

**DOCENTE:** Lcda. Leticia Damacela

**Grado:** Séptimo año EGB.

## **ACTIVIDAD LÚDICA DE CIENCIAS NATURALES**

**TEMA:** Actividad física, la higiene corporal y la dieta equilibrada en la pubertad



### **ACTIVIDADES:**

1.- Complete:

- Pubertad es el momento de la vida cuando un niño o una niña madura \_\_\_\_\_.
- Es un proceso que suele ocurrir entre los \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ años para las niñas y entre los \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ para los varones.
- En la etapa de la pubertad el hacer \_\_\_\_\_ tiene muchos beneficios para la \_\_\_\_\_; ya que nos ayuda a tener \_\_\_\_\_ y músculos más fuertes; mejora la postura y el \_\_\_\_\_; hace su corazón más fuerte y favorece el crecimiento.

2.- Ubique los cambios que se producen en el niño y la niña.

