



GUÍA Nº1 HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

NOMBRE:.....

Asignatura	Ciencias Naturales
Curso	1º E
Profesora	Mª Soledad Aguilar
OA	OA7: Describir, dar ejemplos y practicar hábitos de vida saludable para mantener el cuerpo sano y prevenir enfermedades (actividades físicas, aseo del cuerpo, lavado de alimentos y alimentación saludable, entre otros)

Señor apoderado cordiales saludos, a continuación se escriben pequeñas instrucciones para realizar las siguientes guías y así cumplir con el OA (objetivo de aprendizaje) en nuestros niños (as).

- Observa las imágenes del chef y sus amigos y comprende la importancia de los alimentos saludables para nuestro cuerpo.
- Con la ayuda del apoderado el alumno debe unir y escribir según corresponda.
- Ordenar las secuencias de acontecimientos de una vida saludable para el ser humano.
- Semana 16 al 20 y semana del 23 al 27
- **CLASE Nº 1: Día 19 de Marzo**
- **CLASE Nº 2: Día 26 de Marzo**

Hola soy tu amigo el chef Lorenzo y Para comenzar, vamos a observa esta imagen y comprenderemos que los alimentos saludables mantienen nuestro cuerpo sano y fuerte y esto nos ayuda a prevenir enfermedades.



Niños, nuestro cuerpo necesita frutas y verduras para ser fuertes y grandes.



Amigos, la comida chatarra como las papas fritas y las golosinas como el chocolate no son alimentos saludables.



GUÍA Nº1

Encierra con color rojo los alimentos saludables y de color azul los alimentos no saludables.






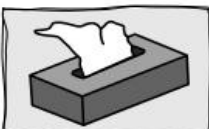






Dibuja algunos alimentos que comiste el día de ayer.

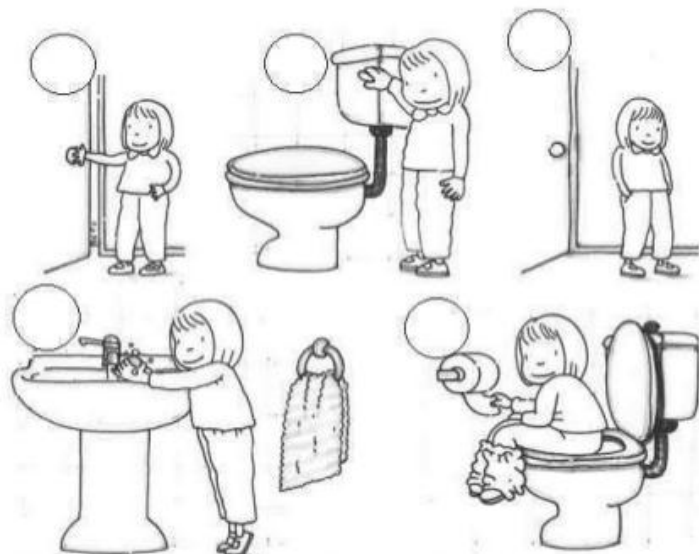
<u>DESAYUNO</u>	<u>ALMUERZO</u>	<u>ONCE</u>



Une con una línea la parte del cuerpo con los elementos de higiene.

Partes del cuerpo	Elementos de higiene
	
	
	
	
	

Ordena la secuencia de uso del baño, enumerando del 1 al 5 en cada ○

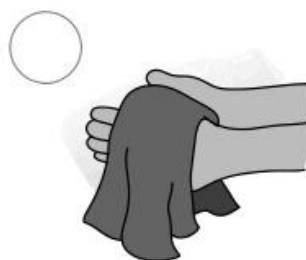




GUÍA Nº2

Ordena y colorea la secuencia de cómo lavarse las manos.

1. Mojar las manos
2. Poner jabón
3. Jabonarse
4. Enjuagar
5. Secar



Observa los dibujos y pinta la carita feliz si es un hábito saludable y pinta la carita triste si no lo es.

