



Nombre: _____ Fecha: _____

FICHA 1: Cuido mi cuerpo

- ¿Qué deportes practican estos niños? Une.



atletismo	fútbol	baloncesto
-----------	--------	------------

- Fíjate en estas fotografías y escribe el número correspondiente en cada oración.



- ☐ Acudir al médico cuando te encuentras mal.
- ☐ Dormir suficiente tiempo.
- ☐ Tener buena higiene.
- ☐ Practicar deporte.
- ☐ Jugar al aire libre.



- Contesta a estas preguntas sobre tu salud con sinceridad:

○ ¿Te duchas o te bañas todos los días?

☐ Sí

☐ No

○ ¿Te lavas las manos antes de comer?

☐ Sí

☐ No

○ ¿Duermes suficientes horas por la noche?

☐ Sí

☐ No

○ ¿Practicas algún deporte? ¿Cuál?

☐ Sí

☐ No

○ ¿Juegas mucho a videojuegos, consolas, tabletas...?

☐ Sí

☐ No

○ ¿Te sientas correctamente en clase?

☐ Sí

☐ No

○ ¿Has estado enfermo alguna vez? ¿Qué te pasó?

☐ Sí

☐ No

