**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** | **9.**Mediante una lluvia de ideas, comentan sobre los alimentos que suelen consumir en su casa. Escuchan una explicación sobre la comida saludable y a continuación, en parejas, diseñan un “menú saludable” para una semana. Este debe incluir al menos tres comidas diarias y alimentos de todos los niveles de la pirámide alimenticia. Cada alumno escribe su menú en una hoja de bloc y lo lleva a su casa para compartirlo con sus padres o apoderados. **Ciencias Naturales R.** |