**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 |