

Guía de Aprendizaje N°12 Orientación Primero y Segundo Básico		
<b>Nombre</b>		<b>Fecha:</b> Semana del 15 al 19 de junio
<b>OA4</b>	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado en relación ha: rutinas de higiene; actividades de descanso, recreación y actividad física; hábitos de alimentación; resguardo del cuerpo y la intimidad; la entrega de información personal.	
<b>Indicadores</b>	Establecen, acuerdan y practican rutinas de higiene.	
<b>Contenido</b>	Conducta de auto cuidado, higiene. <b>IDPS</b> "Hábitos de vida saludable"	

Con ayuda de un adulto lee la siguiente información, y luego responde las siguientes preguntas:

### Conductas de auto cuidado

El **autocuidado** hace referencia al cuidado y cultivo de uno mismo en el sentido amplio de la palabra, basado en el autoconocimiento y teniendo en cuenta aspectos físicos y emocionales. Son todas las actividades que realizan los individuos para el mantenimiento de su propia vida, salud y bienestar.

La **higiene personal** es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano. La **higiene** es el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud.

- Higiene personal.



La higiene también tiene que ver con la buena salud.

Actividad

1.-Pinta los dibujos que corresponden a los hábitos de higiene.



2.- Dibuja 1 acción de autocuidado de higiene personal que no aparezca en las imágenes de la actividad anterior y luego pinta.

Higiene personal

Ticket de salida

Marca con una X sobre la imagen que no representa el cuidado de la higiene personal.

