

Hábitos saludables

1. Marca. Para estar sanos debemos de...

☐	Lavarnos los dientes después de cada comida.
☐	Ver la tele 4 o 5 horas al día.
☐	Dormir 8 horas.
☐	Lavarse las manos antes de cada comida.
☐	Comer dulces todos los días.
☐	Practicar deporte sólo en el colegio.
☐	Sentarme sin importar la postura corporal.



2. Marca los niños y las niñas que tienen hábitos saludables.

