

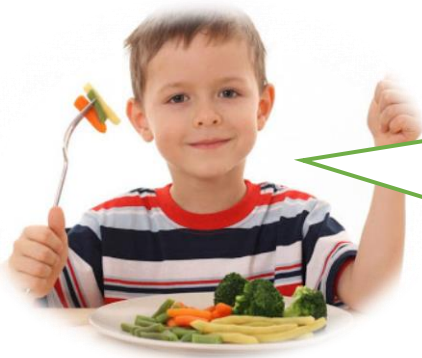


Actividad Semanal Ciencias Naturales
1° Año Básico
Docente de Asignatura: Karen Abarca Carreño

OA	(OA 7) Describir, dar ejemplos y practicar hábitos de vida saludable para mantener el cuerpo sano y prevenir enfermedades (actividad física, aseo del cuerpo, lavado de alimentos y alimentación saludable, entre otros). (OA 6) Identificar y describir la ubicación y la función de los sentidos proponiendo medidas para protegerlos y para prevenir situaciones de riesgo.
Objetivo semanal	Evaluar contenidos sobre: Los sentidos y hábitos de vida saludable.
Fechas	Semana del 11 al 15 de mayo

Retroalimentación de contenidos: Unidad 1
Hábitos de vida saludable

Alimentación Saludable



Para crecer sano y fuerte necesitas tener una alimentación saludable o balanceada que combine frutas, verduras, granos, lácteos, carnes, legumbres, huevos y, en menor cantidad aceites.

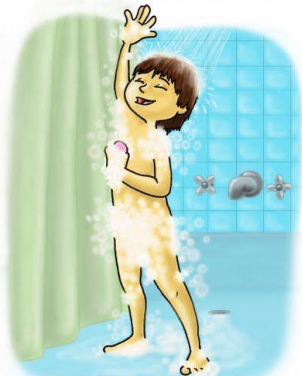


Higiene Personal



La higiene personal son el conjunto de acciones que nos permiten mantener nuestro cuerpo sano, por ejemplo, lavar las manos antes de ingerir un alimento; lavar las frutas y verduras antes de comerlas; cepillar los dientes después de cada comida y antes de dormir.

HIGIENE DEL CUERPO



ME BAÑO



ME LAVO LAS MANOS



ME PEINO



ME LAVO LOS DIENTES



ME LAVO LA CARA



ME LIMPIO LAS UÑAS

Actividad Física



Para fortalecer y mantener sanos tus huesos y músculos, es necesario realizar actividad física.

La actividad física es el conjunto de movimientos que realizas a diario, por ejemplo, caminar, saltar y correr.



Los Sentidos y sus órganos

Los sentidos y los órganos del cuerpo que utilizas para percibir



Medidas y cuidados para proteger los sentidos



Podemos cuidar nuestro sentido de la vista:

- ✓ Leyendo en lugares iluminados.
- ✓ Evitando permanecer mucho tiempo frente a la pantalla de un computador, televisor o celular.
- ✓ Usando anteojos de sol.



Audición



Podemos cuidar nuestro sentido de la audición:

- ✓ Evitando escuchar música con un volumen muy elevado.
- ✓ Evitando utilizar audífonos, ya que pueden dañar el oído.
- ✓ Manteniendo nuestros oídos limpios y secos.

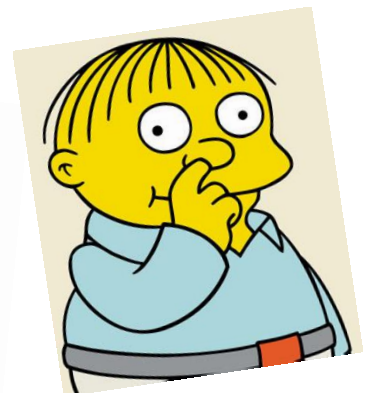


Olfato



Podemos cuidar nuestro sentido del Olfato:

- ✓ Manteniendo nuestra nariz limpia, para respirar y oler mejor.
- ✓ Evitando olores intensos y desagradables.
- ✓ No introduciendo objetos a la nariz.



Gusto



Podemos cuidar nuestro sentido del Gusto:

- ✓ Evitando consumir alimentos o bebidas muy frías o calientes.
- ✓ Cuidando la higiene de la boca, manteniendo los dientes limpios.
- ✓ Visitando al dentista una vez por año.



Tacto



Podemos cuidar nuestro sentido del Tacto:

- ✓ Evitando la exposición innecesaria al sol, y aplicando protector solar.
- ✓ Manteniendo una buena higiene, bañándonos diariamente.
- ✓ Consumiendo por lo menos dos litros de agua diariamente para mantener la piel hidratada

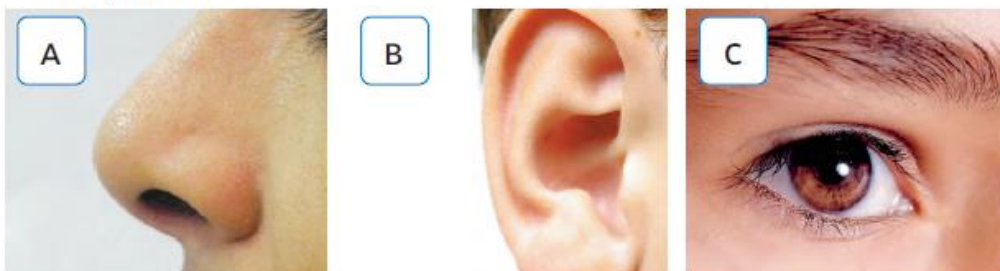


Guía de Evaluación

Instrucciones:

- Desarrollar la siguiente guía en el cuaderno, por favor, leer las preguntas y ayudar a escribir las respuestas que le dará el niño/a.
- Escribir fecha y objetivo de la clase en el cuaderno de Ciencias Naturales y enviar las fotos de las actividades realizadas a la profesora jefe.

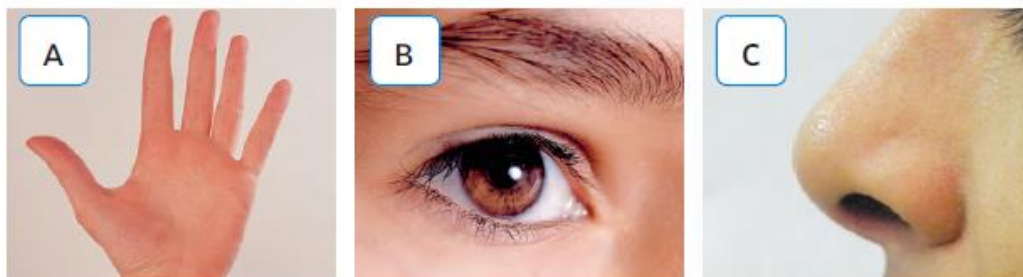
1. ¿Qué parte de tu cuerpo te permite distinguir las voces de tus compañeros?



2. ¿Qué parte de tu cuerpo te permite saber qué tan ácido está el limón?



3. ¿Qué parte de tu cuerpo te permite distinguir los colores de los objetos?

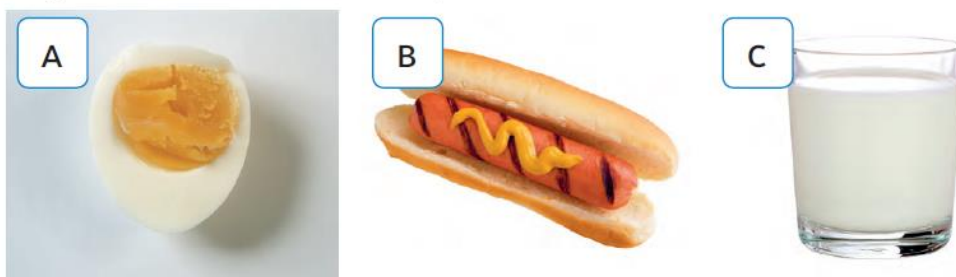


4. ¿Con qué sentido se relaciona esta parte del cuerpo?

- A Tacto.
- B Audición.
- C Olfato.








5. ¿Cuál de estos alimentos es poco saludable?



6. ¿Cuál de estas acciones te ayuda a cuidar tu cuerpo?



7. Une mediante una línea el órgano con el sentido que corresponda.

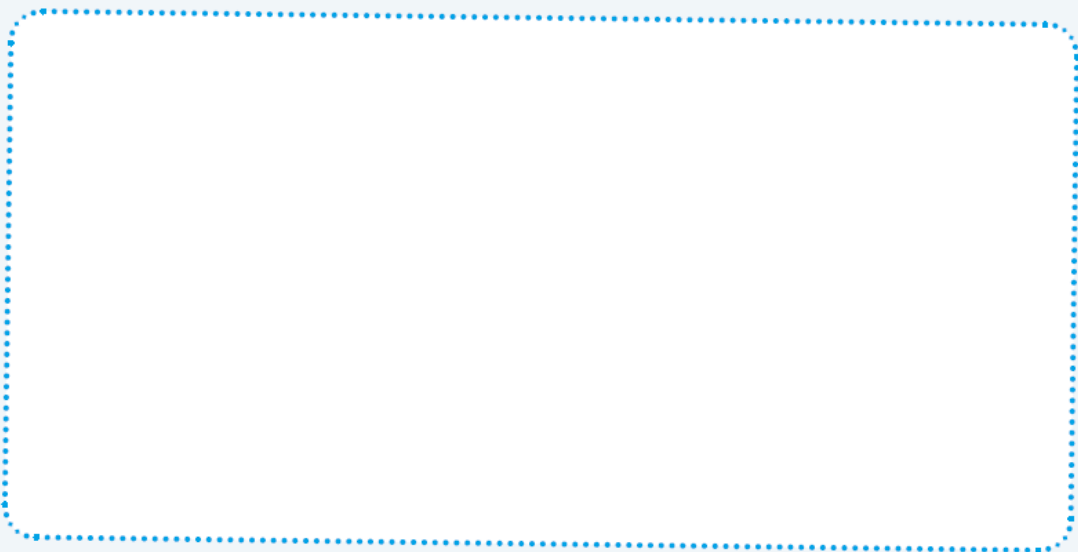
				
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tacto	Olfato	Audición	Vista	Gusto

8. Marca con un el sentido con que percibes cada estímulo.

Estímulos					
Olores					
Suavidad					
Sabores					
Frío					
Sonidos					
Colores					

9. Dibuja el o los órganos encargados en cada situación.

A. Al llegar a casa, Alonso se dio cuenta que algo se estaba quemando



B. Blanca se enteró que su vecina tenía una fiesta.



10

Recorta y pega o dibuja 3 acciones sobre higiene personal, alimentación saludable y actividad física, una para cada una.

11

Marca con un ✓ las acciones que ayudan a cuidar los órganos de los sentidos y una ✗ las que los pueden dañar.



12

Marca con un ✓ las acciones que ayudan a cuidar tu cuerpo y con una ✗ las que lo pueden dañar.





CIENCIAS 1º

Colegio Manuel Rodríguez
Docente Karen Abarca
Asistente Maciel Cabrera

Ciencias naturales 1º básico semana del 11 al 15 de Mayo

Objetivo Aprendizaje

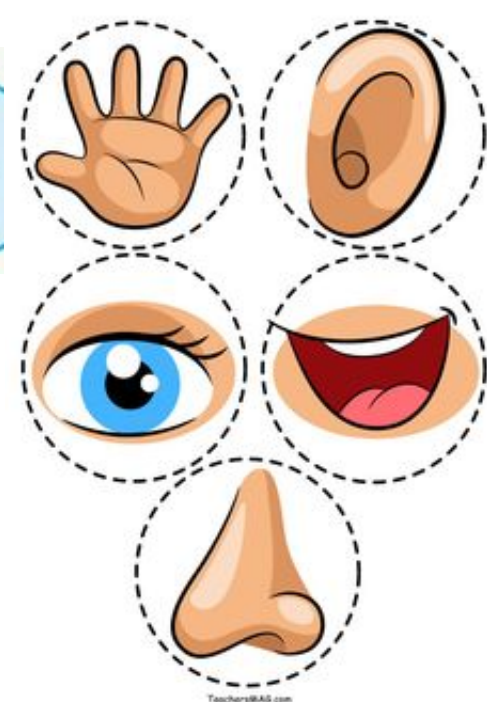
- Identificar y describir la ubicación y la función de los sentidos proponiendo medidas para protegerlos y para prevenir situaciones de riesgo.

Objetivo semanal

Evaluar contenidos sobre:
Los sentidos y hábitos de vida saludable.

LOS SENTIDOS

Gracias a los sentidos podemos percibir las cosas que nos rodean.

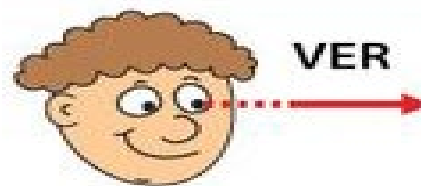


LOS SENTIDOS

PARTE DEL CUERPO

VERBO - ACCIÓN

LA VISTA



EL OLFATO



EL OÍDO



EL GUSTO



EL TACTO



LA HIGIENE PERSONAL

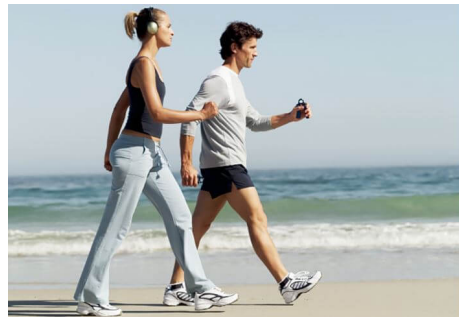
- Lavar las manos antes de ingerir un alimento.
- Lavar las frutas y verduras antes de comerlas.
- Cepillar los dientes después de cada comida.
- Cepillar los dientes antes de dormir.

Son el conjunto de acciones que nos permiten mantener nuestro cuerpo sano



ACTIVIDAD FÍSICA

Caminar.



Saltar .



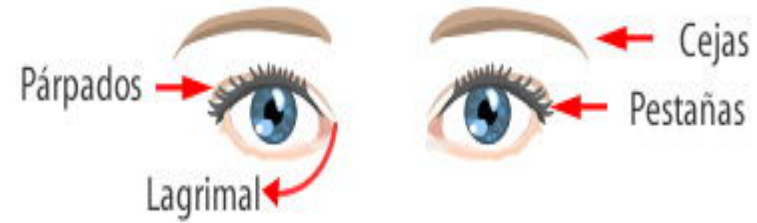
Correr.



Es el conjunto de movimientos que realizas a diario

Para fortalecer y mantener sanos tus huesos y músculos, es necesario realizar actividad física.

LA VISTA



El ojo es el órgano del sentido de la vista



Con la vista podemos percibir

- La FORMA
- El COLOR
- El TAMAÑO



AUDICIÒN

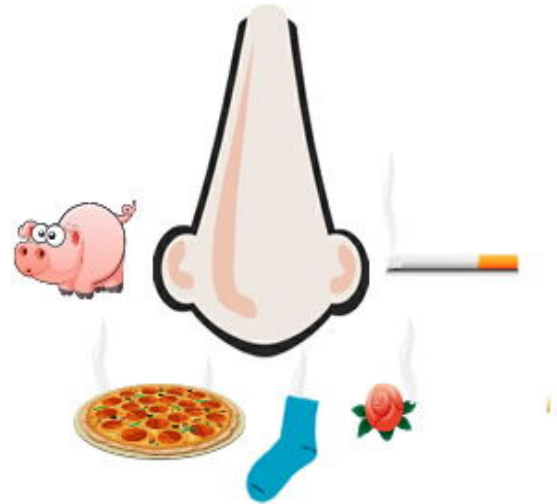


El oído es el órgano del sentido de la audición

Podemos percibir
el ruido
la **música**
las conversaciones



OLFATO



La Nariz es el órgano del olfato



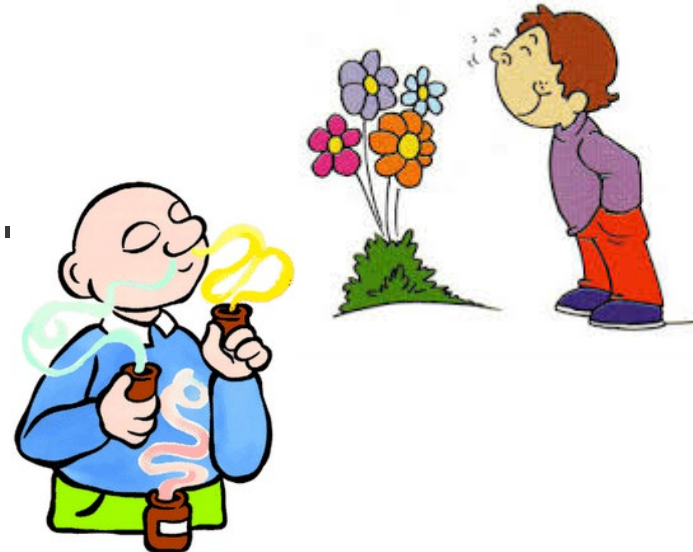
TeachersMAA.com

Con el olfato podemos percibir los olores.

El aroma de las flores.

El aroma de un perfume.

El aroma de la comida.



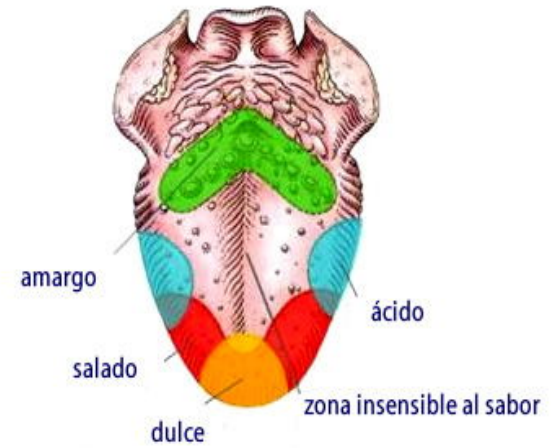


GUSTO

Permite Percibir los Sabores



EL ORGANISMO DEL GUSTO ES LA LENGUA



La lengua es el principal órgano del gusto

Podemos percibir 4 tipos de sabores

- Dulce
- Salado
- Ácido
- Amargo

TACTO



- El órgano del tacto es la piel



Permite percibir
cualidades de los
objetos

FORMA

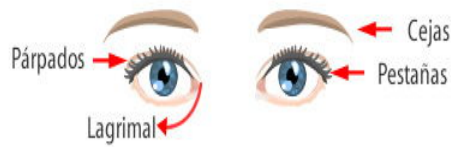


TEXTURA



TEMPERATURA





Vista

El ojo es el órgano del sentido de la vista

Leyendo en lugares iluminados.

Evitando permanecer mucho tiempo frente a la pantalla de un computador, televisor o celular.

Usando anteojos de sol.

Podemos cuidar nuestro sentido de la vista:





Audición

El oído es el órgano del sentido de la audición

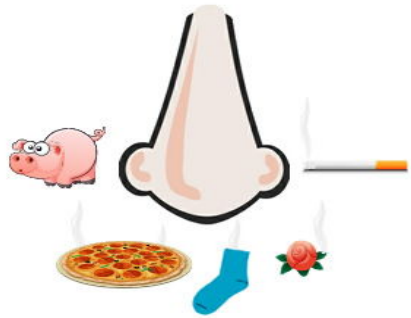
Evitando escuchar música con un volumen muy elevado.

Evitando utilizar audífonos

Manteniendo oídos limpios y secos.

Podemos cuidar nuestro sentido de la audición:





Olfato

Podemos cuidar nuestro sentido del Olfato:

La Nariz es el órgano del olfato

Manteniendo la nariz limpia para respirar y oler mejor.

Evitando olores intensos y desagradables.

No introduciendo objetos a la nariz.





Gusto

Evitando consumir alimentos o bebidas muy frías o calientes

Cuidando la higiene de la boca, manteniendo los dientes limpios.

Visitando al dentista una vez por año.

Podemos cuidar nuestro sentido del Gusto:





Tacto

Podemos cuidar nuestro sentido del Tacto:

Evitando la exposición innecesaria al sol, y aplicando protector solar.

Manteniendo una buena higiene, bañándonos diariamente.

Consumiendo por lo menos dos litros de agua diariamente para mantener la piel hidratada.



EN ESTA
CLASE
SOMOS



PERO
APRENDEMOS A LO
GRANDE.

