



Educación Física y Salud Guía Nº 4 Primeros Básicos Comida saludable Trabajo en el hogar

Nombre:	Curso:	Fecha:
	1º	____/____/20
Tiempo estimado de trabajo 30 minutos	Habilidad a trabajar Comprender	

Objetivo de Aprendizaje:

Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura y comer una colación saludable antes y luego de la práctica de actividad física. **(OA 9)**

Escucha atentamente las instrucciones que leerá tu familia.

Recuerda:
La actividad física va de la mano con una alimentación saludable.

Alimentación Saludable:

Encierra con una cuerda roja lo que tus creas que **NO** es saludable para ti y con una cuerda azul lo que consideras saludable

ALIMENTACIÓN

PINTA LOS ALIMENTOS SALUDABLES



Te invito a visitar el siguiente link:

<https://www.youtube.com/watch?v=jsqONxiLcYM>