

EDUCACIÓN FÍSICA

«CUIDO MI CUERPO»

NOMBRE:

Instrucciones: una cada hábito de higiene con la imagen que lo representa. En las casillas selecciona si cumples con el hábito de higiene.

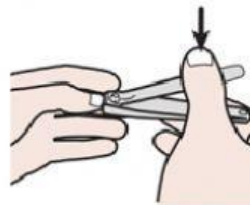
Cambiarse
ropa limpia
a diario



No

Si

Lavarse las
manos con
frecuencia



No

Si

Lavarse los
dientes al
menos dos
veces al
día



No

Si

Bañarse a
diario



No

Si

Cortarse
las uñas



No

Si

Cepillarse
el cabello



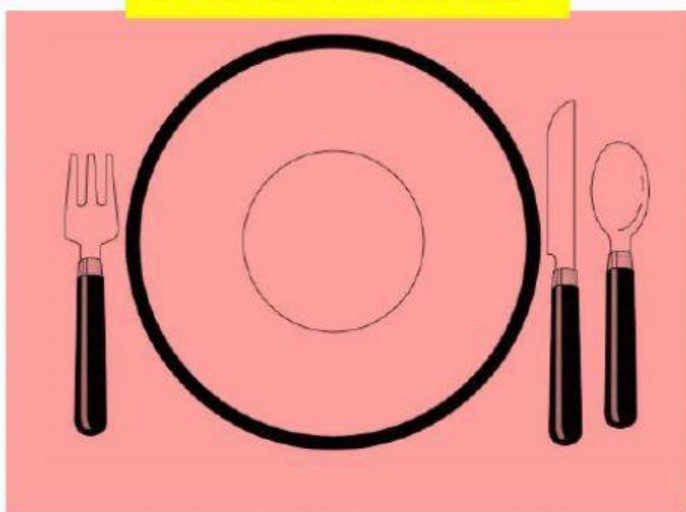
No

Si

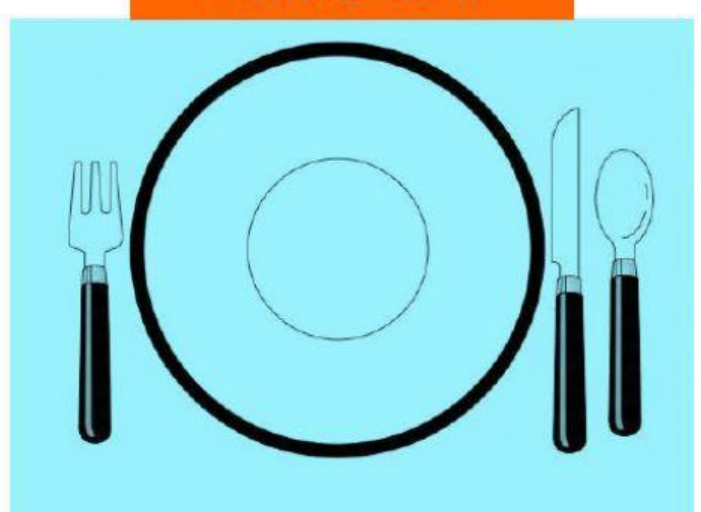
Instrucciones: observando la imagen «el plato del buen comer», debe escribir en cada uno de los platos una lista de los ingredientes para formar platos saludables.



Para el almuerzo



Para la cena



Instrucciones: selecciona la postura correcta, para cuidar nuestra columna vertebral.

