



**COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS**  
*Formando líderes sin distinción*

**GUÍA DE APRENDIZAJE**  
**“ORIENTACIÓN.”**

Nombre:	FECHA: Semana 33 Del 23 de nov. Al 27 de nov. 2020.		CURSO: 1° básico A- B.
OA 04: Identificar y practicar, en forma guiada, 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.	Unidad 4	Habilidades a desarrollar:	Observar. Comunicar. Distinguir. Memorizar.
	Valorar grupos de pertenencia e identificar muestras de cariño en diferentes ámbitos.		
Objetivo de clase: Distinguir información que debe ser confidencial frente a un extraño y proponer actividades de agrado que se realizan cotidianamente para fomentar el autocuidado.			
Indicadores de Evaluación: <ul style="list-style-type: none"><li>• Distinguen información personal que deben resguardar ante desconocidos (por ejemplo: nombre, dirección, nombre de padres).</li><li>• Establecen y practican rutinas de higiene (por ejemplo: lavarse los dientes después de cada comida, lavarse las manos antes de comer).</li><li>• Establecen y practican rutinas de higiene (por ejemplo: lavarse los dientes después de cada comida, lavarse las manos antes de comer).</li></ul>			
Instrucciones de la Actividad: <ul style="list-style-type: none"><li>• Leer contenido de la guía.</li><li>• No olvidar que cualquier consulta se debe hacer al correo.</li><li>• Utiliza el video de apoyo que se presenta a continuación.</li></ul>			
Sitio web recomendado: Cápsula interactiva Autocuidado : <a href="https://youtu.be/WvXbKTCEEbY">https://youtu.be/WvXbKTCEEbY</a> .			
Docente: Tatiana Samaniego Cecilia Soto.	Correo: <a href="mailto:Tatiana.samaniego@colegio-pablogarrido.cl">Tatiana.samaniego@colegio-pablogarrido.cl</a> <a href="mailto:Cecilia.soto@colegio-pablogarrido.cl">Cecilia.soto@colegio-pablogarrido.cl</a>	Horario de Consultas: 8:30 a 14:00 horas	

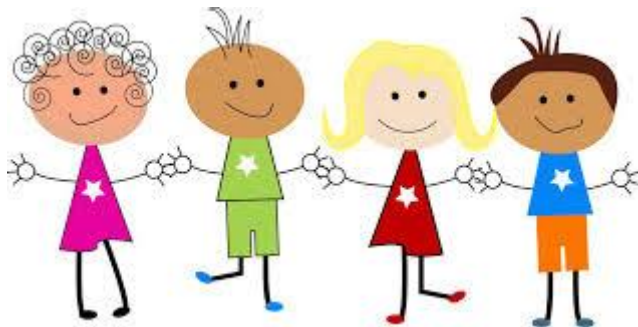


¡Hola!

Bienvenidos a una nueva clase de **Orientación**.

Pone atención y vamos a trabajar.

I.- Hemos estado trabajando con el auto cuidado de nuestro cuerpo, de cómo debemos cuidar nuestros datos personales y tener siempre presente que no debemos hablar con extraños y menos recibir algún objeto o dulce de alguien que no conozcas.



I.-Hoy te invito a observar y poner mucha atención en la siguiente cápsula y a desarrollar las actividades que allí presentan. Busca en el siguiente link. <https://youtu.be/WvXbKTCEEbY>.



**Actividad 1:** Escribe o dibuja en el siguiente espacio las actividades favoritas que haces durante el día. Recuerda tus materiales, lápices y tu estuche completo.

**Actividad 2:** En caso de que te pierdas y te acerques a un carabinero, él te pedirá algunos datos para ubicar tu familia, pero recuerda esta información no la debes compartir con cualquier persona.

Te invito que junto a un adulto puedas escribir los siguientes datos.



Nombre completo:

---

Rut:

---

Dirección:

---

Nombre de la mamá:

---

Nombre del papá:

---



### III.- Ticket de salida:

Con respecto a la cápsula con la que trabajamos en un comienzo, responde los siguientes enunciados.

1.- Las horas que una persona debe dormir para tener un buen descanso y energía al día siguiente son:

- a) Entre 5 y 8 horas.
- b) Entre 6 y 12 horas
- c) Entre 8 y 10 horas.

2.- Para cuidar nuestro cuerpo ¿con qué frecuencia es necesario asearlo?

- a) Una vez por semana y solo en la mañana.
- b) Día por medio solo en la tarde.
- c) Cada día y en cada momento.



¡Felicitaciones! Has terminado tu tarea.

Recuerda cuidarte y confiar siempre en tus padres.