



Nombre: _____ Fecha: _____

FICHA 13: Cuido mi cuerpo

Recuerda todo lo que has aprendido para cuidar tu cuerpo.

- Escribe cada palabra donde corresponde.

○ Para crecer sanos tenemos que...

dormir dieta higiene ejercicio

- Llevar una _____ equilibrada.
- Hacer _____ físico.
- _____ entre 8 y 10 horas al día.
- Cuidar nuestra _____ personal.

- Señala las fotografías que describen algo bueno para tu cuerpo.





- Fíjate en la agenda de Luis y contesta.



- ¿Qué días hace deporte Luis? Señala o rodea:
Lunes martes miércoles jueves
viernes sábado domingo

- Señala qué actividad no tiene esta semana:

- ir al cine.
- fiesta de Paula.
- ir a la montaña.
- natación.

- ¿Qué te gusta hacer a ti después del colegio?
Puedes hacer un dibujo.

