**Colegio San Manuel**

**Asignatura: Ed Física**

**Profesor: Paola Vilches S**

**Curso: 5° año básico**

**GUIA N° 6 DE APOYO AL HOGAR**

Buenos días:

Esperando que se encuentren muy bien, les hago entrega de algunas recomendaciones que serán de especial importancia debido a las medidas de contingencia sanitaria. Por lo mismo por favor cuídense mucho ustedes y sus familias.

Les solicito que en lo posible los niños tengan una buena alimentación, hábitos de higiene, lavado de manos constantemente con jabón y beban mucha agua.

Procuren que los niños aprendan y consuman frutas, ensaladas, huevos cocidos según sus preferencias, que ingieran agua natural. Eviten jugos o bebidas azucaradas.

Que realicen las actividades que les envío, con ropa adecuada y cómoda para su mejor desarrollo.

Esta guía es para trabajar en casa desde el 15 hasta el 26 de Junio, necesito que me envíes una fotografía lavándose las manos y una fotografía lavándose los dientes y la envíes al correo electrónico [educacionfisica565@gmail.com](mailto:educacionfisica565@gmail.com)

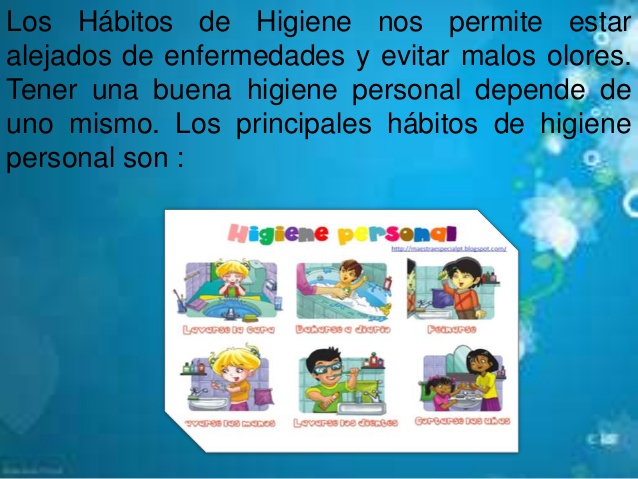
Tía Paola

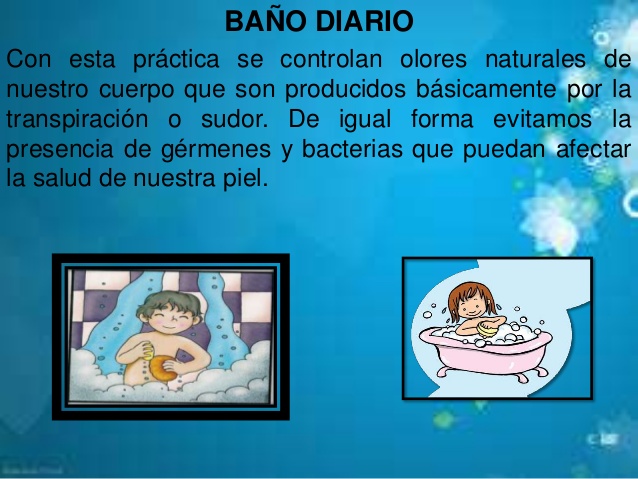
LA HIGIENE PERSONAL

Qué es la higiene personal y su importancia?

La **importancia** de una buena **higiene personal**. La **higiene personal** no sólo es sinónimo de limpieza sino también de salud. La falta de **higiene** no pasa desapercibida. Un olor y una apariencia desagradables la delatan, pero, además, una persona con mala **higiene** puede transmitir gérmenes a los que le rodean.







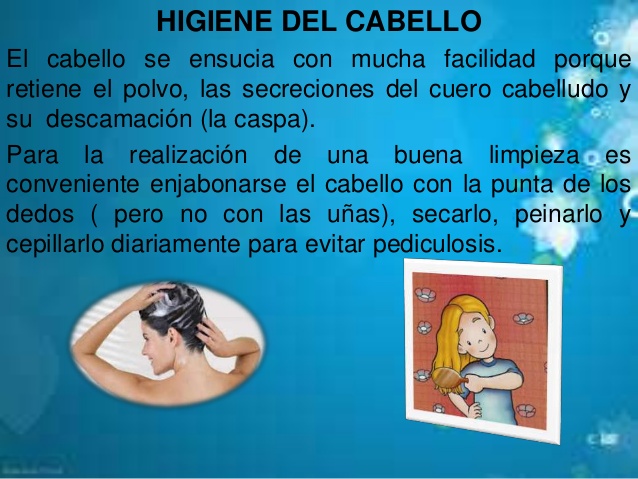


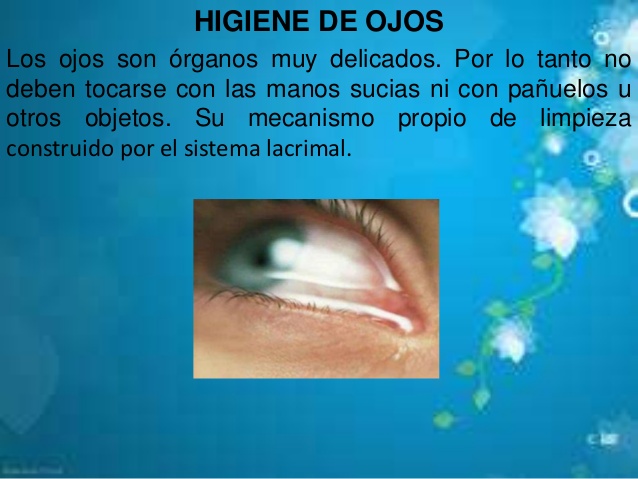














AHORA QUE YA SABES LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL PARA ESTAR SANO, NECESITO QUE ME ENVIES UNA FOTOGRAFIA LAVANDOSE LAS MANOS Y UNA FOTOGRAFIA CEPILLANDOSE LOS DIENTES Y ENVIARLA AL CORREO ELECTRONICO [educacionfisica565@gmail.com](mailto:educacionfisica565@gmail.com)