos habitantes da nave Axioma?
----------------------	--



Que hábito postural realizan os habitantes de Axioma de maneira incorrecta?

Est.EF.6.9.1.	3. Na película, os personaxes rapidamente cambian a cor da súa roupa influenciados por un anuncio, consideras que iso pasa na realidade? Por que?
----------------------	--

Est.EF.6.5.4.	4. Tralo traballado na clase sobre o que significa ser SEDENTARIO, contesta ás seguintes cuestións:
----------------------	--

a) Que significa que unha persoa é sedentaria?

b) Cita 3 efectos que provoca ter un estilo de vida sedentario.

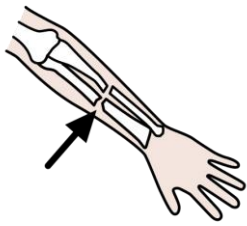




Est.EF.6.4.1.		5. Identifica a calidade física implicada nas seguintes actividades. Escribe o número debaixo da casa adecuada.		
1	2	3	4	5
				
Estiramentos	O pano	Tiro de soga	A carretilla	4 voltas ás pistas
VELOCIDADE	FORZA	RESISTENCIA	FLEXIBILIDADE	

Est.EF.6.11.1.	6. Cada situación ten asignado un número. Coloca eses números nos ocos das lesións que hai abaixo. Cada número nunha lesión.
-----------------------	---

Distensión de ligamentos nunha articulación	Rotura o falta de continuidade dun óso	Lesións que rompen a pel	Persoa que non responde nin respira	Obstrución da vía respiratoria
1	2	3	4	5

Le os primeiros auxilios i escribe tamén unha letra debaixo de cada lesión

1º) animar a tusir 2º) 5 palmadas nas costas + 5 manobras de Heimlich	RICE → Repouso, xeo, compresión y elevación	1º) Responde e respira? 2º) 112 3º) Reanimación cardiopulmonar (RCP)	Lavar con auga fría e xabón, exercer presión cunha gasa	Inmovilizar a zona e chamar a casa ou ao 112 en función da gravidade
A	B	C	D	E

				
FRATURA DE ÓSO	PERSOA INCONSCIENTE	ESCORDADURA	FERIDA	ATOAMENTO