Nuestra salud

COMPLETA SOBRE NUESTRA SALUD ELIGIENDO LA PALABRA ADECUADA . APRENDE.

La salud es el estado de _____ tanto en los aspectos físico, mental y _____

La salud física se refiere a que el cuerpo funcione _____ sin dolores y sin dificultades en todas las actividades.

La salud mental se refiere a que nuestras emociones no nos suponen ningún _____ para realizar nuestras actividades.

La salud social consiste en mantener una relaciones adecuadas con las _____ de nuestro entorno: la familia, el colegio, los amigos,...

COMPLETA SOBRE LA PREVENCIÓN Y LA ATENCIÓN SANITARIA ELIGIENDO LA PALABRA ADECUADA

Prevenir es realizar acciones para evitar contraer _____

Para tratar de prevenir enfermedades debemos adquirir hábitos _____ también acudir a revisiones médicas y ponerse las _____ recomendadas.

El médico especializado en cuidar la salud de los niños es el _____

UNE CON FLECHAS IMAGEN Y DEFINICIÓN



LA HIGIENE



LA ALIMENTACIÓN



EL DESCANSO



EJERCICIO FÍSICO

Nuestro cuerpo se fortalece, se vuelve más ágil y elástico. También tiene beneficios para nuestra mente.	Es necesario para recuperar la energía para realizar las actividades y para encontrase bien.	Nos ayuda a prevenir enfermedades y a sentirnos mejor con nosotros mismos y con los demás.	Para mantenernos sanos la dieta debe ser suficiente y equilibrada y adaptarse a cada uno.

Pilar Serrano García. Profesora en el CEIP Azorín de Argamasilla de Alba

LIVEWORKSHEETS