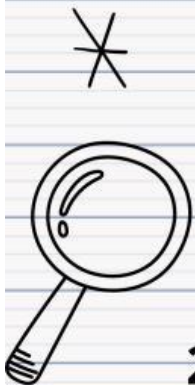
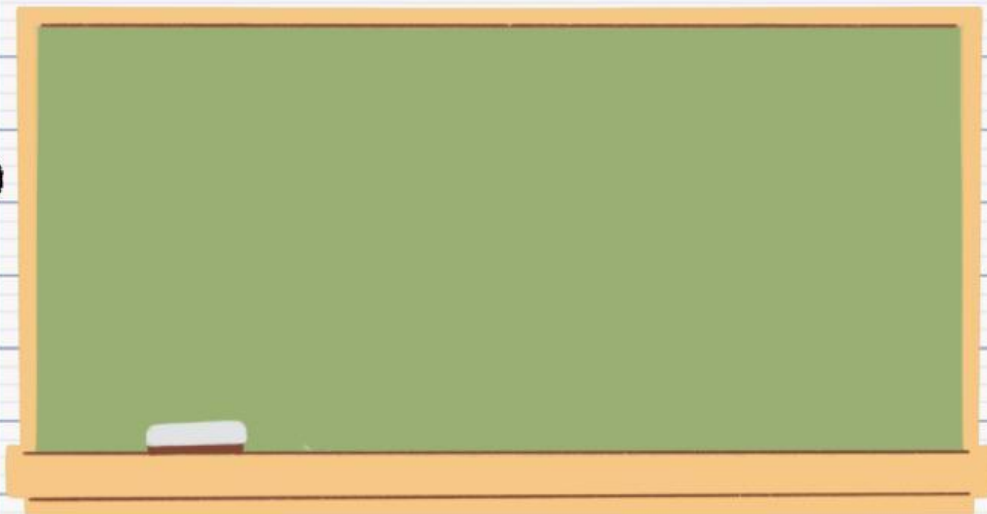


ALIMENTACIÓN SALUDABLE



1.- Observa el video.



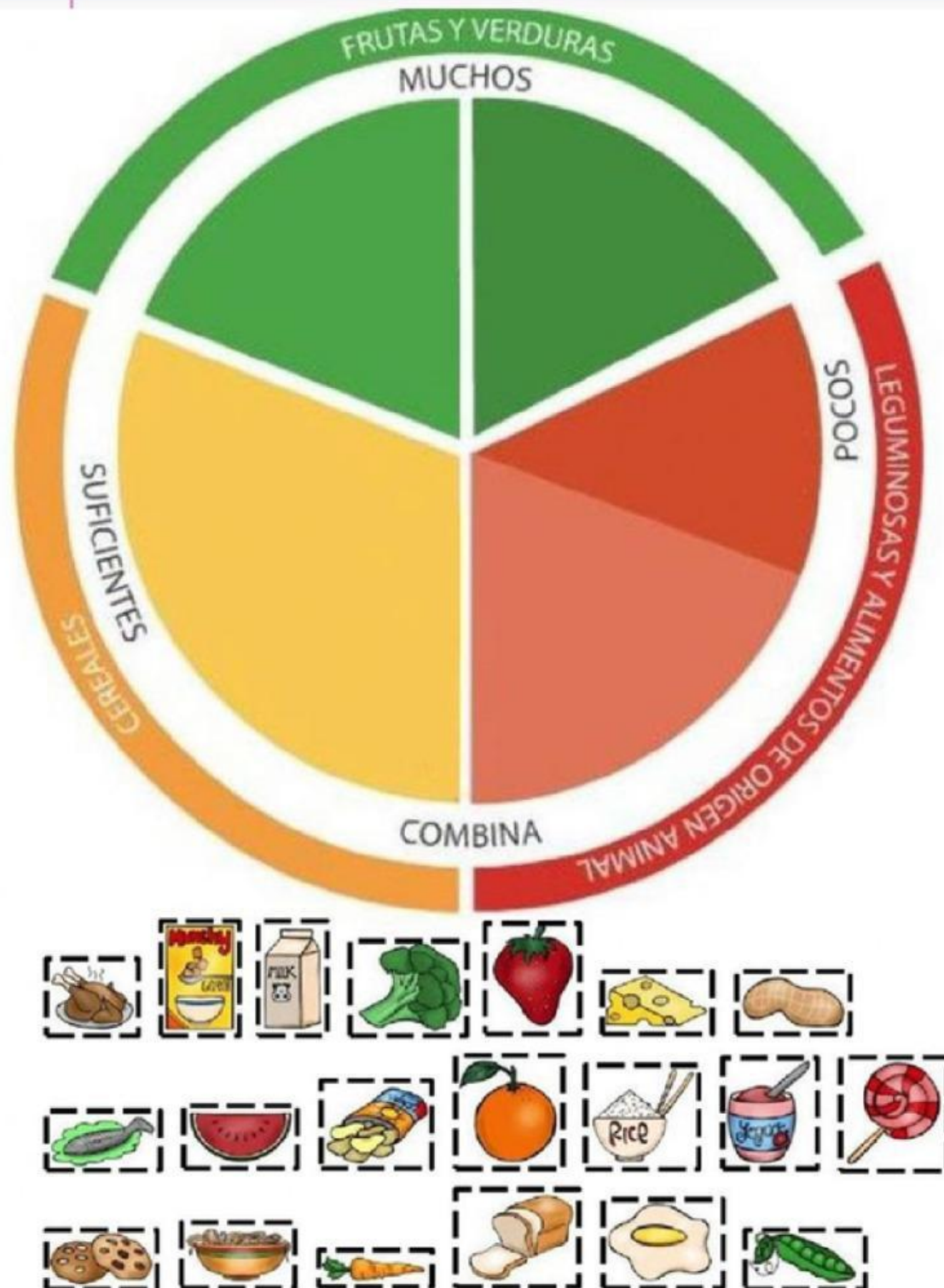
2.- Con lo que observaste del video. Clasifica los alimentos de acuerdo al grupo al que pertenecen.



lll

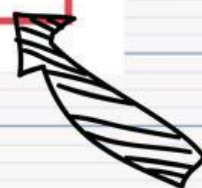
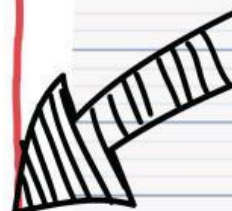
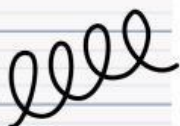
El Plato del buen comer

Arrastra cada alimento para ubicarlo en el lugar adecuado.



Hábitos Saludables

Los hábitos de vida saludable son el conjunto de prácticas alimentarias, de higiene, cuidado personal, autorregulación, relaciones interpersonales, actividad física y descanso que nos ayudan a vivir una vida más saludable.



3- Selecciona la casilla donde observes hábitos saludables.

**COMER
FRUTA
A DIARIO**



**COMER
MUCHOS
DULCES**



**HACER
ACTIVIDAD
FÍSICA**



**COMER
RÁPIDO**



**DORMIR
SUFICIENTE**



**BEBER
AGUA**