



COLEGIO NIRVANA

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORA: CONSTANZA BAEZA

ED. F
GUÍA N°

1

GUÍA DE TRABAJO TERCERO BÁSICO

"HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE"

Nombre		
Curso		Fecha:
Objetivo: Demostrar la adquisición de hábitos de higiene y de vida saludable		

Instrucciones:

Lee atentamente las indicaciones de cada ítem y realiza según corresponda.

- 1- En una hoja nueva de tu cuaderno, dibuja una tabla como la que se muestra a continuación y escribe 10 alimentos saludables y 10 alimentos que NO son saludables.

SALUDABLES	NO SALUDABLES
1-	1-
2-	2-
3-	3-
4-	4-
5-	5-
6-	6-
7-	7-
8-	8-
9-	9-
10-	10-

2- Escribe en tu cuaderno alimentos saludables que correspondan según cada comida diaria:

Desayuno



Almuerzo

Merienda



Cena

3- Dibuja y pinta en tu cuaderno 5 alimentos saludables y 5 alimentos que NO son saludables.