

EVALUACION VIDA SALUDABLE "COLEGIO AMSTERDAM"

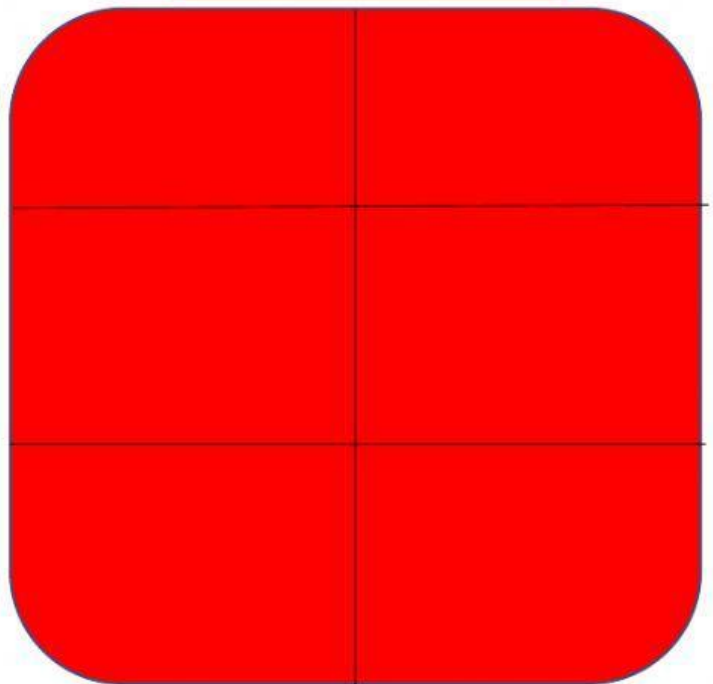
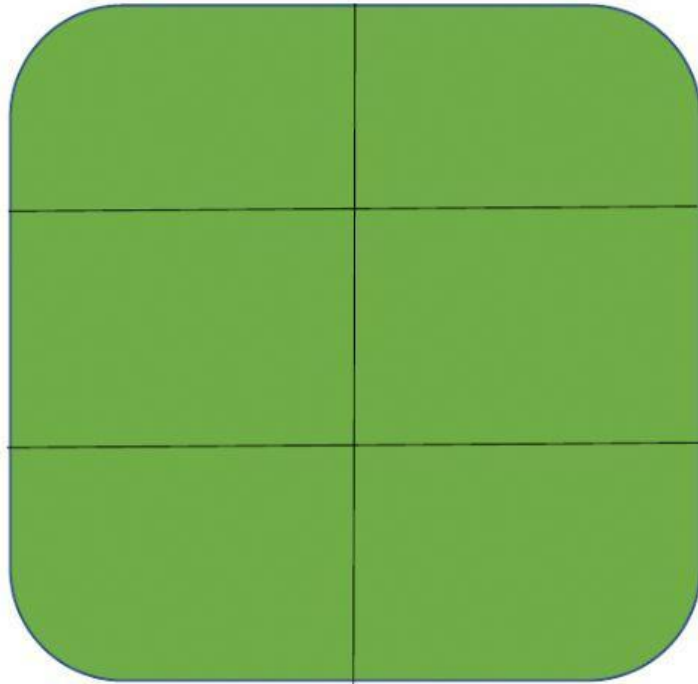
Nombre: _____ Grado y grupo _____

Materia _____ Fecha _____ Profesor: Cecilia Elizabeth Segovia

1. Observa las imágenes y arrastra todas las que pertenezcan a una alimentación saludable en el recuadro verde y los que no sean saludable en el recuadro rojo.

SALUDABLES

NO SALUDABLES



2. ¿Qué es la alimentación saludable?
 - a) Realizar actividad física
 - b) Tener higiene personal
 - c) Comer alimentos saludables

3. Elige los alimentos más saludables
 - a) Pastel, galletas, jamón y leche
 - b) Agua, pescado, verduras, arroz
 - c) Pollo, verduras y refresco

4. ¿Qué alimentos se deben comer siempre?

a) Frutas
b) dulces
c) verduras

5. Coloca los alimentos en el lugar que corresponda

ALIMENTOS NATURALES			ALIMENTOS PROCESADOS		



6. ¿Que son los alimentos naturales?
 - a) Aquellos alimentos de origen natural o animal
 - b) Son los alimentos limpios
 - c) Son aquellos alimentos que construye el hombre

7. ¿Qué son los alimentos procesados?
 - a) Aquellos alimentos que hayan sufrido algún cambio en su naturaleza original
 - b) Son solo los alimentos enlatados
 - c) Son los alimentos que se echan a perder muy rápido

8. Encuentra los 7 alimentos en la sopa de letras

papaya	sandía	mandarina	
plátano	mora	coco	fresa

