

1. Para tener una postura adecuada, la espalda debe estar:

- a. recta b. descansada c. en tensión

2. Conviene hacer ejercicio físico porque...

- a. es muy divertido b. nos enseña a pelear c. es bueno para la salud

3. ¿Qué es la higiene?

- a. una enfermedad b. la limpieza del cuerpo c. lavarse en ocasiones

4. ¿Cuál es la oración correcta?

- a. el ejercicio físico fortalece los huesos y los músculos
b. el ejercicio físico no es bueno para el corazón
c. el ejercicio físico se practica siempre en equipo

5. Es conveniente lavarse las manos...

- a. una vez al día b. antes de usar el baño c. antes de comer

6. ¿Qué enfermedad que daña los dientes se puede combatir lavándose los dientes?

- a. las caries b. el prurito c. la varicela

7. Las actividades de ocio siempre se realizan...

- a. con la familia b. para aprender c. por gusto y diversión

8. ¿Cuál no es una actividad de ocio?

- a. leer un cuento b. hacer la tarea c. jugar con la videoconsola

9. Jugar con los videojuegos...

- a. es una actividad de ocio de la que no se debe abusar
b. es muy perjudicial y se debe evitar al máximo
c. es muy recomendable y se debe hacer siempre que se pueda

10. ¿Cuánto tiempo debe dormir alguien como tú?

- a. seis horas b. ocho horas c. diez horas