

CORREO INSTITUCIONAL DOCENTE: sara.contreras@colegio-mineraelteniente.cl

**GUIA DE APRENDIZAJE UNIDAD 2 N° DE GUÍA: 10**

**RECURSO: TEXTO DE ESTUDIO** PAGINAS: \_\_\_\_\_

ASIGNATURA: \_\_\_ORIENTACION\_\_\_

NOMBRE ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_

CURSO: 3° BASICOS LETRA: A- B-C- FECHA: \_\_\_\_\_

Unidad 2: Unidad 2: Reconocer y valorar la sexualidad como expresión de amor, vínculo e intimidad entre dos personas

O.A 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.



EN ESTA GUIA EDUCATIVA REFORZAREMOS  
LA IMPORTANCIA DE LAS CONDUCTAS  
PROTECTORAS Y DE AUTOCUIDADO

INICIO: ACTIVIDAD N°1. Estando en casa tenemos que poner mucha atención a los aquellas conductas que nos ayudan a nuestra salud. Observa las imágenes e interpreta qué situación representan una conducta inadecuada. Marca con una X



CORREO INSTITUCIONAL DOCENTE: sara.contreras@colegio-mineralelteniente.cl

**Hay conductas protectoras que nos ayudarán a tener una mejor salud, como, por ejemplo; dormir la cantidad de horas necesarias, comer frutas y verduras, tomar suficiente agua y hacer ejercicios.**

DESARROLLO: ACTIVIDAD Compara y concluye. Qué pasaría si...Observa estas imágenes y responde;

1.- ¿Qué podría ocurrir con la salud de estos niños si se alimentan muchas veces con estos alimentos?



Comida rica en Frutas, verduras, cereales



Comida rica en grasas y alta en calorías

2.- ¿Qué podría ocurrir con la salud de estos niños si beben muchas veces estos líquidos?



Bebe agua



Bebida gaseosa alta en azúcares

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