**Contesta las siguientes preguntas con oraciones completas**

1. ¿Qué vamos a aprender hoy?
2. ¿Qué cuatro beneficios vamos a tener cuando tenemos una alimentación saludable y completa?
3. ¿Qué es un alimento?
4. ¿Qué tres beneficios vamos a tener de los alimentos?
5. ¿Qué cuatro actividades podemos hacer cuando tenemos energía?
6. ¿Qué cuatro cosas hacen los nutrientes de los alimentos?
7. ¿Porqué los alimentos son importantes para crecer?
8. ¿Cuál es el problema cuando nos alimentamos mal?
9. ¿Según el video, cuál es la comida( meal) más importante?
10. ¿Qué cuatro alimentos debes comer en el desayuno y por qué son importantes?
11. ¿En la escuela, qué pasa en el recreo con la energía de los alimentos que comiste (past) en el desayuno?
12. ¿Cómo sabes que tu cuerpo necesita nutrientes?
13. ¿Qué otra comida (meal) es muy importante y que 11 alimentos debes comer?
14. ¿Qué significa la regla 80/20 y en que cuatro comidas hay que seguir esta regla?
15. ¿El 20% de cada comida (meal) puede ser que tipo de alimentos (food)?
16. ¿Por qué es el agua un nutriente importantísimo? Escribe dos razones.
17. ¿Cuántos litros de aguas necesitas al día? ¿Cuántos vasos de agua son estos?
18. ¿Cuáles son otras siete maneras de obtener agua a través de otros alimentos o bebidas?
19. ¿Qué siete cosas podemos hacer para cuidar el medio ambiente?
20. ¿Qué problema tiene nuestro planeta hoy en día?
21. ¿Qué es la regla de las 3Rs y cual es su propósito?
22. ¿Según el video, cuál es un ejemplo de reducir?
23. ¿Según el video, cuales son dos ejemplos de reutilizar?
24. ¿Según el video, que dos tipos de basura tienes que separar cuando reciclas?
25. ¿Según el video, escribe tres ejemplos de basura orgánica y tres ejemplos de basura inorgánica?
26. ¿Qué es basura organica e inorgánica?
27. ¿Según el video, qué es reciclar?
28. ¿Según el video que cuatro topics principales aprendiste (past)?