**Actividades Sugeridas**

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVO DE APRENDIZAJE OA\_4** | **DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD** |
| **Identificar y practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado en relación con:**  **› rutinas de higiene**  **› actividades de descanso, recreación y actividad física**  **› hábitos de alimentación**  **› resguardo del cuerpo y la intimidad**  **› la entrega de información personal**  **› situaciones de potencial abuso**  **› consumo de drogas** | **7.**  Los estudiantes reciben tarjetas con diferentes acciones que realizan antes de acostarse a dormir, las analizan y clasifican de acuerdo a si contribuyen o no a conciliar mejor el sueño y ponen en común sus conclusiones. Por ejemplo:  › Jugar computador  › Tomar un vaso de leche tibia  › Darse un baño caliente  › Comer alimentos pesados  › Leer un cuento  › Ver televisión |