



1. Marca con un X:


| | Todos los días | De 3 a 5 veces por semana | De vez en cuando |
|---|----------------|---------------------------|------------------|
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |

2. Escribe los números donde corresponda:

① Azúcar, leche fresca, leche desnatada en polvo y fermentos de leche.

② 29 de marzo de 2017.

③ Frío (entre 1 °C y 8 °C).



fecha de consumo

ingredientes

lugar de conservación

• ¿Una persona alérgica a la leche podría tomar estos yogures? _____

• ¿Podría tomarme los yogures el 1 de abril de 2017? _____

3. ¿Quién es el que está protegiendo correctamente su cuerpo? _____



4. El patinador merienda todos los días un dulce de chocolate. ¿Te parece un hábito saludable? _____

Escribe una merienda saludable: _____

5. Ordena las sílabas y encuentra los hábitos saludables:

cio- e- jer-ci

gie-ne-hi

can-so-des

6. Elige la opción correcta para completar las frases.

- Es necesario comer veces al día.
- Conviene descansar, al menos, horas diarias.
- Hay que hacer de forma habitual.

7. Une según corresponda:

dormir al menos 10 horas

sentarse recto

hacer ejercicio

comer un dulce todos los días

hábitos saludables

hábitos no saludables