

<b>Asignatura: Orientación</b>	
<b>Docente:</b> María Clara Alarcón Morales	<b>Cursos:</b> Básicos.
<b>Objetivo de Aprendizaje:</b> Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado en relación a: rutinas de higiene, recreación y actividad física.	
<b>Contenido:</b> Autocuidado.	
<b>Habilidad:</b> Identificar y practicar, en forma guiada conductas protectoras y de autocuidado	
<b>Semana N°:</b> 10 (del 1 al 5 de junio).	

Iniciamos mes de junio del año 2020 , continuamos en nuestros hogares, esperando que pase lo más pronto posible esta pandemia y en que podamos reunirnos en nuestro Colegio todos. Debemos tener paciencia y no perder la calma y el cuidado permanente siguiendo las indicaciones de :

Esta semana te invito a reflexionar sobre:

### CONDUCTAS PROTECTORAS Y DE AUTOCUIDADO:

#### Rutinas de higiene:



Los **hábitos de higiene** personal son imprescindibles para mayores y pequeños, pues es un aspecto que afecta a la salud. De esta manera, se reducen los riesgos de contraer enfermedades.

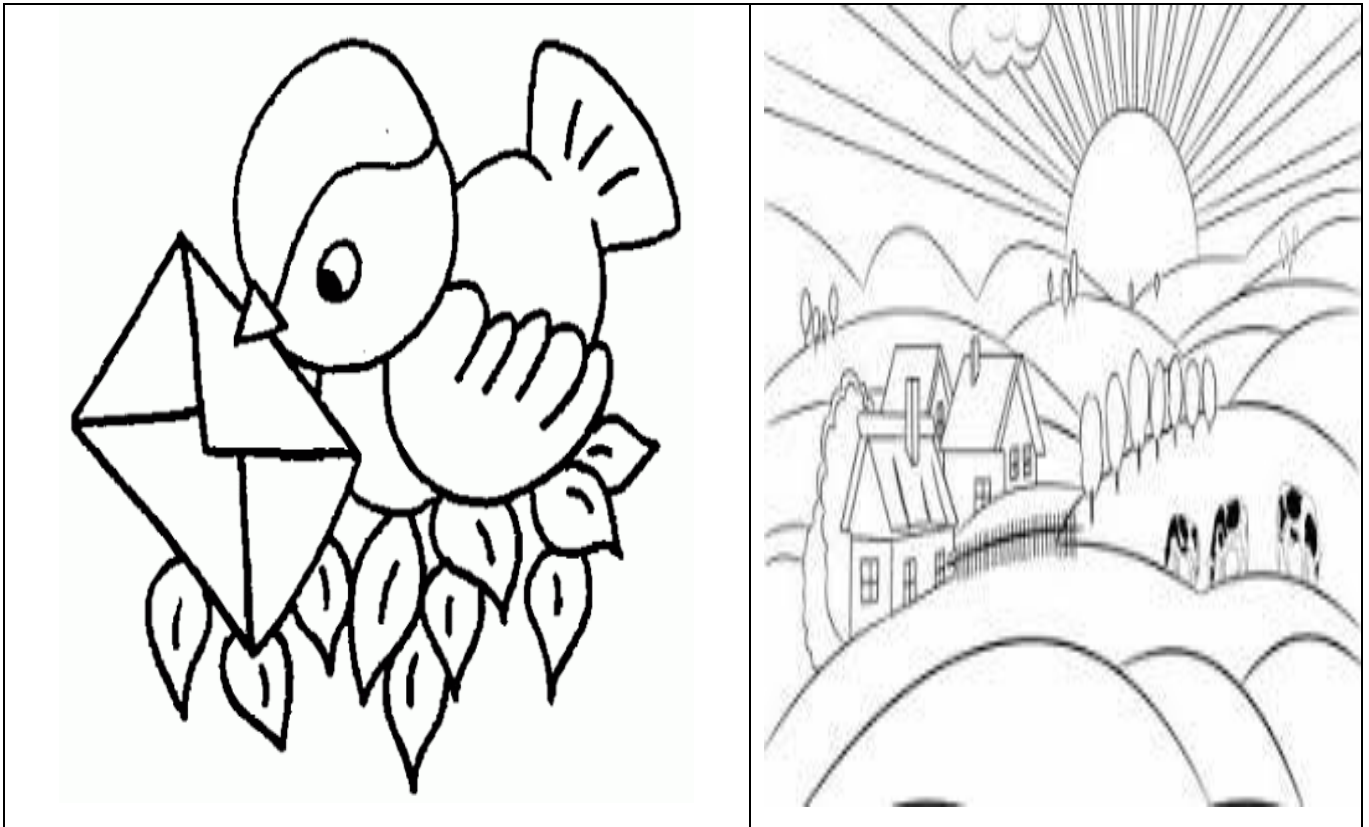
## Recreación y actividad física:

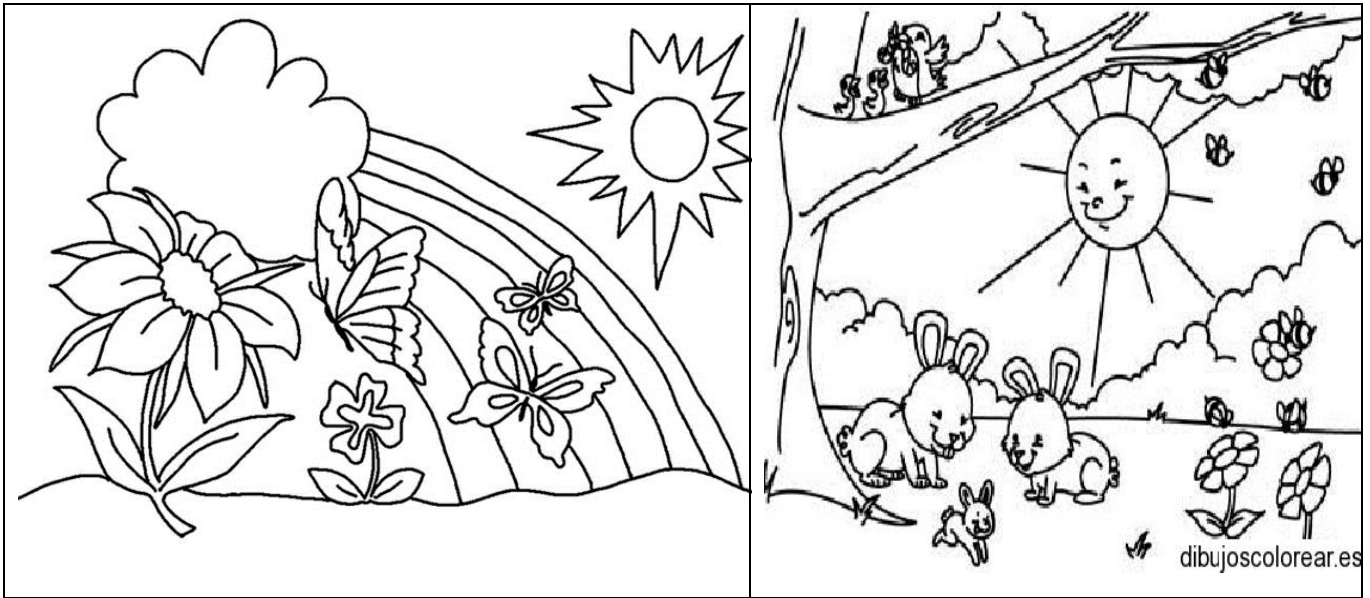


La actividad física consiste en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física indicada por un adulto o el profesor de Educación Física.

**A seguir adelante cuidándote, y te invito a realizar estas actividades:**

**Para pintar:**





**NO OLVIDAR LA IMPORTANCIA DE CONTINUAR CON LOS CUIDADOS ,  
PARA NO CONTAGIARTE DE COVID-19.**

