REPASO TEMA 2: NOS CUIDAMOS

1 Pon ✓ en los consejos para tener buena salud que son correctos.

- Tomar alimentos variados. .....
- Evitar beber agua o beber muy poca. .....
- Visitar al pediatra de vez en cuando. .....
- Cuidar la postura: sentarse correctamente, etc. .....
- Lavarse los dientes antes de comer. .....
- Lavarse las manos, sobre todo, antes y después de comer. .....

2 Une cada alimento según sean naturales o elaborados.



alimentos naturales alimentos naturales alimentos elaborados alimentos elaborados

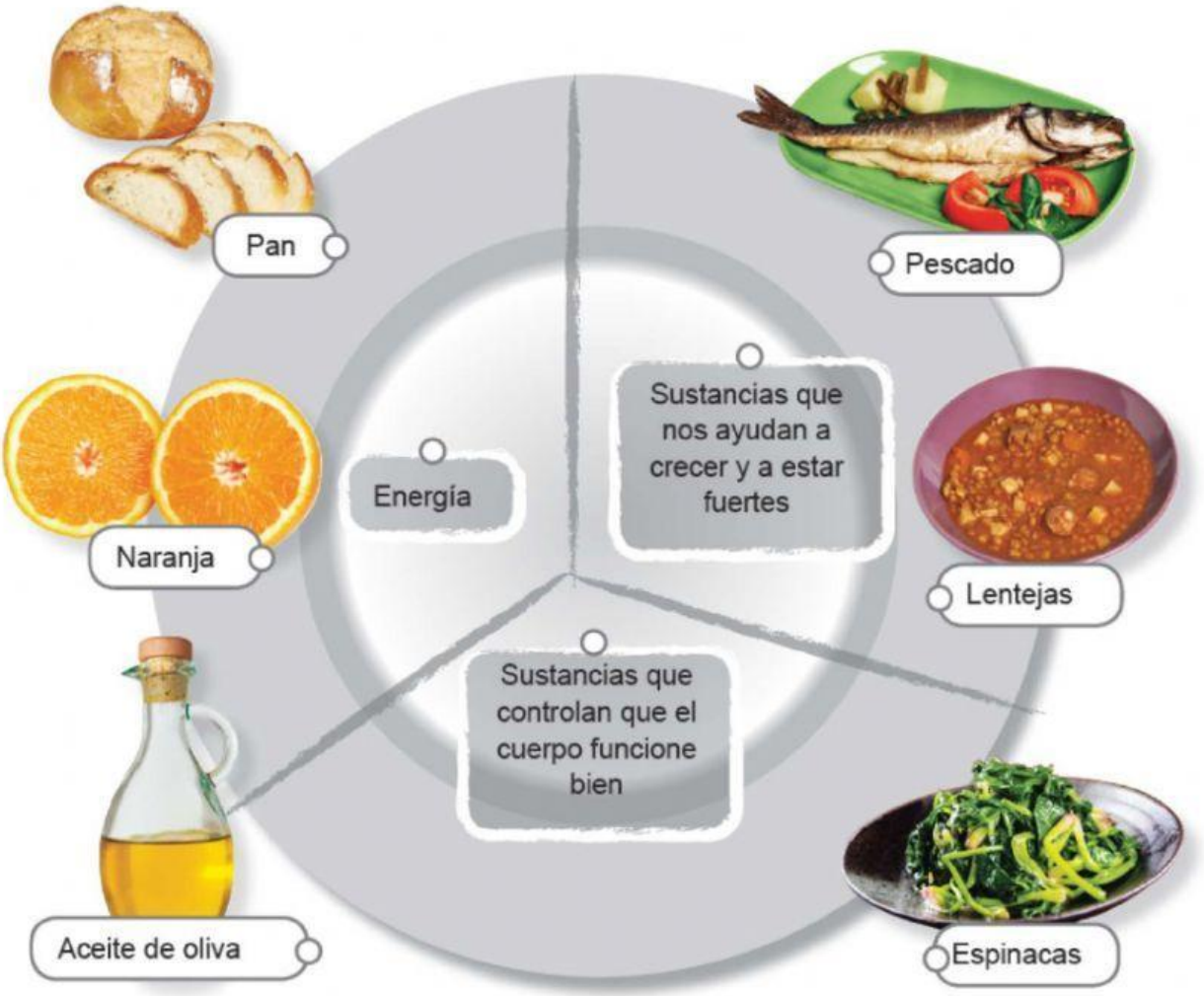
alimentos elaborados alimentos elaborados

alimentos naturales alimentos naturales alimentos elaborados alimentos elaborados

3 Marca el alimento que se conserva en frío.

YOGUR MANZANA LATA DE ATÚN

4 Relaciona cada alimento con lo que más aporta cuando lo tomamos.



5 Completa estas frases:

Hay que hacer comidas diarias y dormir, al menos horas al día.

Practicar ejercicio físico y descansar ayuda a tener .

Reconocer y expresar cómo nos sentimso ayuda a tener salud.