

PROPÓSITO:

GUIA 4 SEGUNDO PERIODO

RESPECTO POR MI CUERPO

MOTIVACIÓN:



<https://www.youtube.com/watch?v=EUI6tYMYjE>

EXPLICACIÓN:

La salud y la educación son las encargadas de fortalecer y promover factores protectores de salud entre ellos la higiene y los hábitos saludables, desde un enfoque de calidad de vida, derechos y participación.

La higiene personal y del entorno va mucho más allá de las meras prácticas de aseo. Es uno de los componentes fundamentales de un estilo de vida saludable y se encuentra relacionada con otros temas como la alimentación, el ejercicio físico y la salud mental.

En consecuencia, el aprendizaje de hábitos de higiene y cuidados personales cumplen funciones importantes en la formación integral de las personas:

Mejorar la salud y el bienestar del individuo y la comunidad.

Prevenir la aparición y desarrollo de enfermedades.

Facilitar las relaciones interpersonales.

Contribuir a la formación de una imagen positiva de sí mismos.

Higiene: La higiene personal está constituida por el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

Habito: Se refiere a toda conducta que se repite en el tiempo en forma regular y de modo sistemático.

Vida saludable: Tiene factores determinantes como:

Llevar una alimentación equilibrada.

Mantener hábitos higiénicos adecuados.

Disfrutar del tiempo libre.

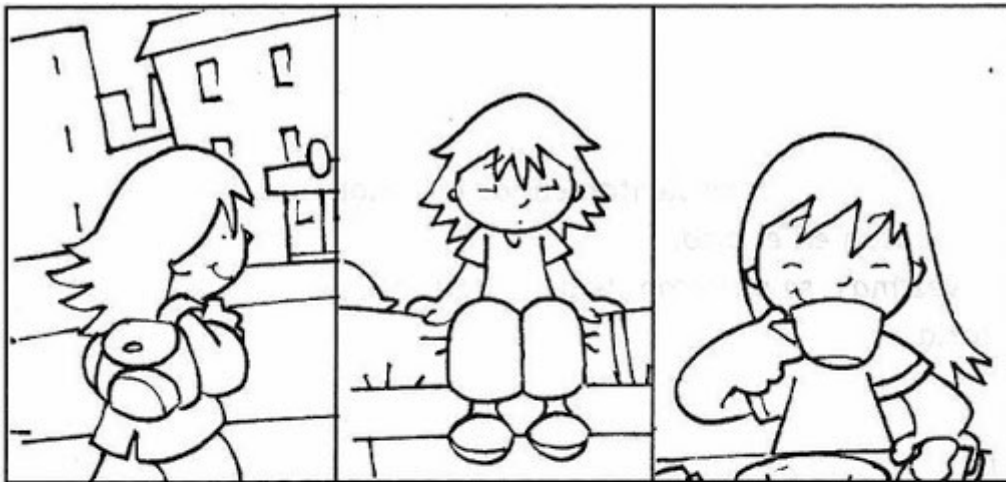
Prevenir accidentes.

Ejercitar la mente.

Realizar deporte o actividad física.

Tener una mejor calidad de vida y bienestar. EJERCICIOS:

ACTIVIDAD 1. COLOREA RECORTA Y ESCRIBE EL ORDEN DEL LAS NORMAS DE ASEO Y CUIDADO DE NUESTRO CUERPO



ACTIVIDAD 2

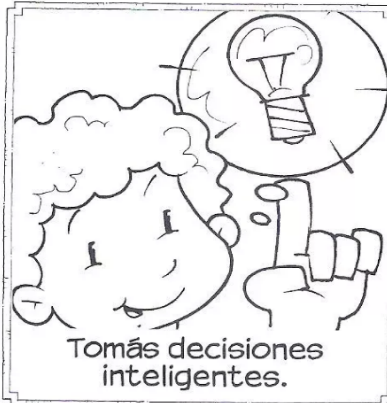


COLOREA Y PON EN PRÁCTICA LOS CONSEJOS QUE SE PRESENTAN EN LA SIGUIENTE IMAGEN

¡Siempre atentos!

- Léé, pintá y poné en práctica.

La palabra **PREVENCIÓN** está presente en tu vida cuando:



18

ACTIVIDAD 3

DESARROLLA LA SIGUIENTE SOPA DE LETRAS

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| J | A | B | O | N | W | X | M |
| F | P | X | M | O | C | O | S |
| L | E | P | C | A | R | V | L |
| U | I | O | H | R | R | E | M |
| O | N | C | A | R | I | E | S |
| R | E | S | M | P | E | A | C |
| J | I | U | P | I | O | J | O |
| R | Z | S | U | D | O | R | A |

Flúor

Champú

Jabón

Caries

Piojo

Piel

Sarro

Mocos

Peine

ACTIVIDAD 4. COLOREA Y ESCRIBE DEBAJO DE CADA IMAGEN EL HABITO DE CUIDADO DE NUESTRO CUERPO

HABITOS DE HIGIENE

Colorea y escribe debajo de cada dibujo el hábito de higiene al que hace referencia.







EVALUACIÓN:

ESTIMADOS ESTUDIANTE, LAS ACTIVIDADES CORRESPONDIENTES A LA SIGUIENTE GUÍA QUE VAN A REALIZAR EN LAS FECHAS DE ABRIL-JUNIO DEL 2021 EN EL HORARIO DE CLASE QUE CORRESPONDA A SU GRUPO.

LAS EVIDENCIAS DEL PRESENTE TRABAJO SE DEBERÁN ENVIAR AL GRUPO DE APOYO DE WHATSAPP 3176926293 DE LA DOCENTE MARIA DEL PILAR VARON. ÚNICAMENTE EN LAS FECHAS Y HORARIOS ESTABLECIDOS POR LA INSTITUCIÓN DE LUNES A VIERNES DE 7AM A 2 PM

BIBLIOGRAFÍA:

EDICIONES PAULINAS AÑO 2007, CARTILLA EDUCACION EN VALORES AÑO 2013