



## Guía Pedagógica N°12

Nombre:		Curso: 1°C
Fecha inicio:		Fecha Presentación:

### Descripción Curricular de la Evaluación

Unidad	
Objetivo	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.
Habilidades a evaluar	Observar y valorar habilidades e intereses. Identificar prácticas de autocuidado.
Eje	Crecimiento personal

**Mamá y papá esta guía está pensada para ser trabajada en conjunto con su hijo o hija apoyando, guiando y supervisando la actividad**

### ¿Qué son los hábitos de higiene?

La **higiene** personal es el concepto básico del aseo, limpieza **y** cuidado de nuestro cuerpo, **y como** es lógico los **hábitos** higiénicos no son algo aislado, sino que guardan relación **con** las demás actividades fundamentales **que** a diario ocupan al **niño**: comer, dormir, jugar, ir al baño, mantener el cuerpo limpio.



### NORMAS DE HIGIENE

- 1.- Bañarse diariamente con agua y jabón dejando limpio: cabeza, axilas, cuello, zonas genitales, rodillas y pies
- 2.- Antes de comer hay que lavarse las manos.
- 3.- Después de cualquier comida los dientes.
- 4.- mantener siempre las uñas y orejas limpias.
- 5.- la ropa debe estar y mantenerse limpia y sin manchas.

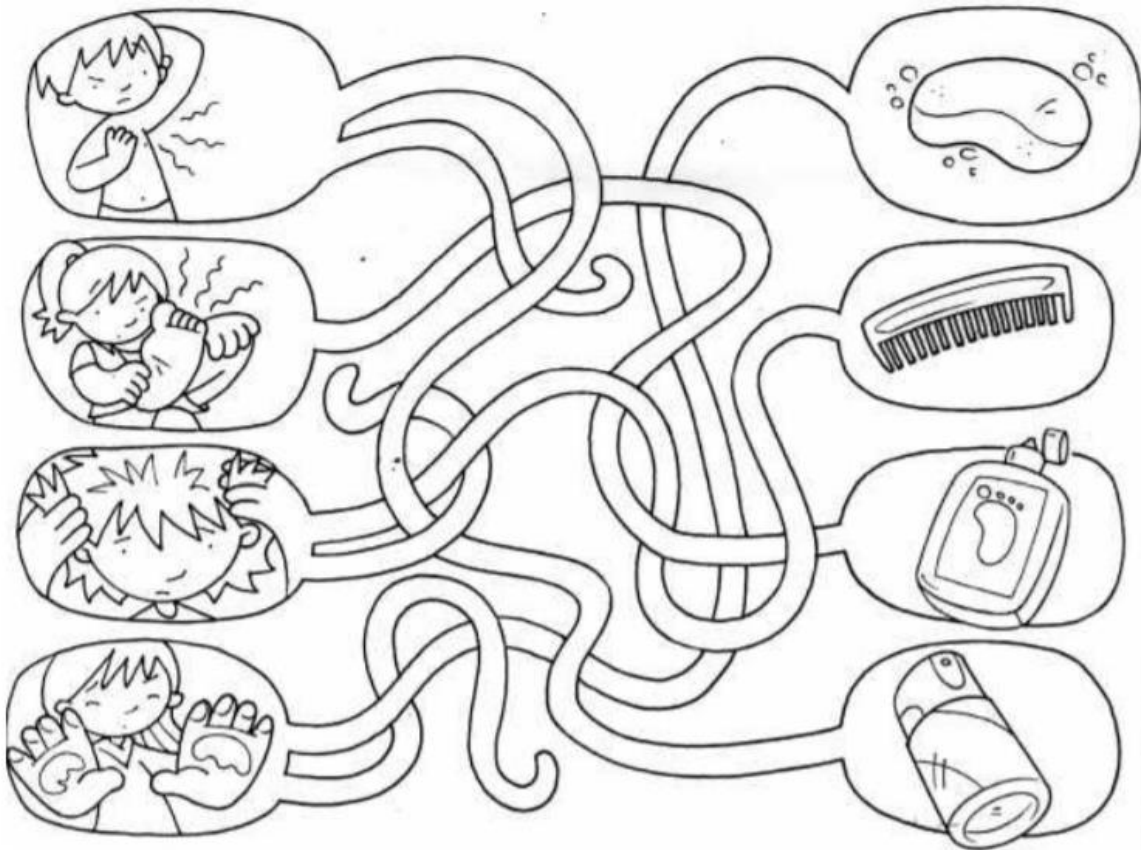


## Actividad

1.- **Encierra y colorea.** Los hábitos de higiene, alimentación y descanso que tú prácticas



2.- Une con una línea cada niño con el objeto que necesita para limpiar su cuerpo.



3.- Indica con una **X** en la casilla que consideres, según los hábitos que practiques.

<b>HABITOS DE HIGIENE</b>	<b>NUNCA</b>	<b>A VECES</b>	<b>SIEMPRE</b>
1.- Me cepillo mis dientes			
2.- Me ducho y lavo mi pelo			
3.- Lavo mis manos			
4.- Como frutas y verduras			
5.- Hago algún ejercicio			
6.- Me divierto con algún Juego			
7.- Resguardo mi intimidad			
8.- Duermo mas de 8 horas diarias			
9.- Hago respetar mis gustos e intereses			
10.- Respeto los gustos de los demás			

4. Dibuja tu comida, deporte y juguete preferido.

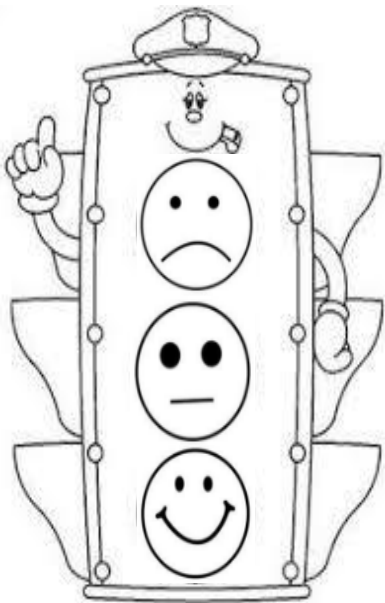
<b>Mi comida preferida</b>	<b>Mi deporte preferido</b>	<b>Mi juguete preferido</b>

5.- **Encierra en un círculo** los alimentos saludables que ayudan a tu cuerpo y **marca con una X** los alimentos no saludables



**Pinta la carita que mejor refleje tu trabajo**  
**Con la ayuda de tus padres responde el ¿Por qué?**

¿Cómo te sentiste resolviendo esta guía?



¿Por qué?

---

---

