PROPÓSITO:

J.U VALORES

PROFESORA LORENA

TALLER 5

Mi cuerpo requiere atención y cuidado

MOTIVACIÓN:

EXPLICACIÓN:

Como me quiero mucho, debo cuidar mi cuerpo. Si algo malo le pasa a mi cuerpo por dentro o por fuera, debo avisarle a quien me cuida.

EJERCICIOS:

Completa la historia siguiente:

Te han asignado la misión de enseñar a niños y niñas de otro planeta sobre cómo cuidar su cuerpo. Tú has aceptado con gusto la misión. Completa los textos:

¡Hola amigos!, hay siete cosas muy importantes que deben saber para aprender a cuidar su cuerpo: el aseo, la salud, el respeto, la alimentación, el ejercicio, los riesgos y el descanso.

Sobre el aseo, los niños de este planeta, nos lavamos el _____ todas las mañanas, las manos antes de _____ y luego de ir al baño, los _____, después de cada comida. Cuando tenemos sucia la nariz, la limpiamos con _____.

Sobre la salud, nos vacunamos. Si te sientes mal, o si te golpeas o te duele mucho algo, debes decirle a quien te cuida que te lleve al _____.

Del respeto, las niñas y los niños de la tierra hemos aprendido que nadie extraño nos debe tocar ni hacernos sentir incómodos, y que si esto pasa debemos alejarnos y contarle a una persona de confianza.

Para sentirnos llenos de energía y muy saludables, debemos comer muchas _____, verduras y _____, y no comer muchos _____ ni tampoco _____.

Debemos hacer ejercicio y jugar mucho, pero evitando riesgos como _____ _____.

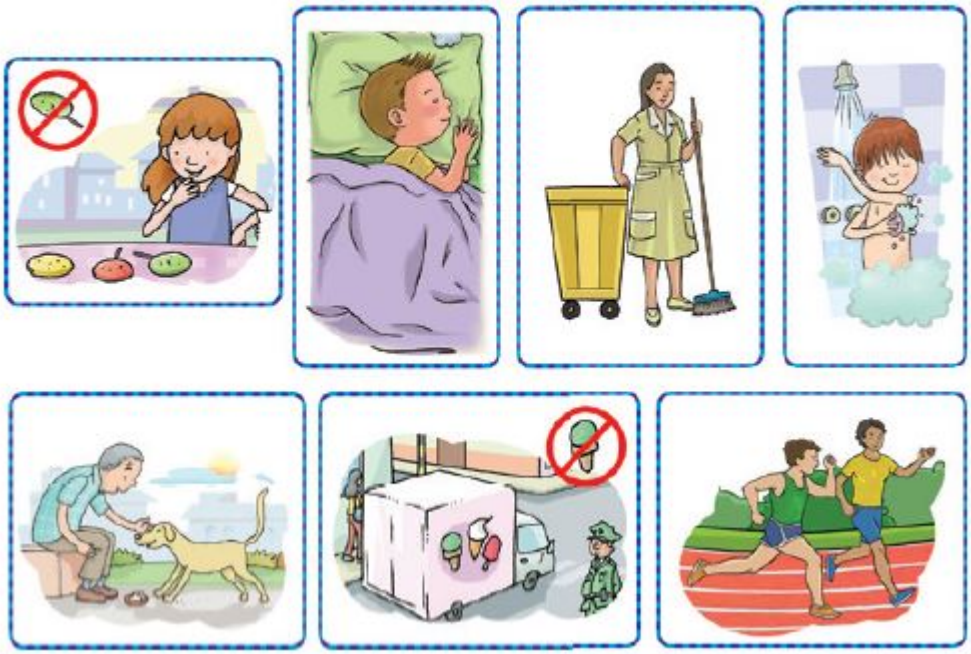
Y también debemos descansar como mínimo _____ horas diariamente.

Si no cuido mi cuerpo y dejo que personas de mi confianza me ayuden a cuidarlo, lo que me puede pasar es _____ .
si no cuido de mi cuando estoy triste podría pasar que _____

por eso voy a cuidar de mi cuerpo y de mis emociones haciendo _____

EVALUACIÓN:

- Encierra en un círculo, con tu color favorito, las imágenes que les ayudarán a tus amigos extraterrestres a recordar los cuidados del cuerpo.



BIBLIOGRAFÍA:

Reto para gigantes (MEN)