

**RE**

# Cuido mi cuerpo

1.º de Primaria

## **La salud · 1.º de Primaria**

Ficha con teoría, ejercicios y espacio para responder. Descárgala e imprímela gratis en PDF.

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**Aprende**

Para estar sanos tenemos que cuidar nuestro cuerpo: lavarnos las manos antes de comer, ducharnos, cepillarnos los dientes, peinarnos y dormir bien. La higiene nos ayuda a no ponernos enfermos.

**1. ¿Cuándo debemos lavarnos las manos?**

---

---

**2. ¿Con qué nos limpiamos los dientes?**

---

**3. Escribe algo que haces para estar limpio.**

---

---

**4. ¿La higiene nos ayuda a estar sanos?**

---

**5. ¿Cuántas veces al día conviene cepillarse los dientes?**

---

## Solucionario

1. Antes de comer (y después del baño).
2. Con el cepillo de dientes.
3. Respuesta libre (ducharme...).
4. Sí.
5. Varias (después de las comidas).