



أسرتي والغذاء الصحي

الصف الأول

مهارات حياتية

التمهيد

<https://www.jigsawplanet.com/?rc=play&pid=144e987dbdc4>

هل تشاركون أسرتهكم يا أصدقائي
في اختيار الأغذية أثناء التسوق؟
هيا نستمع الى هذه الفيديو
ونتعرف على الغذاء الصحي الذي
يجب علينا اختياره أثناء التسوق



<https://youtu.be/5wG67KH8uDE>

5wG67KH8uDE

غذاء غير صحي



غذاء صحي



