

GUIA DE APRENDIZAJE UNIDAD 1 GUÍA N°7

RECURSO: TEXTO DE ESTUDIO PAGINAS:

ASIGNATURA: Orientación

NOMBRE ESTUDIANTE: CURSO: 1Años LETRA: A B C FECHA: _____

Unidad 1: Valorar grupos de pertenencia e identificar muestras de cariño en diferentes ámbitos.

OA4.- Identificar y practicar conductas protectoras de autocuidado e higiene.

YO ME CUIDO

EN ESTA GUIA DE APRENDIZAJE VAMOS
A DESCUBRIR LO IMPORTANTE QUE ES
EL AUTOCUIDADO



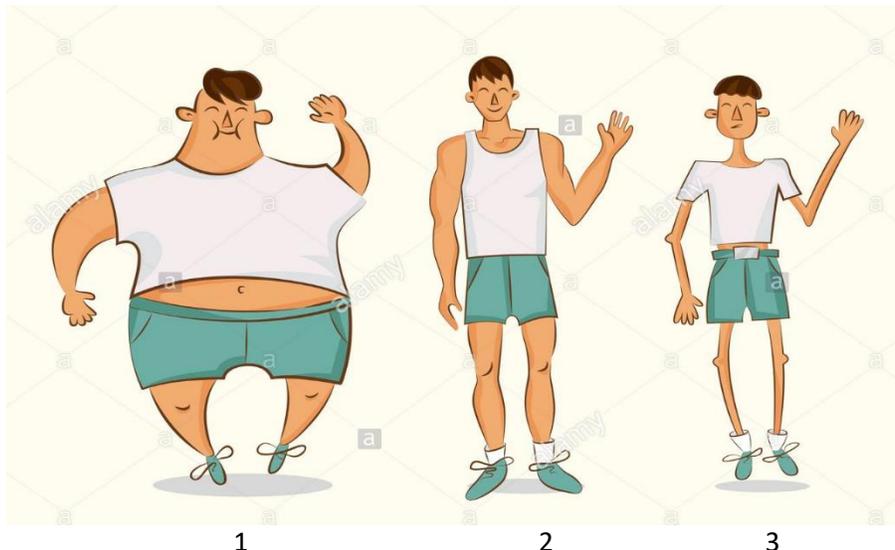
INSTRUCCIONES

Realiza esta guía acompañado/a



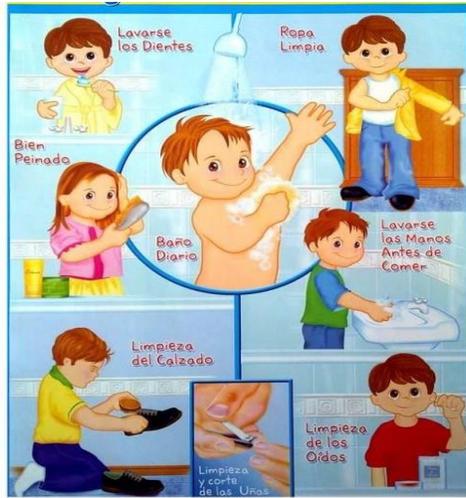
Cuidas a tus mascotas, cuidas a tus plantas, cuidas a tus juguetes pero...tú también te cuidas ?

1.- INICIO: ACTIVIDAD. Observa la siguiente imagen y analiza. Selecciona aquel joven cuyas características nos demuestran que **SI** se está cuidando. Enciérralo en un círculo ¿ Qué te permitió llegar a esa conclusión? Comparte tu respuesta con tu familia.



Las conductas de autocuidado son aquellas que realizamos para protegernos y mantener una buena salud, los cuidados que podemos realizar son actividades como; MANTENER UNA HIGIENE PERSONAL- HACER DEPORTES O ACTIVIDAD FÍSICA, COMER SANO Y DORMIR LAS HORAS NECESARIAS.

DESARROLLO : ACTIVIDAD : Observa las imágenes y descubre cuál de estas imágenes **NO** representa una conducta de autocuidado. Enciérralo en un círculo ¿qué podría pasar con la salud de ese niño? Comparte tu respuesta con tu familia.



CIERRE: Selecciona y dibuja dos acciones que tu realizas para cuidar tu salud.

