

NOMBRE

FECHA

ANTES DE EMPEZAR. Repasa las páginas de la unidad 1 que explican qué es la salud.

- 1 Tenemos salud cuando tenemos salud física, salud mental y salud social. Estudia en qué consiste cada una y marca después lo que corresponde a cada fotografía.



- ☐ Salud física
- ☐ Salud mental
- ☐ Salud social

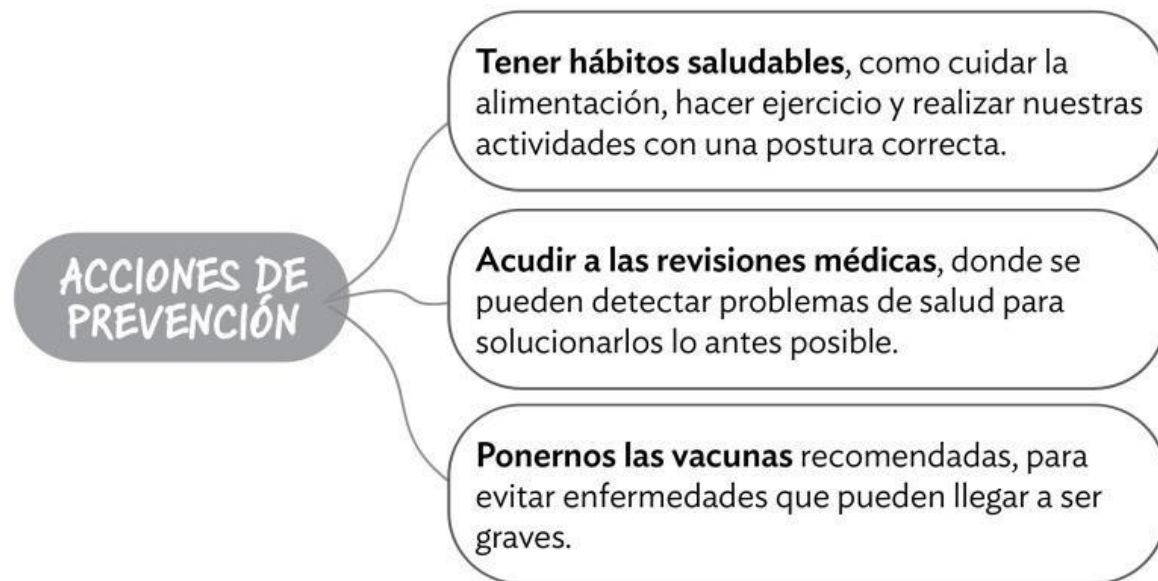


- ☐ Salud física
- ☐ Salud mental
- ☐ Salud social



- ☐ Salud física
- ☐ Salud mental
- ☐ Salud social

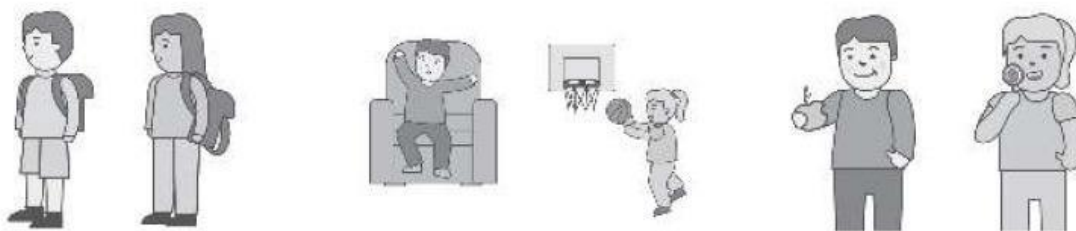
- 2 La prevención consiste en realizar distintas acciones que nos ayudan a mantenernos sanos. Repasa la información y completa las oraciones.



Para evitar que la salud sufra daños:

- Tenemos como hacer ejercicio y cuidar la alimentación y la postura.
- Acudimos a las para detectar problemas de salud de forma temprana.
- Nos ponemos las recomendadas para evitar enfermedades.

- 3 Rodea las imágenes que muestren hábitos saludables.



PARA TERMINAR. Comprueba qué has aprendido sobre la salud. Copia y completa los esquemas en tu cuaderno.

