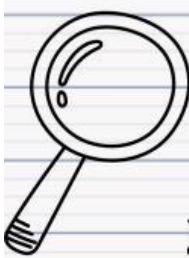
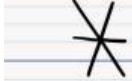
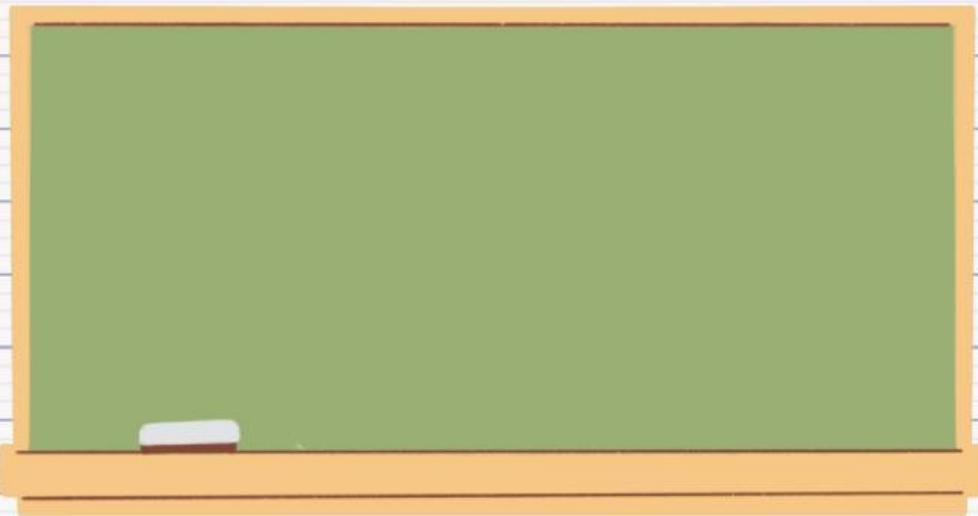




# ALIMENTACIÓN SALUDABLE



1.- Observa el video.

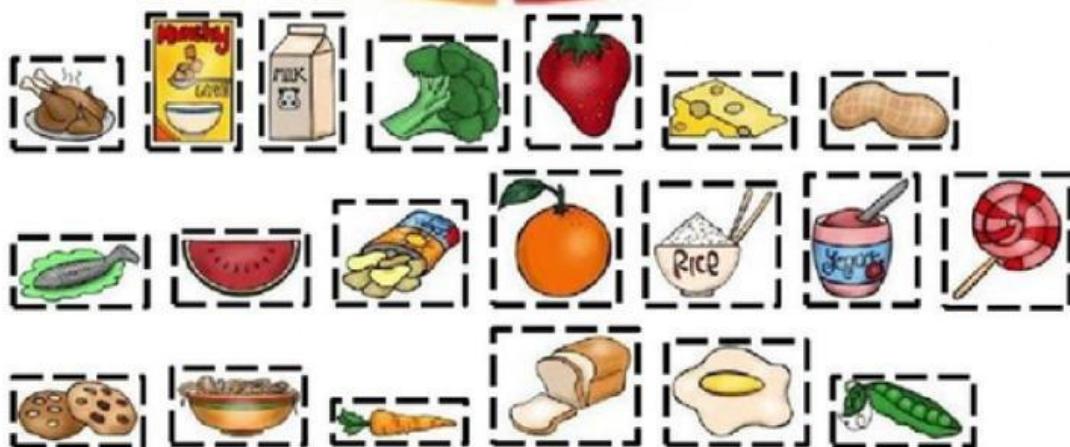
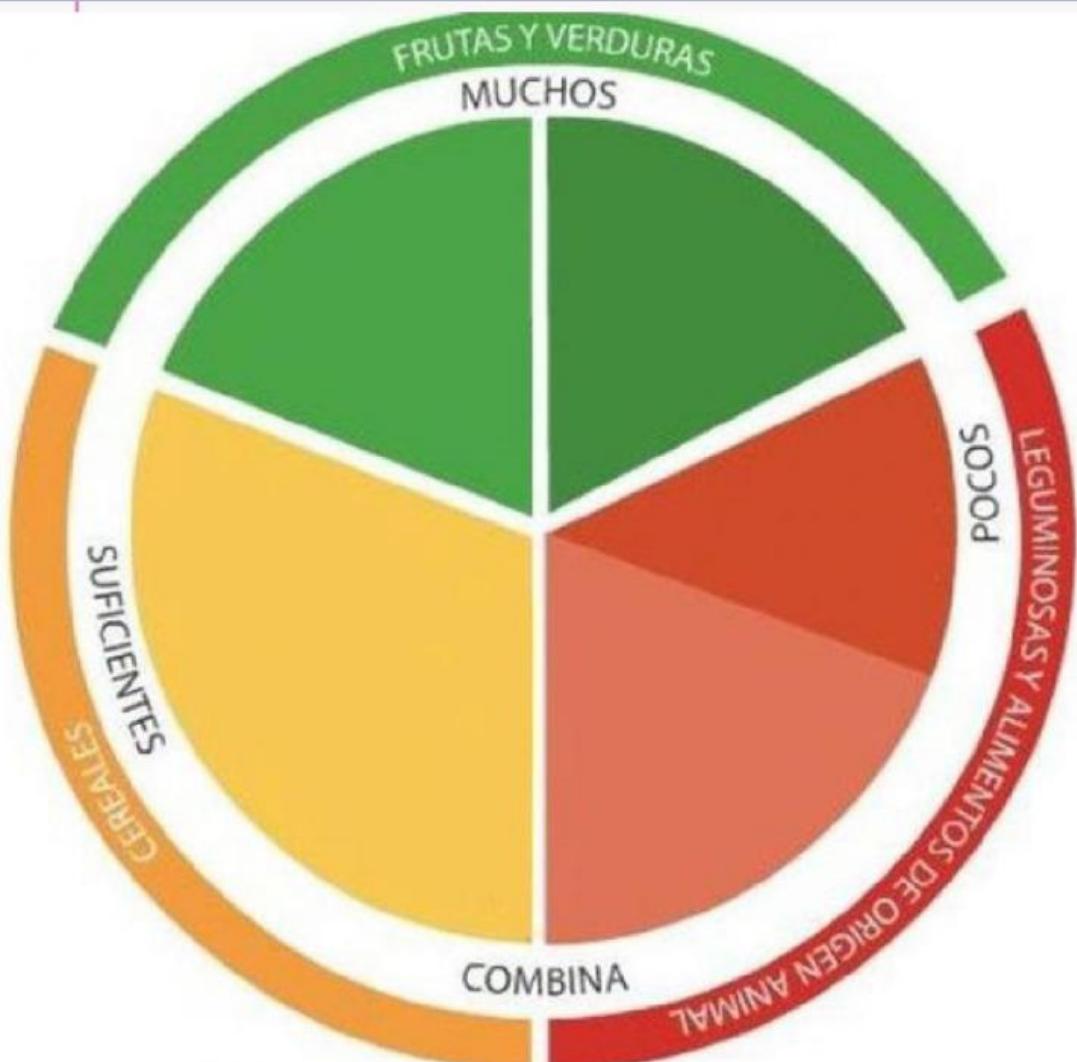


2.- Con lo que observaste del video. Clasifica los alimentos de acuerdo al grupo al que pertenecen.



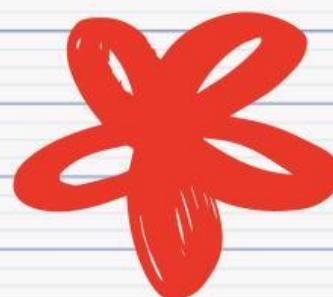
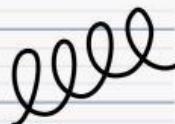
# El Plato del buen comer

Arrastra cada alimento para ubicarlo en el lugar adecuado.



# Hábitos Saludables

Los hábitos de vida saludable son el conjunto de prácticas alimentarias, de higiene, cuidado personal, autorregulación, relaciones interpersonales, actividad física y descanso que nos ayudan a vivir una vida más saludable.



**3- Selecciona la casilla donde observes hábitos saludables.**

**COMER  
FRUTA  
A DIARIO**



**COMER  
MUCHOS  
DULCES**



**HACER  
ACTIVIDAD  
FÍSICA**

**COMER  
RAPIDO**



**DORMIR  
SUFICIENTE**



**BEBER  
AGUA**

