

CUADERNO - INFANTES
SALUD

Niños en la Cocina



ESCUELA CRISTIANA DE VACACIONES

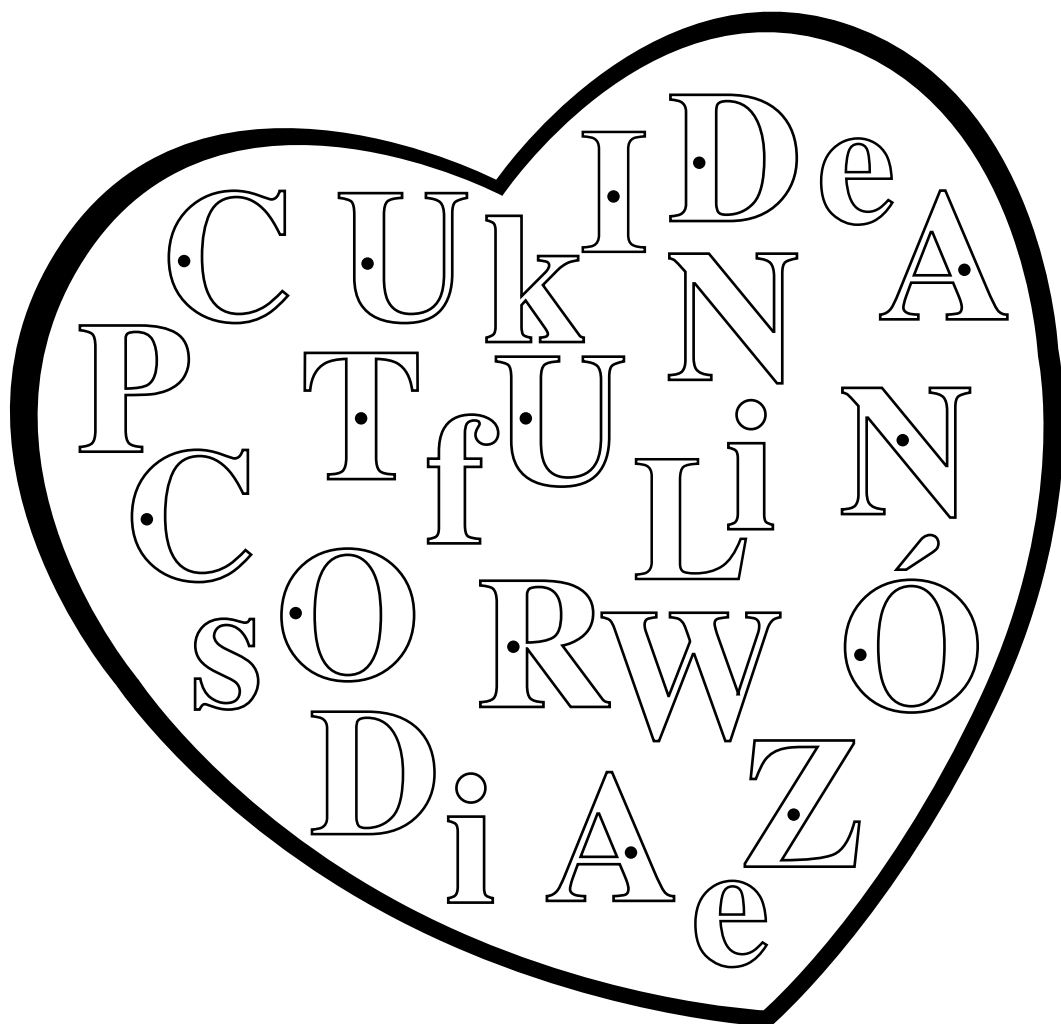
1

**ACTIVIDADES
INFANTES
SALUD**

Descubrimientos del Corazón

Instrucciones:

Colorea todas las letras que tienen un punto. Pídele a alguien que te ayude a leer el mensaje. Puedes pegar lana roja para delinear el contorno de tu corazón, o puedes decorarlo con pegamento fluorescente, encaje, polvo brillante (glitter), stickers o dibujos.



2

ACTIVIDADES INFANTES SALUD

Ejercítate cada día

Instrucciones:

Mira los cuadros e intenta realizar algunos de estos ejercicios:



Toca tus dedos



Levanta ambos brazos



Marcha



Toca tus hombros



Levanta una pierna, luego la otra



Salta



Toca palmas detrás de tu cabeza



Levanta un brazo, luego el otro



Inclina ligeramente las rodillas, resiste unos segundos, luego vuelve a la posición normal

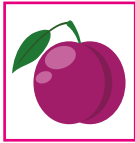
3

ACTIVIDADES INFANTES SALUD

Frutas y vitaminas El poema de las frutas

Instrucciones:

Dibuja la figura que corresponde en el recuadro en blanco, y así completarás cada frase.



Hay ciertas comidas que crecen en los



jugosos y dulces sin comparación.

Algunas veces este fruto es verde, otras veces amarillo, esto es una



Un día mi hermano arrancó uno con su mano, redondo y de color púrpura, esto es una



Dulces o ácidas y de color rojo vivo, al comerlas tienes que botar la pepita de adentro



Y para un paseo a la playa, nada mejor que un sabroso



Pero en esta lista, no puedes dejar escapar las deliciosas verdes, rosadas u oscuras



que pueden ser

Esto te hará fuerte, bonito(a) y muy saludable. Recuerda que en tu dieta nunca deben faltar las



4

ACTIVIDADES
INFANTES
SALUD

Duerme con ganas

Cosas que me ayudan a dormir

Instrucciones:

Pinta los cuadros, recuérdalos y practícalos para que tengas un feliz descanso.

Bañarse



Leer una historia



Ponerse el pijama



Abrazar un juguete

5

ACTIVIDADES
INFANTES
SALUD

Confianza trae seguridad

Instrucciones:

Pinta el cuadro y recuerda que Jesús está listo para ayudarte y librarte en todos tus caminos.

Quando necesito ayuda,
JESÚS está listo a darme su
cuidado y su amorosa ternura.

Quando estoy con miedo
ORO por su ayuda y me
siento bien.



JESÚS es el mejor amigo que tú
puedes tener. Confiar en Él es una
buena manera de permanecer sano.

