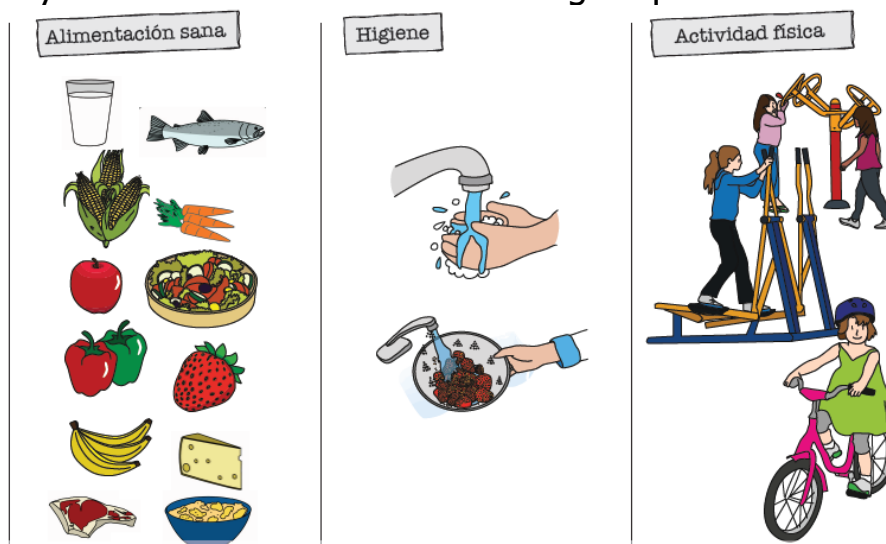


Asignatura: Social	
Docente: Karen Jerez Carrasco	Curso: Laboral 1 C
Objetivo de Aprendizaje: Reconocer diferentes hábitos saludables que nos ayudan a mantener un cuerpo y mente sana.	
Contenido: Hábitos de vida saludable	
Habilidad: Conocer	
Semana N°: 13 (lunes 22 al viernes 26 de Junio)	

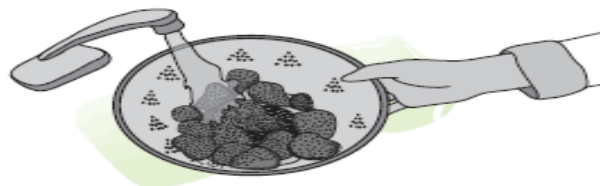
Durante este mes, hemos trabajado la unidad "Mente sana, cuerpo sano", hoy te invitare a observar esta imagen que resume lo aprendido.



Una alimentación sana, una buena higiene personal e higiene de alimentos y mantener una actividad física, son necesarios para lograr una mente y cuerpo sano.

Ahora deberás recordar todo lo aprendido y realizar los siguientes ejercicios:

Encierra en un círculo lo que debes hacer para mantenerte sano:





Encierra en un círculo lo que puede pasar si una persona **no** se lava las manos continuamente.



Para finalizar evalúa tu comportamiento de este mes respecto a los diferentes temas tratados:








Marca con un  cuando comes alimentos saludables.

Hábitos	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
 Frutas							
 verduras							
 legumbres							
 agua							




Marca con un  cuando realizas actividad física.

Hábitos	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
							
							
							
							
							



Marca con un ✓ cuando realizas actividades de higiene.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
 Hábitos							
