

**Guía Educación Física y Salud – 4to básico. 22 de marzo.**

Nombre del estudiante:

Curso:

Selecciona la alternativa correcta.

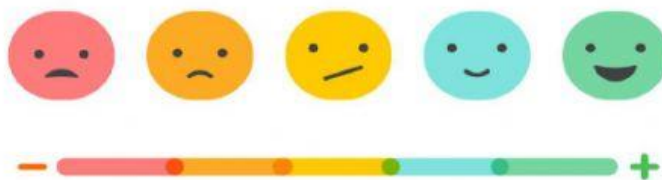
1. ¿Cuántas veces me debo lavar los **dientes** en el día?
  - a. En la mañana.
  - b. Después de las comidas.
  - c. Por la noche.
  - d. Todas las anteriores.
2. ¿Cuándo me debo **lavar** las manos?
  - a. Cuando veo televisión.
  - b. Antes y después de cada comida.
  - c. Cuando me tengo que vestir.
  - d. Solo en la mañana.
3. ¿Cuándo me debería **duchar**?
  - a. Cuando tengo que comer.
  - b. Cuando yo diga que lo necesito.
  - c. En las mañanas y después de jugar.
  - d. Una vez a la semana.
4. Después de realizar **actividad física**, ¿Qué debo hacer?
  - a. Lavar las manos y cambiar de ropa.
  - b. Ver televisión.
  - c. Ir a tomar bebida.
  - d. Comer papas fritas.
5. Nombra 5 hábitos de higiene que debemos realizar **todos los días**.



6. ¿Cómo sentí mi cuerpo al terminar de hacer los ejercicios?



7. ¿Cómo me sentí cuando hice actividad física?



Listo, FELICITACIONES 🎉 terminaste la guía de Educación Física y Salud. Recuerda enviar esta guía a tu profesor/a presionando al final el botón de “TERMINADO”.

Si eres del **4to A o B** enviar la guía interactiva al correo: [e.rojas@fprimitiva.cl](mailto:e.rojas@fprimitiva.cl)