


Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1** ¿En qué parte del cuerpo están? Colorea según corresponda.

 amarillo en la cabeza

 verde en los brazos

 rojo en el tronco

 azul en las piernas

ombligo

pie

mano

pecho

codo

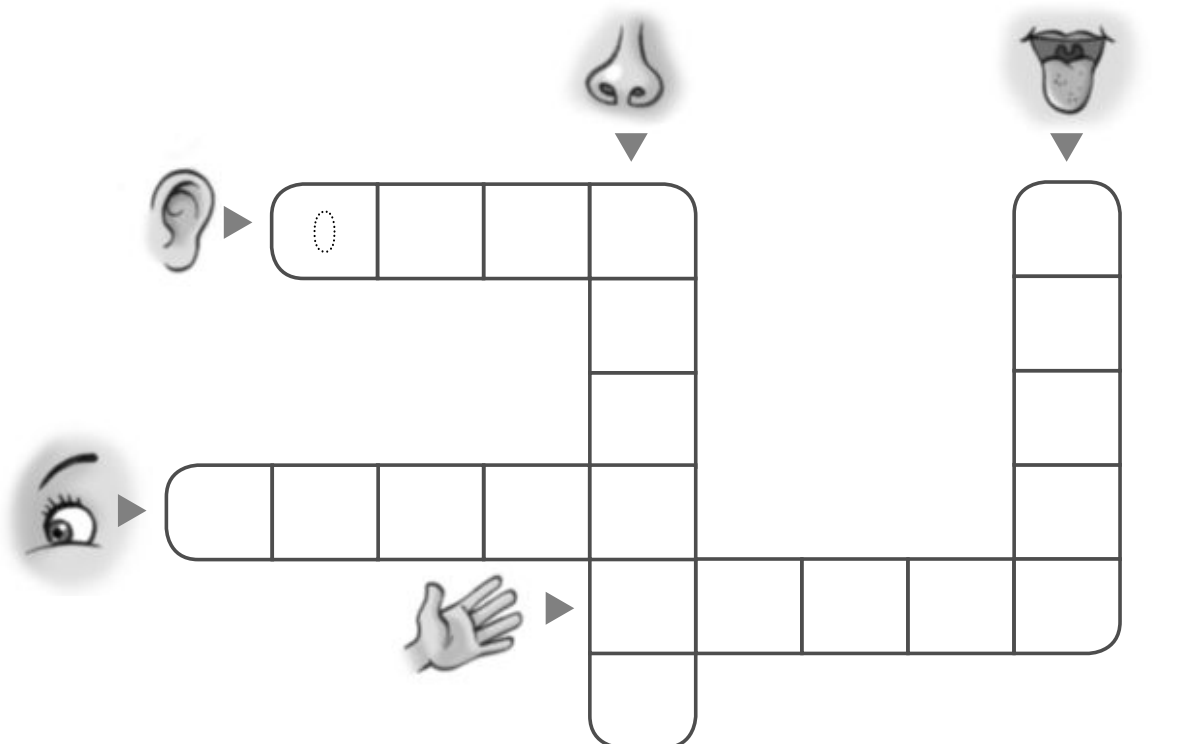
pelo

rodilla

ojos

**2** Resuelve el crucigrama con los nombres de los sentidos.

vista    gusto    tacto    olfato    oído



The crossword puzzle grid consists of the following structure:

- A horizontal word of 5 cells starts from the ear icon. The first cell contains the word "oído".
- A vertical word of 5 cells starts from the nose icon. It intersects with the horizontal word at its 4th cell.
- A horizontal word of 5 cells starts from the eye icon. It intersects with the vertical word at its 2nd cell.
- A horizontal word of 4 cells starts from the hand icon. It intersects with the vertical word at its 5th cell.
- A vertical word of 5 cells starts from the tongue icon. It intersects with the horizontal word from the eye icon at its 5th cell.

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1** Marca lo que creas que contribuye al cuidado de la salud.

- Hacer deporte a menudo.
- Dormir diez horas diarias.
- Beber bastante agua.
- Jugar a menudo con la consola.

**2** Colorea lo que haces todos los días para estar sano.



**3** Escribe el nombre de cada deporte donde corresponda.

fútbol

tenis

natación

baloncesto









Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

1 ¿En qué orden realizas las comidas del día? Escribe.

merienda      cena      desayuno      comida

1. \_\_\_\_\_  
 2. \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_  
 4. \_\_\_\_\_

2 Tacha el alimento que sobra en cada grupo.

Leche y derivados



mantequilla



kiwi

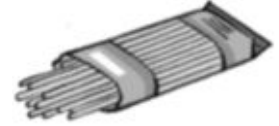
yogur



Legumbres y cereales



garbanzos



espaguetis



salchichas

Carnes y pescados



sardinas

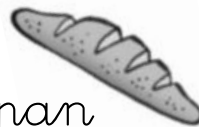
leche



pollo



Verduras y frutas



pan



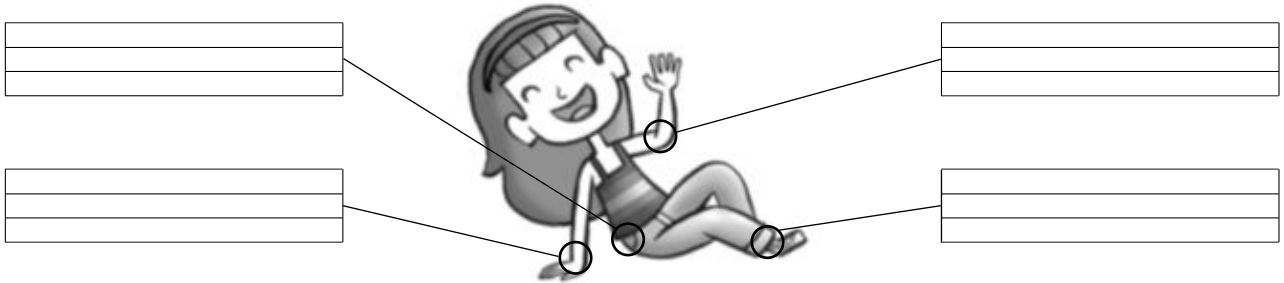
plátanos



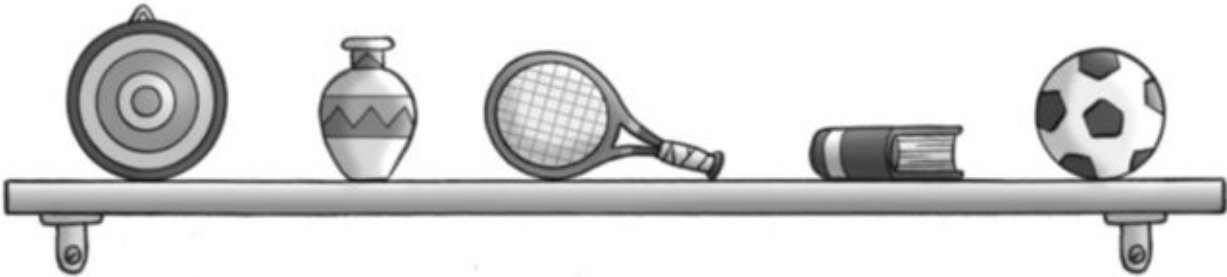
lechuga

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1** Escribe el nombre de las articulaciones señaladas.



**2** Observa y dibuja el objeto que corresponda.



A la izquierda



A la derecha



**3** ¿Con qué sentido relacionas cada palabra? Escribe A, B, C, D o E según corresponda.

**A** olfato

**B** vista

**C** gusto

**D** oído

**E** tacto

salado

rojo

perfumado

blando

ruidoso

frío

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

**1** ¿Qué debemos hacer para cuidar nuestra salud? Escribe.



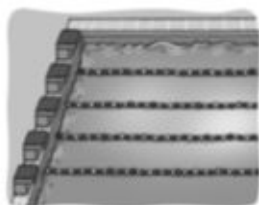
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

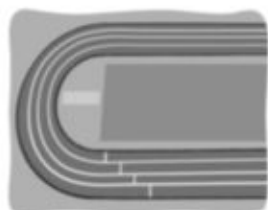
**2** ¿Dónde se practica cada deporte? Une.



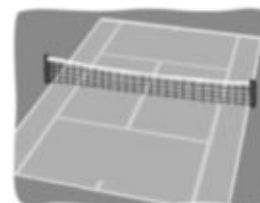
fútbol



gimnasia



natación



baloncesto



atletismo



tenis

**3** ¿Quiénes nos ayudan a estar sanos? Escribe.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

1 Escribe el nombre de cada alimento en su lugar.



De origen vegetal


De origen animal

Del mar

De la granja



2 ¿Qué cubiertos utiliza esta niña? Escribe.



cuchara

cuchillo

tenedor

Utiliza


Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

## ¡Bebed agua, por favor!

Beber agua cada día es importante para nuestra salud.

La mayor parte de nuestro cuerpo está formado por agua. Cuando hacemos ejercicio y sudamos, perdemos gran parte de esa agua. Si no la reponemos, corremos el riesgo de sufrir deshidratación y caer enfermos: nos sentiríamos muy cansados, mareados y con ganas de vomitar.



Las bebidas, los zumos y gran parte de los alimentos contienen agua, pero no la suficiente para nuestras necesidades.

Por eso, recuerda: ¡siempre que tengas sed, bébete un vaso de agua! Así estarás cuidando tu cuerpo.

**1** Explica por qué el agua es un alimento necesario para nuestra salud.

---



---



---



---



---



---