


Guía de Aprendizaje N°3 3° Y 4° Año A		
Nombre		Fecha: Semana 16 al 20 de marzo
OA4	Identificar y practicar en forma autónoma 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; situaciones de potencial abuso; consumo de drogas.	
INDICADORES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar actividades de vida saludable en el hogar.</li> </ul>	
CONTENIDO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vida saludable</li> </ul>	

### GUIA DE TRABAJO ARTES VISUALES N° 1

PRIMERO, LAVEMOS NUESTRAS MANOS




¡VAMOS A COMENZAR!

1.- Durante este periodo debe ser difícil organizar las rutinas diarias, lee cada pregunta y marca tu respuesta con sí o no:

N°	INDICADOR	SI	NO
1	Te levantas tarde.		
2	Te acuestas tarde		
3	Ves televisión más de tres horas		
4	Te lavas las manos más de cuatro veces al día		
5	Juegas en el patio de tu casa		
6	Conversas con tus familiares		
7	<b>TOTAL</b>		

Si obtuviste **más de 4 si**, te estás dejando llevar por la pereza, si contéstate más de **4 no**, tienes buenos hábitos y te estás organizando bien en este periodo, de igual forma puedes mejorar.

**¿Cómo podemos mejorar?**

3.- Aquí te invitamos a realizar otras actividades para ocupar tu tiempo en beneficio personal y familiar.

- a) Levántate y acuéstate más temprano. Está comprobado que dormir bien activa el crecimiento.
- b) Hacer ejercicio; realiza una rutina diariamente al levantarte: estirarse como queriendo alcanzar el techo, subir y bajar 10 veces doblando las rodillas, salta, trota en el puesto, toca el suelo con tus manos.
- c) Lee el libro de lectura complementaria que te pasaron en el colegio, otra vez.
- d) Limpia tú pieza y bota todo lo que no sirve.
- e) Ayuda a ordenar el patio de tu casa con precaución.
- f) Ayuda con los quehaceres de la casa, hace tu cama, limpia el baño con cuidado, barre.
- g) Colabora en la cocina, que te enseñen a hacer un queque sería rico.
- h) Juega con tus mascotas, ellas también necesitan hacer algo entretenido.
- i) Baila y canta.
- j) Aprende cosas nuevas, teje, borda, juega con cartas, ajedrez, dominó, cancelado.
- k) Inventa otros juegos



Recuerda que hay niños y niñas como tú, que no tienen todo lo que tienes, por eso dale gracias a la vida.

**¡¡¡VAMOS A HACERLO!!! ¡¡¡TU PUEDES!!!**

**No olvides guardar tu trabajo para la revisión de la profesora cuando volvamos a clases .**