

# ORIENTACION-PRIMEROAB-OA4- GUIA15-SEMANA15

Objetivo de la clase: Fomentar la practica de rutinas de higiene personal para un cuerpo sano.

OA: 4 Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado en relación a: rutinas de higiene; actividades de descanso, recreación y actividad física; hábitos de alimentación; resguardo del cuerpo y la intimidad; la entrega de información personal.

Prof.: Leticia Bravo- Irene Valenzuela

**\*Obligatorio**

1. Nombre completo: \*

---

2. Curso: \*

*Marca solo un óvalo.*

1° A

1° B

**Recordando la clase anterior**

## Conductas protectoras de autocuidado

Es muy importante **No confiar en extraños**, **No revelar datos personales**, esto es un gran error, ya que esa información que parece inofensiva puede ser utilizada por malhechores para dañarnos a nosotros o a nuestros seres queridos; en caso de que sea por teléfono, cortar la llamada.

Recuerda que debes **obedecer a nuestros padres** e informarle a alguien cercano que sea de confianza, de dicha situación.



## La importancia de crear hábitos de higiene personal desde niños

Los hábitos de higiene personal son imprescindibles para mayores y pequeños, pues una adecuada higiene implica una mejor salud general.

Está comprobado que las pequeñas acciones que conforman la higiene personal evitan malestares causados por virus o bacterias(enfermedades).

Se tratan de pequeños gestos como lavarse las manos antes de comer o cepillarnos los dientes al menos tres veces al día y es responsabilidad de la persona.

## Ejemplos



Responde las siguientes preguntas. Marca haciendo un clic en la alternativa correcta.

3. 1.- ¿Cuál es un hábito de higiene personal? \*

1 punto

Marca solo un óvalo.



Opción 1



Opción 2



Opción 3

4. 2.- ¿Cuál es el niño que cuida su higiene personal? \*

1 punto

Marca solo un óvalo.



Opción 1



Opción 2



Opción 3

5. 3.- ¿Cuántas veces debemos cepillarnos los dientes? \*

1 punto

Marca solo un óvalo.

al menos una vez al día.

al menos tres veces al día.

no es necesario.

## ★ TICKET DE SALIDA ★

Nombre del alumno:

1. Encierra en un círculo los elementos necesarios para un **buen lavado de manos**.

A. Agua



B. Jabón



C. Pasta de dientes

6. ¿Cuál es la alternativa correcta? \*

2 puntos

*Marca solo un óvalo.* A B C

Recuerda  
Una adecuada **higiene** personal  
implica una mejor salud general.

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios