

Guía nº 3

TERCERO BÁSICO Alimentación saludable

Nombre _____ Curso: 3º _____

OA 9

Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física.

ACTIVIDAD:

Busca en revistas o diarios 15 alimentos saludables y 15 alimentos NO saludables y pégalos en tu cuaderno.

Saludable

-Frutas

-Verduras

-Lácteos

-Legumbres

No saludable

-Bebidas

-Comida rápida

-Pasteles



Colegio
**MARÍA GRISELDA
VALLE**
El Bosque

DEPATAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD