**GUÍA DIGITAL N°2**

**Tarea**

**ASIGNATURA: Orientación**

**CURSO: 1° AÑO**

**DOCENTE: Maribel Medina Rebolledo**

**SEMANA: 06 al 10 de Abril**

**OBJETIVO DE LA CLASE: Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado en relación a:**

* **rutinas de higiene**

**ACTIVIDAD:**

**Ahora te toca a ti demostrar tus habilidades…**

 **PAUSA ACTIVA**

**Te invito a realizar la siguiente pausa activa que te ayudara a relajar tu cuerpo, fortalecer tu mente para un mejor desempeño y bienestar a la hora de realizar las actividades**

<https://www.youtube.com/watch?v=jaP5YOLXiuk>

****

**En hoja de block o de cuaderno deberás dividirla en 4 partes en cada una de ellas debes realizar un dibujo que represente conductas protectoras y de autocuidado en relación a rutinas de higiene.**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |