**Actividades Sugeridas**

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVO DE APRENDIZAJE OA\_4** | **DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD** |
| **Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con 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** | **Descanso, recreación y actividad física**  **5.**  Los estudiantes, con la guía del docente, responden oralmente las siguientes preguntas:  › ¿Por qué es importante dormir y descansar?  › ¿Cuántas horas hay que dormir?  › ¿Qué pasaría si una persona no duerme durante muchos días? Conversan sobre las actividades que pueden hacer antes de dormir; por ejemplo: leer un cuento, bañarse, preparar la ropa para el día siguiente, entre otras. |