

## Formato de Guía de trabajo

<b>Nombre docente:</b>	María José Améstica	
<b>Curso:</b>	3° año Básico	
<b>Guía número</b>	<b>Asignatura</b>	<b>Objetivo de Aprendizaje contemplado</b>
3	Orientación	Identificar y practicar en forma autónoma conductas protectoras y de auto cuidado en resguardo del cuerpo y la intimidad.

### CUADRO DE INSTRUCCIONES

Trabajaremos con el concepto de “Hábitos de higiene”, tema muy relevante cuando de cuidar el cuerpo se trata. Lee la información y realiza los pasos de esta actividad, compartiendo el producto final con tu familia. Debes **desarrollarlo en una hoja de cuaderno o en una hoja de block**. Una vez realizado el afiche, sácale una foto pegado y envíalo por mail.

### GUIÓN METODOLÓGICO

1- Estimados estudiantes:

Primero haz una lista en el cuaderno con al menos siete conductas protectoras y de autocuidado que debes tener en tu diario vivir, por ejemplo, lavarte los dientes.

Luego escoge una de ellas y haz un afiche en el que invites a tu familia a realizar o tener esa conducta de autocuidado. Recuerda que en el afiche el mensaje debe ser simple, breve y debe tener una imagen la que en este caso será dibujada por ti.

Posteriormente pídele ayuda a un familiar y peguen el afiche en algún lugar visible de tu casa.

2- Recuerda que:

Los hábitos de higiene personal son una serie de acciones imprescindibles para mayores y pequeños, pues es un aspecto que afecta a la salud. Está comprobado que las pequeñas acciones que conforman la higiene personal evitan malestares causados por virus o bacterias. De esta manera, se reducen los riesgos de contraer enfermedades.

Un hábito se genera con el tiempo. Para que una acción se transforme en hábito debe ser repetida muchas veces, solo así se integrará en la rutina. Por eso es fundamental que ya en los niños pequeños se estimulen los hábitos de higiene personal. Si un niño se acostumbra a higienizarse, esa costumbre perdurará durante toda su vida.

3- Apóyate en la siguiente página:

**Hábitos de higiene:** <https://www.youtube.com/watch?v=4yMTnjnyrHE>