

1. ¿Cuáles son las partes en las que se divide nuestro cuerpo?

A

Cabeza, tórax y abdomen.

B

Cabeza, tronco y extremidades.

2. Cuando decimos que dos personas tienen una constitución diferente, ¿a qué nos referimos?

A

A que una tiene el cuerpo más ancho y otra más estrecho.

B

A que una es más alta que otra.

3. ¿Cuál de los siguientes hábitos saludables ayuda a fortalecer nuestros huesos y nuestros músculos?

A

Dormir unas diez horas al día.

B

Hacer ejercicio.

4. Marca el hábito que no es perjudicial para la espalda.

A

Llevar la mochila sujeta solo de una de las asas.

B

Mantener la espalda recta y pegada al respaldo de la silla.

5. Marca la situación de ocio electrónico que puede llegar a ser perjudicial para nuestra salud.

A

Cuando se convierte en la única o principal forma de ocio.

B

Los videojuegos siempre son perjudiciales para la salud.

Al estar sentados, de pie o al caminar, debemos mantener la espalda recta.

A

Verdadera.

B

Falsa.

Es beneficioso para nuestra espalda llevar la mochila con mucho peso.

A

Verdadera.

B

Falsa.

Hacer deporte es muy saludable. Fortalece, por ejemplo, los huesos y los músculos, y nos ayuda a relajarnos y dormir bien.

A

Verdadera.

B

Falsa.

Es higiénico lavarse las manos con jabón después de ir al baño o antes de comer.

A

Verdadera.

B

Falsa.

Es saludable lavarse los dientes después de las comidas.

A

Verdadera.

B

Falsa.

Observa las imágenes y elige el tipo de ocio al que se refiere cada una de ellas.

