

## Semáforo de la buena alimentación

### Material:

- Colores (Gris, verde, rojo, amarillo o naranja)
- Lápiz No. 2
- Recortes de alimentos (frutas y verduras, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal). (Se encontrarán en la última hoja para mayor facilidad)
- Hojas blancas o cartulina

### Instrucciones:

Al participar en la siguiente actividad toma en cuenta los siguientes pasos:

- Paso No.1: En la hoja blanca o cartulina dibuja un semáforo donde contengan los siguientes colores (verde, rojo, amarillo o naranja).
- Paso No.2: Luego recorta alimentos de la última hoja con ayuda de un adulto.
- Paso No.3: Una vez realizado tu dibujo comienza a clasificar los alimentos en cada uno de los colores
- **Rojo:** (Lo que ocasionalmente crees que debes comer)
- **Verde:** (Lo que a menudo debes comer)
- **Amarillo o naranja:** (Lo que a veces debes de comer)

*Hoja de Recortes*

