**TALLER DEL GRADO TERCERO**

**Nota:** el taller ya lo tienen ustedes de forma física. La fecha límite de entrega del taller de forma física es el viernes 20 de marzo entre las 7 y las 8 de la mañana. Mientras el taller de forma virtual es hasta el lunes 23 de marzo.

**1) ¿Qué es la hidratación?**

a) es cuando como azúcar del pues del ejercicio.

b) es cuando recupero la energía perdida.

c) es cuando recupero el líquido perdido.

d) es cuando como para sentirme bien conmigo.

**2) ¿De que forma pierdo el líquido en el cuerpo?**

a) a través de la salida y la piel.

b) a través del sudor y la orina.

c) a través del sudor y la caída de cabello.

d) a través de la piel y la orina.

**3) ¿Cómo me doy cuenta que tengo sed?**

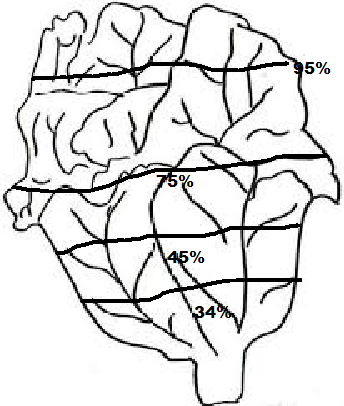
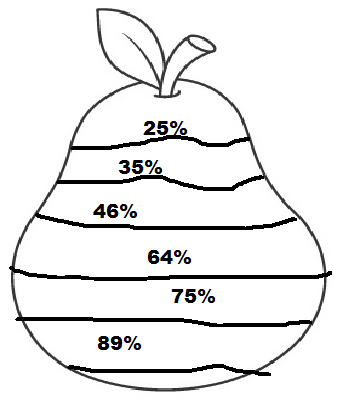
a) porque siento las manos y los pies mojados.

b) porque siento los pies y las manos secas.

c) porque siento la piel seca y arrugada.

d) porque siento los labios y la garganta secas.

**4) Colorea las frutas según su porcentaje de agua:**

****

**5) Dibuja detrás de la hoja 2 alimentos o bebidas que te den sed y 2 que te hidraten.**