



Colegio San Francisco del Alba  
Departamento de Ciencias  
Profesora María José Escalona

## Estilos de Vida y calidad del sueño Guía N°2

Nombre : \_\_\_\_\_ Curso: III° Medio

### Aprendizajes Esperados:

- ✓ Reflexionan acerca de la importancia del sueño en los organismos y los factores que pueden alterar este hábito diariamente

### Actividad 1 : Infografía

- En fuentes confiables, busquen información relacionada con la fisiología del sueño.
- Elaboren y diseñan una infografía que incorpore 1 de los tópicos de las preguntas investigadas anteriormente, por ejemplo "higiene del sueño"

**\*\*\* El afiche debe realizarse en PPT y debe ser enviado en formato PDF orientación vertical**