



**CORPORACIÓN EDUCACIONAL GIOVANETTI
COLEGIO JUAN BAUTISTA DURAN
EL BOSQUE**

**HÁBITOS
DE
VIDA
SALUDABLE**



¿Qué son los hábitos de vida saludable?

- Los **hábitos saludables** son todas aquellas conductas y comportamientos positivos que adquirimos en nuestro día a día que recaen de manera directa o indirecta en nuestro bienestar físico, social y mental.



Para aprender más sobre los hábitos saludables y poder realizar las siguientes actividades, te invitamos a ver un video en:

<https://www.youtube.com/watch?v=qskZ--IQynY>

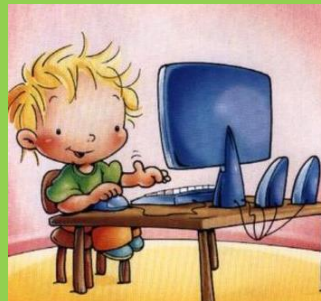
Actividad n°1

- En tu cuaderno o en una hoja escribe 6 hábitos saludables que realices. Puedes pedirle a ayuda a un adulto.
- Envíale una foto de tu lista sobre los hábitos saludables a tu profesor jefe al correo de tareas de tu curso.



Actividad n°2

Haz click sobre las imágenes que corresponden a un habito saludable



Actividad n°3

Junto a tus papas te invitamos a hacer un afiche de hábitos saludables que debes practicar a diario y envíanos una linda fotografía al correo de tareas de tu curso.

