



GUIA DE APRENDIZAJE-HIGIENE Y SALUD			
Nombre:		Semana 8, del 25 al 29 de mayo.	Curso: 4° A
Objetivo de la clase.	Implementar una rutina de higiene y nutrición a través de la práctica sistemática de acciones saludables, que le permitan desarrollarse en forma sana y una activa disposición al trabajo.		

Hola alumnas y alumnos,

Hoy trabajaremos con nuestro organismo, que para mantenerse activo, sano y con defensas ante cualquier microorganismo que nos pueda atacar. Debemos alimentarnos de una forma adecuada y equilibrada, también con una buena higiene corporal eliminamos virus, bacterias y gérmenes que podamos tener en nuestro cuerpo.

Con los aprendizajes previos que hemos obtenido con respecto a este tema, nos será más fácil y lúdico el entender el objetivo de la clase.

Un índice de logro será que tu seas capaz de ejecutar y hacer una rutina de hábitos que te permitan llevar una vida saludable. esto también contribuirá a que tengas una buena disposición y actitud frente a tus trabajos escolares

<https://www.youtube.com/watch?v=XrxTKtU7CL4>
<https://www.youtube.com/watch?v=dSazQ4ZqtVA>

Según los videos te muestran alimentación sana (saludable) y chatarra (no saludable). Por lo tanto, deberás buscar en diarios, revistas o dibujar según lo que corresponda a cada cuadro y pegarlos en su interior (Adentro).

En esta investigación buscaremos alimentos y hábitos de higiene, con lo que retroalimentamos para lograr el objetivo de la clase, también reforzaremos actitudes cuidando nuestra salud.



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

Eduardo Farías Román
Educación Física y Salud.

ALIMENTOS SALUDABLES	ALIMENTOS CHATARRAS

En esta ficha pega tus recortes o dibujos, también puedes escribir en qué situaciones y cuándo debemos lavarnos las manos.

Al lado derecho de la ficha debes escribir, pegar recortes y dibujos, sobre qué nos pasaría si no mantenemos una buena higiene, por ejemplo: Si no nos lavamos los dientes.



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

Eduardo Farías Román
Educación Física y Salud.

¿CUÁNDO DEBEMOS LAVARNOS LAS MANOS?	¿QUÉ NOS PASARÍA SI NO TUVIÉRAMOS UNA BUENA HIGIENE?

Recuerda pegar la ficha en tu cuaderno:

- Para finalizar quiero que escribas si hubo algún aprendizaje nuevo para ti.
- Cuéntame y escribe en tu cuaderno cuál es tu rutina de higiene y nutrición de acuerdo a lo visto en clases. (por ejemplo: ¿haz contado cuántas veces al día te lavas las manos?)
- ¿Cómo crees tú que debería ser una colación para llevar al colegio?
- Recuerda que el trabajo es individual y cumple la misión de reforzar hábitos que tú ya conoces.