

ALIMENTACION Y HABITOS SALUDABLES

1. Agrega al carrito de compra todos los alimentos saludables.



2. Marca los hábitos saludables.



3. Escribe V si es verdadero o F si es falso.

- a) Comer frutas y verduras todos los días ayuda a mantenernos sanos.
- b) Dormir muy poco hace que tengamos más energía para estudiar y jugar.
- c) Lavarse las manos antes de comer ayuda a prevenir enfermedades.
- d) Hacer ejercicio o jugar al aire libre es bueno para el cuerpo.
- e) Comer muchos dulces y comida chatarra todos los días es saludable.
- f) Tomar suficiente agua durante el día ayuda a nuestro cuerpo a funcionar bien.
- g) Cepillarse los dientes solo una vez a la semana es suficiente.

4. Una son Líneas los alimentos saludables y los no saludables para el cuerpo.



SALUDABLES

NO SALUDABLES