

¿Cómo cuidamos nuestro cuerpo?

Propósito: Describe los hábitos de higiene que pone en práctica en casa.

1. Completo esta pequeña encuesta sobre mis hábitos diarios:

Encuesta

a. ¿Qué actividades físicas realizas en casa?

b. ¿A qué hora duermes?

c. ¿Cuáles son tus alimentos favoritos?

d. ¿Te lavas las manos antes de comer?



2. De los siguientes alimentos, seleccione aquellos que son saludables marcando con una equis "X"

☐☐☐☐☐☐



3. Identifico qué hábitos saludables se muestran en las siguientes figuras colocando el recuadro en el lugar correcto.



Lavarnos los dientes.

Tomar agua.

Bañarnos.

Desayuno sano.

Dormir temprano.

Hacer deporte.

