

Nome Classe Data

LE INFORMAZIONI DALLA PIRAMIDE

- Dopo aver osservato la piramide dell'attività motoria e averne discusso con i tuoi compagni, completa il testo.

La piramide dell'attività motoria visualizza la quantità di tempo da dedicare ogni giorno a varie attività, per esempio: le attività che è bene fare (quando?)

sono andare a scuola in bici o a piedi, passeggiare, salire le scale a piedi, ordinare i giochi;

le attività da fare quattro o cinque volte la settimana sono

.....

.....

L'attività da fare due o tre volte la settimana è

.....

.....

.....

le gite o attività all'aperto

..... la settimana;

usare il computer, fare videogiochi e guardare la tv

.....

.....

.....

.....

