

¡Buen provecho!

Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Descubrimos los alimentos

1. Colorea los alimentos según el código.

rojo: origen animal
verde: origen vegetal

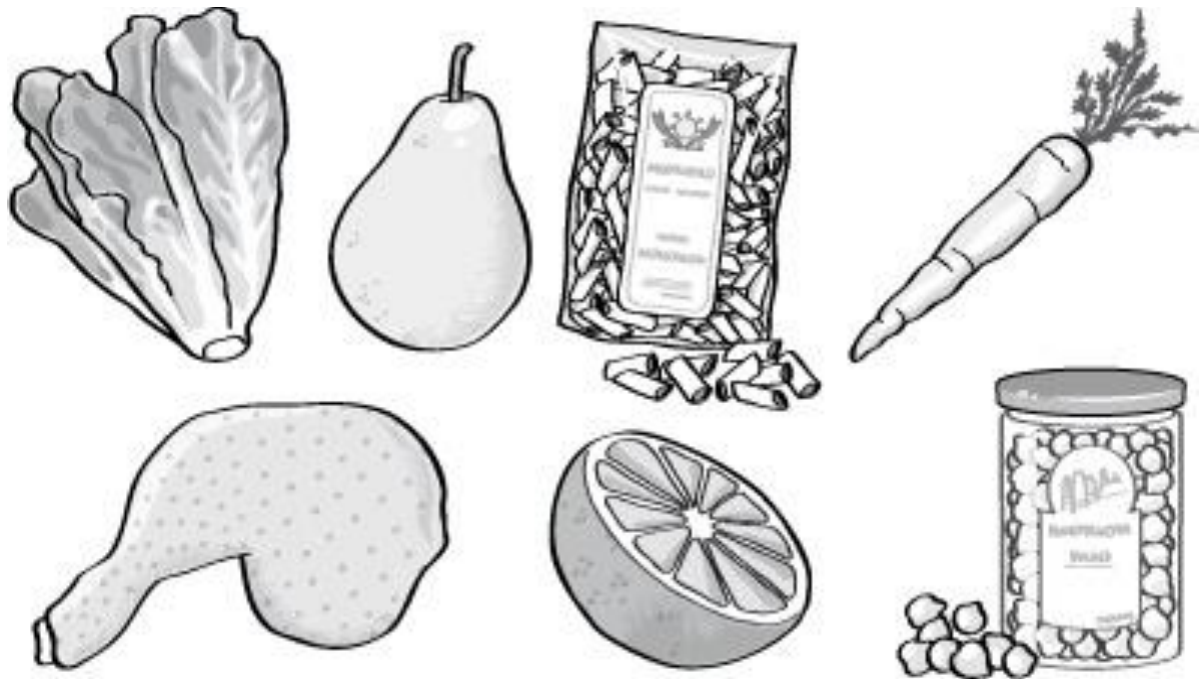
verde: origen vegetal



Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Descubrimos los alimentos

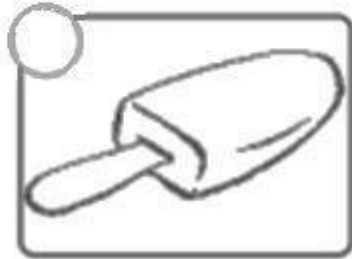
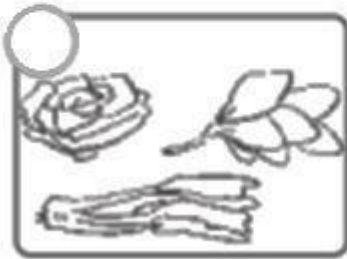
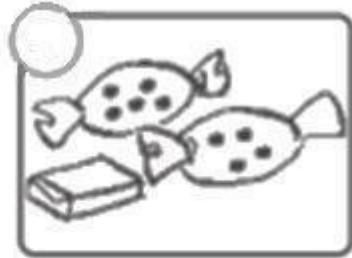
2. Rodea los tres alimentos que siempre se comen cocinados.



Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

¡Qué sano es comer bien!

3. Marca lo que no debemos tomar todos los días.



Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

¡Qué sano es comer bien!

4. Colorea las letras de los alimentos que debes tomar solo de vez en cuando.

pan

pescado

fruta

bollos

verdura

refrescos

Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Comemos bien y nos movemos

5. Rodea los hábitos de alimentación sanos.

lavarse los dientes

lavar la fruta

ver la televisión desde lejos

abrigarse

lavarse las manos antes de comer

6. Colorea seis alimentos para hacer un desayuno saludable.



Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Una vida sana

7. Escribe V si es verdadero y F si es falso.

- ☐ Para estar sanos debemos comer siempre lo mismo.
- ☐ Si no dormimos lo suficiente, al día siguiente nos sentimos cansados y tenemos menos energía.
- ☐ Debemos lavarnos las manos antes de comer.
- ☐ Debemos lavarnos los dientes después de comer.

Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Una vida sana

8. Numera las imágenes según deben suceder las acciones para evitar enfermedades.

