



Guía de aplicación semana nº 3
clase nº3

Asignatura: Orientación	
Curso: 4to Básico	Fecha: del 30 de marzo al 03 de abril.
Profesor(a): María Teresa Ahumada Galaz	
Objetivo de Aprendizaje: Identificar conductas protectoras y de autocuidado	
Habilidades: Identificar, clasificar.	

INDICACIONES:

Copia en tu cuaderno el objetivo y número de semana.

Actividad:

Comenta con un adulto las siguientes interrogantes: como por ejemplo: ¿Qué debo hacer para cuidar mi cuerpo?, ¿qué alimentos comen diariamente?, ¿comen alimentos saludables?, ¿qué sucede si solo como comida chatarra? y ¿porqué es importante cuidar la alimentación?.

Escriben en su cuaderno todos los alimentos que comieron durante el día anterior, clasificando los alimentos saludables (comida que es buen aporte para tu cuerpo) y comida chatarra (comida que daña tu cuerpo), realiza los listados.

Copia y pega este link en youtube:

<https://proyecto.webescuela.cl/sistema/webclass/home/recursos/view.php?id=3912494>

Luego de observar el video comenta con un adulto ¿Por qué es importante comer sano? ¿Qué le sucede a nuestro cuerpo si solo comemos comida chatarra?,

Realiza un listado y escribe en tu cuaderno, colaciones saludables que puedes llevar al colegio.

