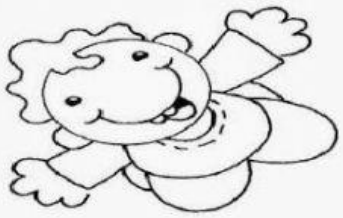
CUARTO GRADO



Para estar sanos

Para estar muy sano
deberás jugar,
practicar deporte,
correr y nadar.

Tomarás un jugo
al desayunar.
Leche con masitas,
¡qué rico que está!

Para estar muy sano,
debés comer
frutas y cereales,
verduras y miel.

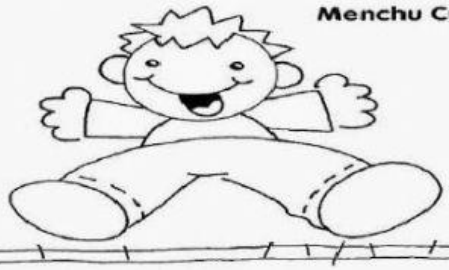
Carnes y pescados
no pueden faltar.
Dieta equilibrada
con algo de pan.

Para estar muy sano,
te tenés que duchar
una vez al día,
y en verano, ¡más!

Para estar muy sano,
tendrás que dormir,
cargarte las pilas
para resistir.

Para estar muy sano,
hace bien reír,
estar con amigos,
querer y sentir.

Menchu Cuesta



1250243699

LIVEWORKSHEETS

COMPRENDO LO LEIDO: Selecciona la respuesta correcta.

1. ¿Qué tipo de texto es el que has leído?

   a. Expositivo b. Lírico c. Descriptivo

2. Según el autor. ¿Para qué debes estar sano?

   a. Alimentarte solo con frutas y cereales.

   b. Comer una sola vez al día.

   c. Tener una dieta equilibrada.

3. Según el texto. ¿Qué debemos comer para estar sanos?

   a. Solo frutas y verduras.

   b. Alimentos ricos en nutrientes.

   c. Cualquier alimento.

4. Según el texto. ¿Qué debemos tener en cuenta al alimentarnos?

   a. Una alimentación saludable y nutritiva.

   b. Una dieta equilibrada.

   c. Las dos anteriores.

5. Además de alimentarnos, ¿qué debemos hacer para estar sanos?

   a. Ejercicio, descanso e higiene.

   b. Descanso, juegos y deshidratación.

   c. Comer, reír y jugar.

6. ¿Qué nutrientes tienen los alimentos? Responde.

7. ¿Por qué es importante alimentarnos? Responde.

LIVEWORKSHEETS

8. Busca en el siguiente pupiletras las siguientes palabras:

SANO - DEPORTE - FRUTAS - CEREALES - VERDURAS - MIEL - CARNES - PESCADO - DIETA - EQUILIBRADA - DUCHAR - DORMIR - QUERER - SENTIR

E	H	W	S	A	R	U	D	R	E	V
Y	Q	U	E	R	E	R	C	I	K	Ñ
P	U	U	D	T	S	V	A	M	G	P
T	S	N	I	M	I	L	R	R	E	E
Y	E	P	E	L	W	M	N	O	T	S
S	L	C	T	B	I	V	E	D	R	C
A	A	O	A	E	K	B	S	Ñ	O	A
T	E	N	L	S	C	X	R	Z	P	D
U	R	A	B	O	F	B	J	A	E	O
R	E	S	R	I	T	N	E	S	D	K
F	C	T	D	U	C	H	A	R	V	A











LIVEWORKSHEETS