Escoge las actividades que le dan energía y fuerza a tu corazón.



Ver televisión más de dos horas.

Caminar o correr.

No desayunar.



Dormir 8 horas.

Sentarse todo el día.

Jugar juegos electrónicos más de dos horas.

Comer vegetales.



Ayudar en las tareas del hogar.

Hacer ejercicios.

Acostarse en el sofá por varias horas.

Realizar deportes.



No hacer ejercicios.

LIVEWORKSHEETS