

🗣️✍️ ¡Viva la vida sana!

¿Qué significa tener una vida sana? Una vida sana no es sólo comer bien y ser activo sino también ser feliz.

a. Identifica tres acciones que contribuyen a una vida sana en las tres categorías.

Modelo

Para mí, tener una vida sana es . . .

COMER BIEN	SER ACTIVO/A	SER FELIZ
Comer aguacates 	Correr todos los días 	Ver el atardecer 

b. Ahora, comparte tus acciones con un/a compañero/a de clase.

Modelo

Para mí, tener una vida sana es . . .

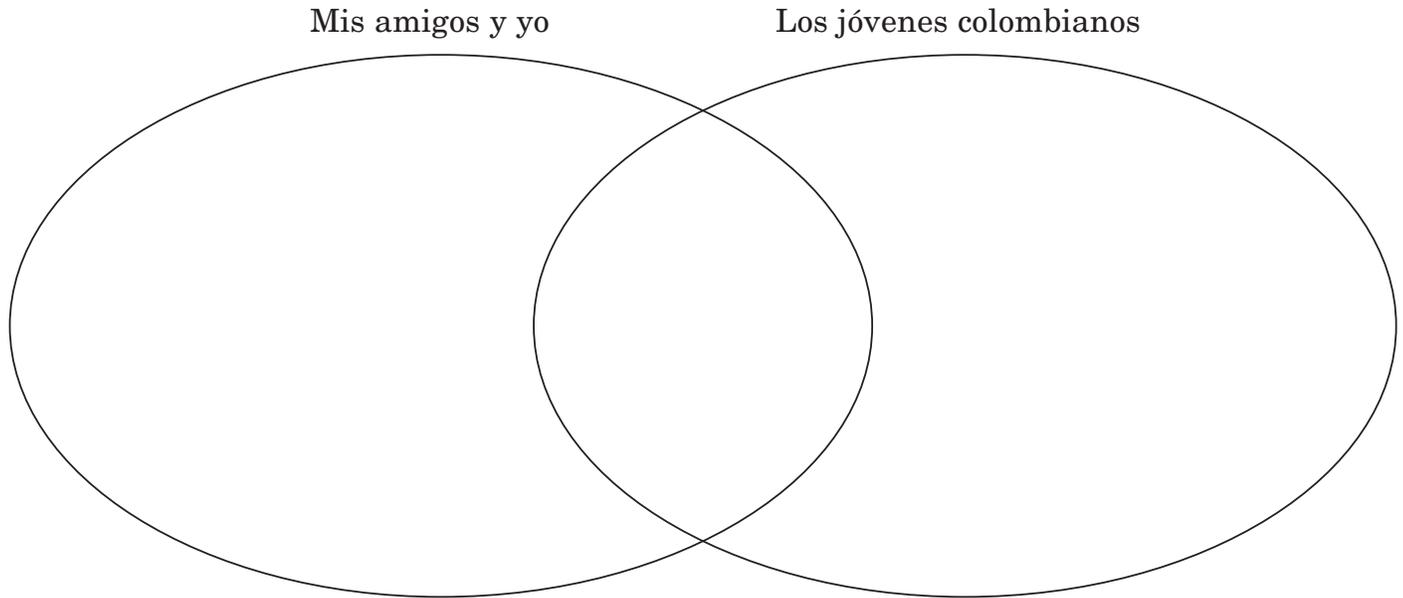
c. Mientras escuchas a tu compañero/a, anota sus respuestas.

Modelo

Para mi compañero, Miguel, tener una vida sana es correr todos los días.

COMER BIEN	SER ACTIVO/A	SER FELIZ
	Correr todos los días	

- d. Mira las respuestas de tu compañero/a y compáralas con las tuyas. Mantén una conversación con tu compañero/a.
- e. Vamos a conocer a varios jóvenes de Colombia, un país muy diverso con playas, montañas, ciudades, campos, clima caluroso y clima frío, donde hay muchas opciones para tener una vida sana. Piensa en cómo contestarían a estas preguntas estos jóvenes. En tu opinión, ¿qué tendrán en común con tus compañeros y contigo? ¿Qué será diferente?
Anota tus opiniones en el organizador gráfico.



- f. En el foro de la guía digital, escribe un resumen breve de qué tendrán en común tus amigos y tú con los jóvenes colombianos y qué será diferente.