

RE

El cuidado del cuerpo

2.º de Primaria

La salud · 2.º de Primaria

Descubre los hábitos de higiene y descanso para estar sano, con ejercicios y soluciones. Gratis en PDF.

Nombre: _____

Fecha: _____

Aprende

Para estar sanos debemos cuidar nuestro cuerpo. La higiene es fundamental: nos lavamos las manos antes de comer, nos duchamos y nos lavamos los dientes después de las comidas. También hay que descansar: dormir unas diez horas cada noche. Y conviene hacer ejercicio y comer de forma variada.

1. ¿Cuándo nos lavamos las manos?

2. ¿Cuándo nos lavamos los dientes?

3. ¿Cuántas horas conviene dormir?

4. Nombra un hábito saludable.

5. ¿Qué es la higiene?

Solucionario

1. Antes de comer.
2. Después de las comidas.
3. Unas diez horas.
4. Respuesta libre (ducharse, hacer ejercicio...).
5. Cuidar la limpieza del cuerpo.