



GUIA DE APRENDIZAJE – HIGIENE Y SALUD		
Nombre:	Fecha: 27 al 30 de abril del 2020.	Curso: 4ºA
OA 9	Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física.	
Indicador(es):	Incrementan hábitos de higiene personal y grupal. (Ej. Se limpia y seca pies, se ducha, utiliza una tenida distinta para realizar actividad física, exige el aseo personal de sus compañeros, etc.).	

Esta semana, realizaremos una autoevaluación, por lo que te invitamos a seguir los siguientes pasos:

1. Con ayuda de tu grupo familiar ingresa al siguiente link, observa con atención el siguiente video
<https://www.youtube.com/watch?v=4yMTnjnyrHE>
2. Escribe la fecha en tu cuaderno y como título: Autoevaluación
3. Transcribe en tu cuaderno las oraciones y responde con:
S = SIEMPRE CS= CASI SIEMPRE AV= A VECES CN = CASI NUNCA N =NUNCA.

- | | | | | | |
|---|---|----|----|----|---|
| 1. Lavo y cepillo las uñas de mis manos y pies. | S | CS | AV | CN | N |
| 2. Introduzco objetos en mis oídos para limpiarlos. | S | CS | AV | CN | N |
| 3. Cepillo mis dientes después de cada comida. | S | CS | AV | CN | N |
| 4. Toco mis ojos con las manos sucias. | S | CS | AV | CN | N |
| 5. Lavo mis manos luego de usar el baño en la escuela. | S | CS | AV | CN | N |
| 6. Me gusta acariciar y jugar con animales de la calle. | S | CS | AV | CN | N |
| 7. Mantengo cortas las uñas de mis manos y pies. | S | CS | AV | CN | N |
| 8. Cepillo mis dientes antes de ir a dormir. | S | CS | AV | CN | N |
| 9. Lavo mis manos antes de comer. | S | CS | AV | CN | N |



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna
Constanza 01650, Rancagua
F: (72) 2266214
nororientec@comun.cl

Eduardo Enrique Farías Román
Educación Física y salud

- | | | | | | |
|---|---|----|----|----|---|
| 10. Me baño y lavo el cabello. | S | CS | AV | CN | N |
| 11. Si algún amigo tiene sed, le convido de mi botella. | S | CS | AV | CN | N |
| 12. Cambio mis calcetines y ropa interior diariamente. | S | CS | AV | CN | N |