

# ORIENTACION-SEGUNDOSAB-OA4-GUÁ14-SEMANA14

Objetivo: Establecer, acordar y practicar rutinas de hábitos de higiene personal.

OA4 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

Profesora: Marcela Martínez Galaz

**\*Obligatorio**

1. Nombre completo: \*

---

2. Curso: \*

*Marca solo un óvalo.*

2° A

2° B



En las guías anteriores hemos trabajado en identificar valores que son muy importantes en nuestras vidas, como son ser solidarios y respetuosos. Hoy trabajaremos en el cuidado de nuestro cuerpo y el valor que este tiene.

Recuerda que para respetar no debes olvidar:

## NO OLVIDES DECIR

Buenos días



BUENAS TARDES



buenas noches



Muchas Gracias



POR FAVOR



Perdón



¡Hola!



Hoy trabajaremos en el autocuidado.



¿Qué es el AUTOCUIDADO?

## ***Autocuidado***

### **AUTOCUIDADO**

**Es la práctica de actividades que inician las propias personas y desarrollan en su propio beneficio, procurando su salud y su bienestar**

Hoy enfocaremos el Autocuidado basado en la higiene personal.

# La Higiene de los Niños

De pequeños, piensan que las normas de higiene son un capricho de los padres, pero con el tiempo, las aprecian.

Esta educación se lleva tanto en casa como en el preescolar, para saber que deben hacer y como deben comportarse.



Para tener una vida sana, es necesario desarrollar hábitos y medidas de higiene general y personal, ello puede evitar en gran medida diversas enfermedades en los bebés, niños y adultos.

El aseo y la limpieza son de gran importancia para prevenir diferentes clases de infecciones, la limpieza personal y el aseo público son de igual importancia.

Algunos ejemplos que debemos llevar a la práctica.



3. 1.- ¿Cuántas veces debemos lavarnos los dientes ,durante el día? \*

1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Solamente una vez.
- B) Dos veces.
- C) Tres o cuatro veces al día.

4. 2.-¿Por qué debo practicar el autocuidado?,marca las que consideres necesarias. \* 1 punto

*Selecciona todos los que correspondan.*

- Para mantenerme sano.
- Para mi bienestar.
- Para contraer enfermedades.
- Para tener más amigos.

5. 3.- ¿Cuántas veces a la semana debo bañarme? \* 1 punto

*Marca solo un óvalo.*

- A)1 día a la semana.
- B) 3 días a la semana.
- C) Todos los días de la semana.

6. 4.-¿Que pasaría si no mantienes una buena higiene personal? \* 1 punto

---



5.- Te invito a llevar un registro durante una semana en tu cuaderno amarillo ,anotando cuántas veces te lavas los dientes,las manos,te duchas, te peinas ,etc. ¡ Vamos tú puedes!



---

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios