

Alegría familiar saludable

Juntos, completen los espacios en blanco para crear su propia alegría familiar. Escriban sus nombres alrededor de la página. ¡Díganlo en voz alta y con orgullo!

Somos la familia _____.

Hemos aprendido mucho acerca de cómo
estar sanos de la cabeza a los pies.

Estamos en marcha. ¡Estamos en movimiento!

Nosotros _____, _____ y _____.
(ejemplos: caminamos, nos estiramos, saltamos)

Algunas veces lo hacemos rápido y otras veces despacio.

Comemos alimentos nutritivos para crecer sanos.

Nos encanta comer _____, _____ y _____
(alimentos nutritivos)

Y es mejor si lo hacemos juntos, ¡la, la, la!

Somos la familia _____.

Ahora ya sabemos lo que es bueno para nosotros.

Somos la familia _____.

Todos nos sentimos orgullosos.

