**Fișă de lucru: Lecția 1 – Stilul de viață sănătos**

**Nume: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  
**Clasa: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**1. Desenează și colorează:**

**Desenează trei alimente sănătoase pe care îți place să le mănânci.**

**2. Găsește răspunsul corect:**

Bifează ce este sănătos să faci:  
☐ Să mănânci multe bomboane.  
☐ Să bei apă zilnic.  
☐ Să dormi mai puțin de 6 ore.  
☐ Să mănânci fructe și legume.  
☐ Să faci mișcare în fiecare zi.

**3. Colorează activitățile sănătoase:**

(Adăugați desene simple, cum ar fi: un copil alergând, un pahar cu apă, un copil mâncând fructe și legume, un copil dormind. Lăsați spațiu pentru a fi colorate de elevi.)

**4. Completează propozițiile:**

* Mănânc sănătos atunci când \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
* Apa este importantă pentru că \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
* Fac mișcare în fiecare zi pentru că \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**5. Desenează o activitate care te face fericit și sănătos:**