

## Guía nº4

# Alimentación

Nombre: \_\_\_\_\_ Curso 3º \_\_\_\_\_

### Objetivos a trabajar:

OA\_9: Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable.

### Indicador de Evaluación

9.1 Señalan aquellos alimentos que aporten más energía y que son más saludables.

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