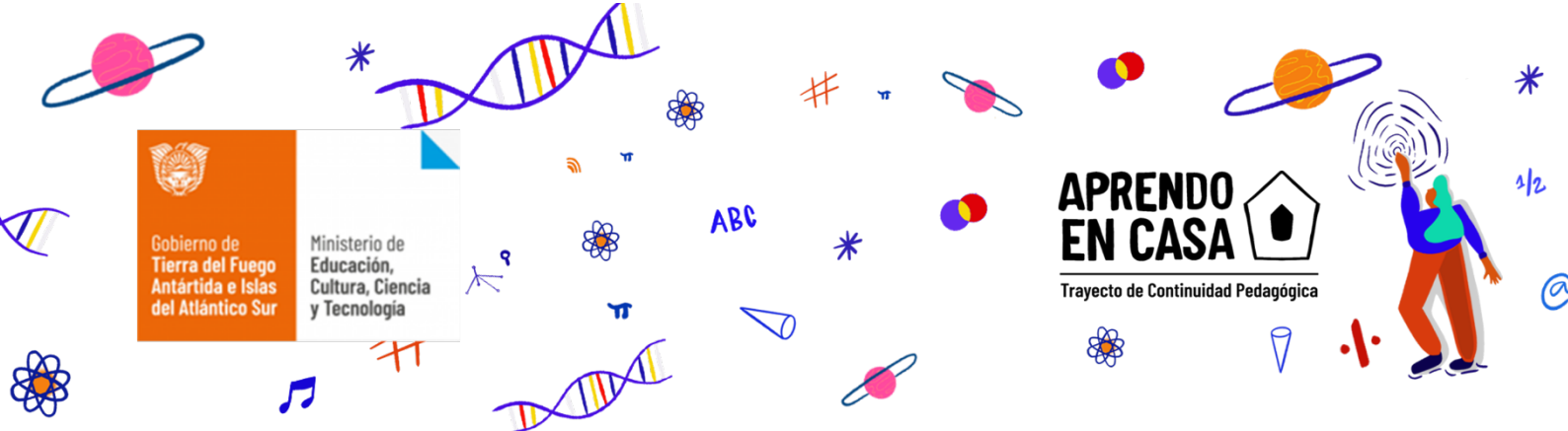




ÁREA: CIENCIAS NATURALES – 5to Grado

Autor: Valeria Verónica Barrios.

Clase N°1:

Contenidos de la clase

- Adquirir hábitos de higiene que favorezcan la salud.
- Reconocer acciones que promuevan hábitos saludables.

Introducción

Se propondrá actividades que permitan a los alumnos ampliar saberes de manera que puedan adquirir responsablemente hábitos de higiene y de salud. En conjunto con la familia será oportuno crear espacios de intercambios que posibiliten compartir experiencias personales referidas al cuerpo y sus cuidados.

Actividad 1

Leé el siguiente texto, comparte la lectura en familia.



Juan acaba de salir al recreo luego de una interesante clase de Ciencias Naturales, muy apurado va al baño de la escuela... ¡ya no aguantaba más! Igual de apurado sale corriendo del baño al patio, para no perder ni un minuto más del recreo, tanto que no lava sus manos, las limpia en su ropa.

Corre un rato por el patio, interviene en un partido de fútbol con sus compañeros, es el arquero del equipo, por lo que para atajar varias veces debe ir al suelo en busca de la pelota. Para levantarse apoya sus manos en las baldosas del patio. En una atajada manda la pelota al lado de los bebederos, donde se ha juntado un charco con agua. Al buscarla la nota mojada... vuelve al arco y al ponerla en juego siente sus manos mojadas, las seca en su ropa, igual que cuando salió del baño.

¡Penal para el equipo contrario! Juan se alista a atajarlo, si lo hace será el héroe del partido. Frota sus ojos con las manos, como para ver mejor la pelota que viene... ¡Ataja! Y todos festejan.

Queda tiempo de recreo aún para un alfajor antes de ir al aula, como el kiosco está vacío saca un billete arrugado de su bolsillo y paga su merecido premio. Mientras come el alfajor suena el timbre... acaba de terminar el mejor recreo de su vida. Vuelve al aula muy contento.

A la noche, ya en casa siente los ojos irritados y dolor de estómago.

Actividad 2

Luego de conversar en familia sobre el contenido leído, responde las siguientes preguntas:

1. ¿A qué se pueden deber los ojos irritados de Juan y su dolor de estómago?

.....

.....

.....

2. ¿Qué tiene que ver el texto con los hábitos de higiene?

.....

.....

.....

3. ¿Podría Juan haberse divertido en el recreo y a la vez no sentirse enfermo más tarde?

.....

.....



.....

4. ¿En qué momentos Juan expuso su salud? ¿Por qué? ¿podría haber actuado distinto?

.....

.....

.....

5. ¿Te pasan cosas parecidas a las que Juan vivió en su recreo?

Actividad 3

La siguiente actividad te permitirá autoevaluar tu higiene y el cuidado del cuerpo por ti mismo.

¡Adelante!

A. Rodea con un círculo:

- la **S** si siempre actúas así
- la **CS** si casi siempre actúas así
- la **AV** si a veces actúas así
- la **CN** si casi nunca actúas así
- la **N** si nunca actúas así

1. Lavo y cepillo las uñas de mis manos y pies.

S CS AV CN N



2. Introduzco objetos en mis oídos para limpiarlos. **S CS AV CN N**
3. Cepillo mis dientes después de cada comida. **S CS AV CN N**
4. Toco mis ojos con las manos sucias. **S CS AV CN N**
5. Lavo mis manos luego de usar el baño en la escuela. **S CS AV CN N**
6. Me gusta acariciar y jugar con animales de la calle. **S CS AV CN N**
7. Mantengo cortas las uñas de mis manos y pies. **S CS AV CN N**
8. Cepillo mis dientes antes de ir a dormir. **S CS AV CN N**
9. Lavo mis manos antes de comer. **S CS AV CN N**
10. Me baño y lavo el cabello. **S CS AV CN N**
11. Si algún amigo lo necesita, le presto mi pañuelo. **S CS AV CN N**
12. Cambio mis medias y ropa interior diariamente. **S CS AV CN N**

B. Es momento de calificarte, lee con atención los cuadros de doble entrada y hazlo.

- Las afirmaciones 1, 3, 5, 7, 8, 9, 10 y 12 puntúan con:

S	CS	AV	CN	N
2	3	2	1	0

- Las afirmaciones 2, 4, 6 y 11 puntúan con:

S	CS	AV	CN	N
0	1	2	3	4



c. ¡Ahora sí! Sumá los puntos y califícate

Si sumaste...

- Entre 36 y 48 puntos: BUENO O MUY BUENO
- Entre 28 y 35 puntos: REGULAR
- Entre 36 y 48 puntos: FLOJO O MUY FLOJO

Reflexión

Es un momento para reflexionar sobre aquellos recaudos que deberíamos tener para cuidarnos y cuidar a otros.

Se invita al alumno a escribir una breve reflexión que ponga en manifiesto su aprendizaje luego de esta clase, para ello será imprescindible volver a la autoevaluación de higiene y salud.

Bibliografía complementaria

<http://integrar.bue.edu.ar/integrar/blog/articulo/proyecto-cuidarnos-es-querernosalmanaque-mural-sobre-el-cuidado-de-la-salud-2do-ciclo/>

<http://www.salud.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2016/03/higienematerial.pdf>

