



NOMBRE: .....

 Completa la frase:

Los .....saludables nos ayudan a mantener el cuerpo ..... y a prevenir .....

 Rodea las frases que describan hábitos saludables.

Llevo la mochila sobre un solo hombro.

Duermo unas diez horas diarias.

Me cepillo los dientes una vez al día.

Nunca me voy al colegio sin desayunar.

 Escribe cuatro hábitos saludables que nos ayuden a estar sanos.

1.- .....

2.- .....

3.- .....

4.- .....

 Escribe una C si es correcto y una I si es incorrecto:

.... Cuando leo busco un sitio oscuro.


.... Evito los ruidos fuertes y prolongados.

.... Cuando creo que se va a producir un ruido fuerte abro la boca.

..... Me gusta acercar mucho los ojos al papel cuando escribo.

..... Cuando escucho música me gusta poner el volumen al máximo.


..... Si tengo algún problema visito pronto al médico.

 ¿Cuándo debes cepillarte los dientes? ¿Por qué es importante que lo hagas? Razona tu respuesta.


.....  
.....  
.....

 ¿Por qué nos beneficia practicar algún deporte?


.....  
.....  
.....  
.....

 Escribe junto a cada deporte una I si es individual y una E si es de equipo.

- |                |                       |               |                  |
|----------------|-----------------------|---------------|------------------|
| ..... natación | ..... waterpolo       | ..... tenis   | ..... baloncesto |
| ..... judo     | ..... salto de altura | ..... béisbol | ..... fútbol     |

 Explica qué son los síntomas.

.....  
.....

 Relaciona cada grupo de síntomas con la enfermedad en la que se presentan.

- |   |                                    |
|---|------------------------------------|
| granos y fiebre <input type="checkbox"/>                  | <input type="checkbox"/> gripe     |
| tos, mocos y dolor de cabeza <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> varicela  |
| fiebre, dolores musculares y tos <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> resfriado |

 Escribe C si es correcto e I si es incorrecto.

.... Cuando voy a estornudar debo taparme la boca para no contagiar a los demás.

.... Mi hermana y yo siempre compartimos el mismo vaso.

.... No es bueno abrir las ventanas de la clase porque entra frío y nos resfriamos.

 ¿Qué son las vacunas y para que sirven?

.....  
.....