

Ficha N° 11

Fecha: _____

Nombre: _____

¡A lavarse las manos

Meta: Que el niño (a) comprenda el proceso para lavarse las manos y lo importante que esta acción para prevenir enfermedades.

Recursos para realizar la actividad: lápiz, borrador, sacapuntas.

1. Para realizar esta actividad deberás realizar los siguientes pasos:

- Pide ayuda a un familiar para que te oriente en la realización de cada actividad.
- Observa las imágenes con las instrucciones para que todas las personas aprendan a lavarse correctamente las manos. Comenta con el familiar que te acompaña que se debe hacer en cada caso. Colorea las imágenes a tu gusto.



2. Recorta y pega en tu hoja de reciclaje las siguientes palabras: Mano, agua, jabón, enfermedad. Luego responde:

- ¿Cuál es la palabra más larga? _____
- ¿Cuál es la palabra más corta? _____
- Forma palabras relacionadas con hábitos saludables con las siguientes sílabas y escríbelas en tu hoja de reciclaje: su, fru, me, ju.

3. Lee con ayuda de un familiar la siguiente información

Lávate bien las manos

1

Abre el grifo y moja tus manos en agua.

2

Frota bien con jabón mientras cuentas hasta 20, no tengas prisa.

3

Aclara bien tus manos con agua, que no quede jabón.

4

Sécate bien, ¡ni una gota en tus manos!

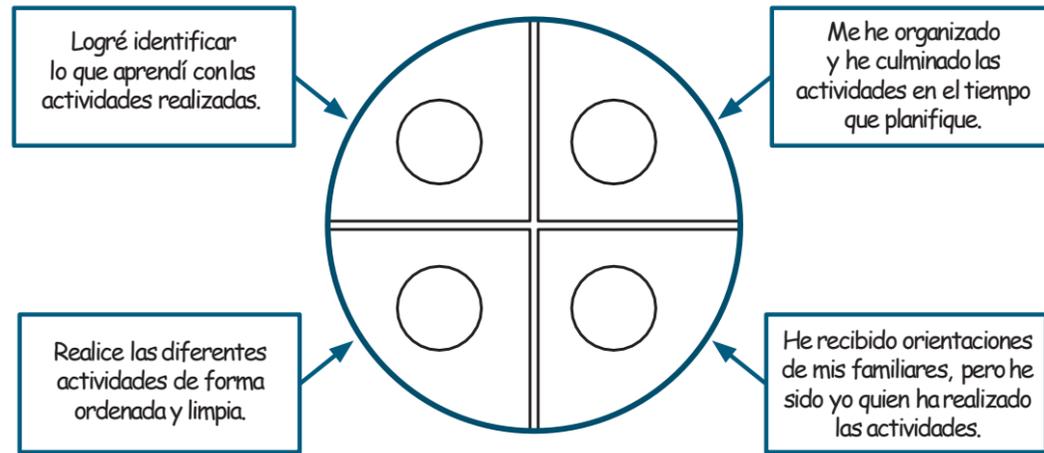
4. Observa las siguientes imágenes. Ahora, por ti misma, por ti mismo o con ayuda, señala en el texto anterior dónde dice:



5. Conversa con un familiar cuándo debemos lavarnos las manos y por qué.

Una vez que has culminado las actividades describe oralmente ¿Qué has hecho? ¿Cómo puedes hacerlo mejor la próxima vez? Realiza un dibujo o escribe una palabra que refleje lo que has aprendido hoy.

Colorea el círculo que está dentro de cada porción de la diana, del color que refleje la valoración que le das al desempeño que has tenido en las actividades realizadas.



● Lo logré ● Lo estoy intentando ● Requiero Ayuda

Ficha N° 12

Fecha: _____

Nombre: _____

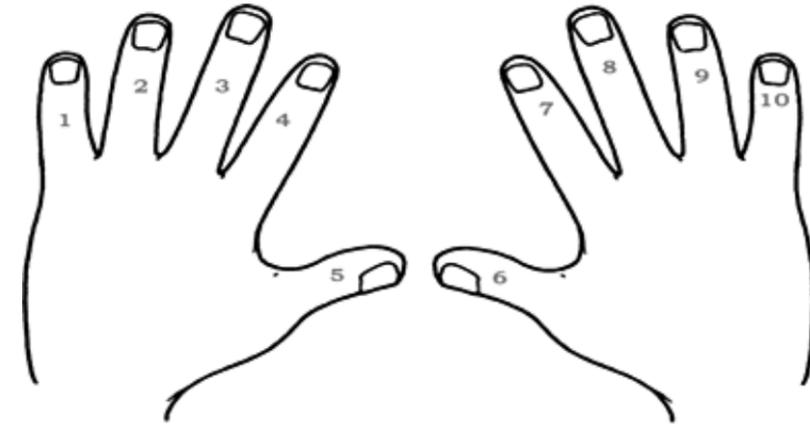
¡Derecha-izquierda!

Meta: Que el niño (a) ubique y dibuje objetos empleando los términos: derecha, izquierda.

Recursos para realizar la actividad: lápiz, borrador, sacapuntas, colores.

1. Para realizar esta actividad deberás realizar los siguientes pasos:

- Pide ayuda a un familiar para que te oriente en la realización de cada actividad.
- Observa con detenimiento cada una de las imágenes que se te presentan.
- Colorea de rojo la mano derecha y de azul la mano izquierda.



2. Dibuja a la izquierda del niño objetos que se empleen para la higiene del cuerpo y a la derecha objetos para la higiene bucal.



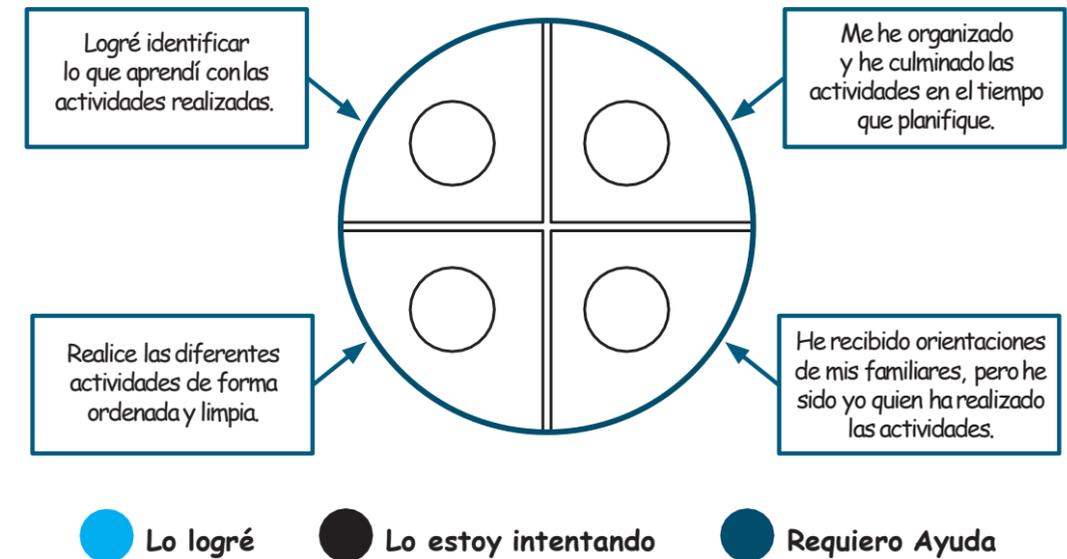
3. Recorta y pega la palabra higiene en el recuadro del lado derecho y escribe tu edad en números en el lado izquierdo.

--	--

4. Dibuja en tu hoja de reciclaje un objeto que este en este momento a tu derecha y otro que este a tu izquierda.

5. Muestra al familiar que te acompaña cuál es tu mano izquierda y cuál es la derecha. Una vez que has culminado las actividades describe oralmente ¿Qué has hecho? ¿Cómo puedes hacerlo mejor la próxima vez? Realiza un dibujo o escribe una palabra que refleje lo que has aprendido hoy.

Colorea el círculo que está dentro de cada porción de la diana, del color que refleje la valoración que le das al desempeño que has tenido en las actividades realizadas.



Ficha N° 13

Fecha: _____

Nombre: _____

¡Me expreso de manera positiva!

Meta: Que el niño (a) desarrolle la capacidad de regularse frente a las emociones que experimenta.

Recursos para realizar la actividad: lápiz y colores.

1. Te invitamos a realizar con ayuda de un adulto la técnica de koopen de la tortuga:

- Encoge y relaja el cuello y los hombros como una tortuga con miedo (3 veces).
- Date cuenta de cómo te sientes después de este ejercicio físico.
- Piensa qué cosas cambiarás en tu vida para mantenerte seguro y sereno.
- Realiza un momento de silencio y quietud. Comparte con el adulto que te acompaña cómo te sientes y el compromiso de cambio para mantenerte seguro y sereno.



2. Pide a un familiar que te lea la siguiente conversación entre tres amigos.

Andrés: En el recreo vamos todos a la biblioteca a buscar un libro.

Lucía: Yo no puedo ir hoy. Si quieren vamos mañana todos.

Andrés: ¡Tenemos que ir hoy, para tener más tiempo para hacer la tarea!

Pedro: Hacemos lo que quieras.

Lucía: Yo no voy a ir hoy a la biblioteca. Mañana si quieren sí voy.

Andrés: ¡Esta niña no hace nada!

Pedro: Psss ¡hagan lo que quieran!



Ahora con el adulto que te acompaña conversa sobre las siguientes preguntas y con ayuda escribe las respuestas.

¿Cómo está actuando Pedro?

¿Cómo está actuando Lucía?

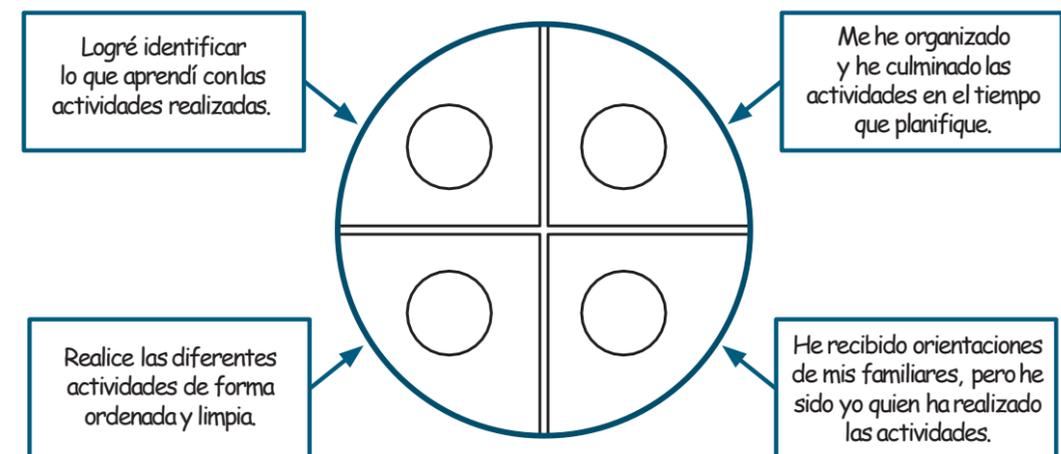
¿Cómo está actuando Andrés?

¿Qué fueses hecho tu si fueras Andrés?

3. Comenta con el familiar que te acompaña una situación en la que hayas ayudado a otras personas y cómo te sentiste.

Una vez que has culminado las actividades describe oralmente ¿Qué has hecho? ¿Cómo puedes hacerlo mejor la próxima vez? Realiza un dibujo o escribe una palabra que refleje lo que has aprendido hoy.

Colorea el círculo que está dentro de cada porción de la diana, del color que refleje la valoración que le das al desempeño que has tenido en las actividades realizadas.



● Lo logré

● Lo estoy intentando

● Requero Ayuda

Ficha N° 14

Fecha: _____

Nombre: _____

¡Arriba- abajo!

Meta: Que el niño (a) emplee los termino arriba -abajo para indicar dónde están los objetos.

Recursos para realizar la actividad: lápiz, borrador, sacapuntas, colores.

1. Para realizar esta actividad deberás realizar los siguientes pasos:

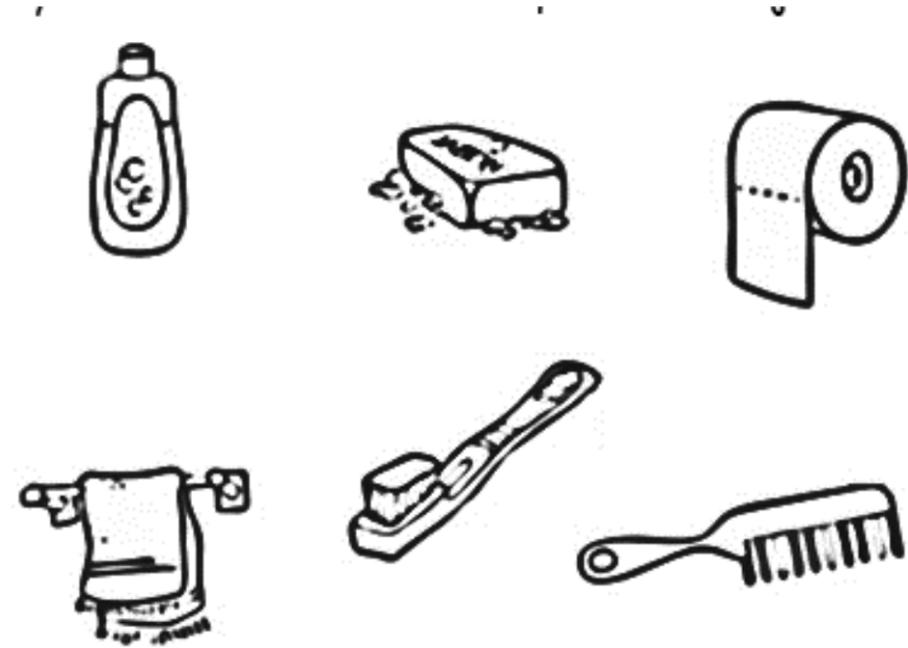
a. Pide ayuda a un familiar para que te oriente en la realización de cada actividad.

b. Dibuja arriba de la línea 2 objetos que se empleen para la higiene de los dientes y debajo de la línea 2 objetos que se empleen para la higiene del cabello.

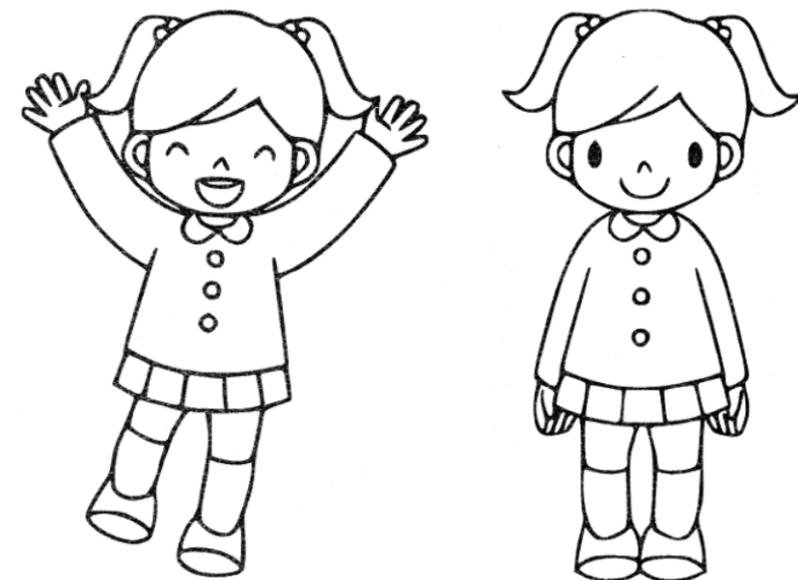
1. Escribe el nombre de los objetos que has dibujado arriba.

2. Escribe el nombre de los objetos que has dibujado abajo:

4. Colorea los objetos que se emplean para la higiene personal que están arriba y encierra en un círculo los que están abajo.



5. Pinta a la niña que tiene las manos arriba y encierra en un círculo a la niña que tiene las manos abajo.



Una vez que has culminado las actividades describe oralmente ¿Qué has hecho? ¿Cómo puedes hacerlo mejor la próxima vez? Realiza un dibujo o escribe una palabra que refleje lo que has aprendido hoy.

Ficha N° 15

Fecha: _____

Nombre: _____

¡Hábitos para mantenernos saludables!

Meta: Que el niño (a) reconozca algunos de los hábitos que puede practicar para mantenerse saludable.

Recursos para realizar la actividad: hojas blancas, lápiz, borrador, colores.

1. Para realizar esta actividad deberás realizar los siguientes pasos:

a. Pide ayuda a un familiar para que te oriente en la realización de cada actividad.

b. Pide a un adulto que te lea la siguiente situación y luego responde las preguntas que se te presentan de forma oral:

Joaquín se siente muy feliz de estar estos días junto a su familia en casa. Se levanta temprano pero no toma desayuno. Prefiere ver la televisión antes que jugar con su hermano y se acuesta muy tarde. Últimamente se siente cansado, le duele el cuerpo y está estornudando. Joaquín piensa que se está enfermando.

Responde:

a. ¿Qué le sucede a Joaquín?

b. ¿Por qué crees que se está enfermando?

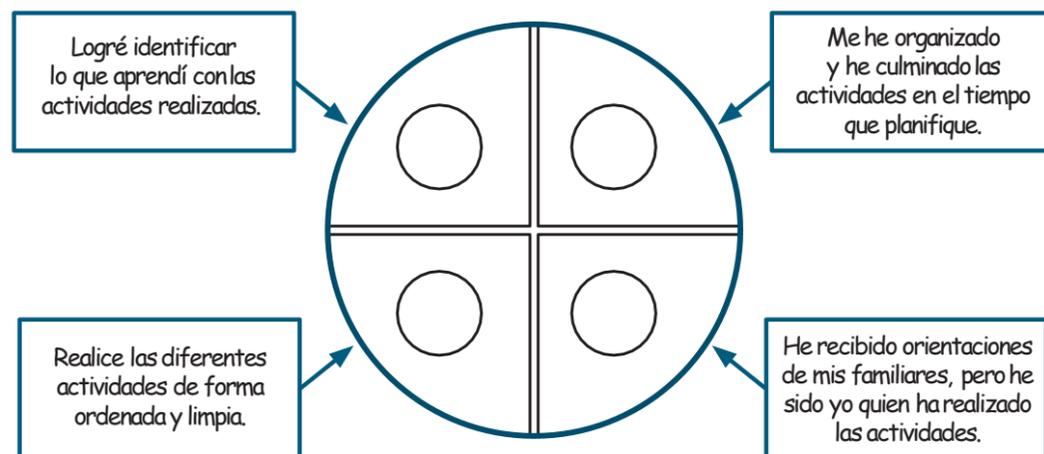
c. ¿Qué puede hacer?

2. Con ayuda de un familiar, plantea una posible respuesta a la siguiente pregunta:

¿Qué necesitamos para mantenernos saludables?

Para responder, selecciona algunas de las afirmaciones de los recuadros:

Colorea el círculo que está dentro de cada porción de la diana, del color que refleje la valoración que le das al desempeño que has tenido en las actividades realizadas.



● Lo logré ● Lo estoy intentando ● Requiero Ayuda



Alimentarnos



Ropa nueva



Hacer ejercicios



Ver televisión



Descansar

3. Para comprobar tu respuesta, lee el siguiente texto con ayuda de un familiar:



Alimentación Saludable
Nuestro cuerpo necesita consumir alimentos variados y agua para funcionar bien. Nos aportan energía para jugar y estudiar. Además nos ayudan a crecer y combatir las enfermedades.



Descanso
Dormir lo suficiente nos permite estar con la mente despejada y reponer las energías. Si dormimos poco aumentan las posibilidades de enfermarnos.



Actividad Física
Hacer ejercicios y practicar deportes con frecuencia nos ayuda a fortalecer los músculos y huesos, respirar y mantener el peso adecuado. Además ayuda a que nuestro corazón funcione mejor.



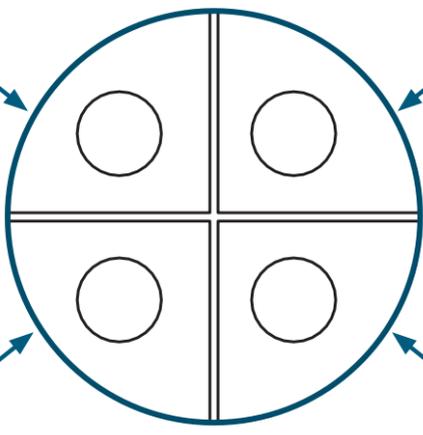
Hábitos de Higiene
Practicar hábitos de higiene todos los días, como lavarnos las manos con agua y jabón, cepillarnos los dientes entre otros, nos ayudan a combatir los gérmenes como virus y bacterias que nos causan enfermedades.

4. Después de haber leído la información, dibuja cuál de los hábitos mencionados anteriormente prácticas para mantenerte saludable.

Colorea el círculo que está dentro de cada porción de la diana, del color que refleje la valoración que le das al desempeño que has tenido en las actividades realizadas.

Logré identificar lo que aprendí con las actividades realizadas.

Me he organizado y he culminado las actividades en el tiempo que planifique.



●
Lo logré

●
Lo estoy intentando

●
Requiero Ayuda