



# Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos  
tanto la mente,  
como el corazón!



**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



**Jalisco**  
GOBIERNO DEL ESTADO



# Educación Especial

**Lengua Materna. Español. Vida  
saludable.**

**4° Primaria**



# ¿Qué voy a aprender?

## Aprendizaje(s) sustantivo(s) o Aprendizaje(s) fundamental(es)

- ✓ Explica y valora la importancia de una dieta equilibrada y practica hábitos de higiene.
- ✓ Reconoce factores que inciden en la calidad de vida de la población en el mundo.
- ✓ Participa en el intercambio de opiniones de manera asertiva.
- ✓ Contribuye con propuestas de acción para mejorar aspectos de su entorno.



# ¿Qué voy a aprender?

## Temas que conocerás:

- ✓ Tema 1. ¿Cómo cuido mi cuerpo?
- ✓ Tema 2. Sigamos cuidándonos.
- ✓ Tema 3. Nos cuidamos todos.



# ¿Qué necesito?

## Recomendaciones generales:

La presente ficha está dirigida a los padres de familia con hijos (as) con discapacidad visual; ésta contiene orientaciones para el desarrollo de actividades desde casa, para cuatro semanas de trabajo, basadas en la metodología por proyectos.

Se recomienda mantener contacto con el maestro de grupo en caso de tener alguna duda respecto a la forma de trabajo, de manera específica, con su hijo (a). Así como para tomar acuerdos sobre el desarrollo de un portafolio de evidencias para entregar de manera física o digital.

## Materiales:

- ✓ Hojas blancas
- ✓ Revistas, cuaderno con ilustraciones o páginas de internet
- ✓ Cartulina
- ✓ Marcadores
- ✓ Tijeras
- ✓ Pegamento
- ✓ Computadora (Si se tiene)



## Organizador de actividades:

Semana	Tema	Actividad	Producto
1	¿Cómo cuido mi cuerpo?	Identificar las acciones para evitar enfermarnos.	Hoja con clasificación de acciones de prevención de enfermedades.
2 y 3	Sigamos cuidándonos	Identificar los hábitos de higiene y de alimentación.	Texto o dibujos de los hábitos de higiene y alimentación.
4	Nos cuidamos todos.	Realizar cartel sobre las acciones para prevenir enfermedades.	Cartel o presentación.

**¡Manos a la obra!**



# Actividad de inicio

Conversa con el niño (a), sobre los hábitos de alimentación y de higiene que tenemos en casa.

Pregunta al niño (a):

- ¿Cómo es nuestra alimentación?
- ¿Qué es lo que nos gusta comer generalmente?
- ¿En nuestras comidas integramos frutas y verduras?
- ¿Qué hacemos para evitar enfermarnos?
- ¿Cómo podemos cuidarnos para no enfermarnos en casa?

Busquen en internet videos sobre los buenos hábitos de alimentación y de higiene. Para comprender mejor, haz las siguientes preguntas, al niño (a):

- ¿De qué habla el video?
- ¿Qué dice que debemos hacer para estar sanos?
- ¿Nosotros tenemos hábitos sanos?
- ¿Conoces algunas acciones para evitar enfermarte?

# Tema 1. ¿Cómo cuida mi cuerpo?

Resalta las acciones que el niño (a) observó en el video y que hacen en casa.

1. Platica con el niño (a) sobre cómo estas acciones ayudan a mantenerse sanos y así prevenir enfermedades.

Puedes hacer las siguientes preguntas:

- ¿Qué haces en casa para cuidarte?
- ¿Cómo es tu alimentación?
- ¿Crees que comes sano, incluyes frutas y verduras?
- En casa ¿evitas tener espacios sucios y desordenados?

Emplea imágenes que en las que el niño pueda señalar sus respuestas.

# Tema 1. ¿Cómo cuido mi cuerpo?

2. En una revista, cuaderno de dibujos o internet busquen ilustraciones en donde se tengan acciones de cuidado de la salud y acciones en donde no se promueva su cuidado. Pide al alumno (a) que recorte las ilustraciones.

Oriéntalo con las siguientes preguntas:

- ¿Qué está haciendo?
- ¿Lo que hace nos ayuda a prevenir alguna enfermedad?

3. En una hoja blanca o en el cuaderno de trabajo indica que divida en dos secciones y escriba en la parte superior.

Acciones que nos ayudan a evitar enfermedades / Acciones que no nos ayudan a prevenir enfermedades.

Indica al niño (a) que pegue lo que acaba de recortar en la parte correspondiente. Si se le dificulta puedes orientarlo, al preguntar ¿qué pasaría si haces esto? ¿esto es bueno o malo para tu salud? etc.

4. Al terminar, platica con el niño (a) sobre las acciones que pegaron.

Pregúntale:

- ¿Nosotros hacemos todo esto para evitar enfermarnos?
- ¿Qué podemos agregar a los cuidados que ya tenemos?

Invita al niño (a) a platicar sobre lo que acaba de aprender con los otros miembros de la familia. Puede apoyarse con la hoja en donde pegó los recortes para facilitar su explicación de manera verbal.

## Tema 1. ¿Cómo cuido mi cuerpo?

# Tema 2. Sigamos cuidándonos

## 1. Pregunta al niño (a):

- ¿Recuerdas qué platicos anteriormente?
- ¿Qué acciones hacemos para prevenir enfermedades?
- ¿Hay alguna acción que no hacemos en casa?

Es importante retomar la actividad anterior con las ilustraciones y repasa con el niño (a) las acciones que se han comentado hasta ese momento.

# Tema 2. Sigamos cuidándonos

## 2. Pregunta al niño (a):

- ¿Sabes qué son los hábitos de higiene personal?
- ¿Por qué crees que es importante tener buenos hábitos de higiene personal?
- ¿Qué pasaría si no tenemos hábitos de higiene personal?

3. Explica al niño (a) sobre los hábitos de higiene personal y su importancia, puedes buscar información en internet o en libros.

4. Si es necesario, busca videos o cuentos que hablen sobre los hábitos de higiene personal, preséntaselos al alumno (a) y haz preguntas sobre lo que observa o lee.

# Tema 2. Sigamos cuidándonos

5. Pide al niño(a) que redacte o señale sus hábitos de higiene personal:

“Para estar sano y limpio yo...”

Si es necesario, puedes buscar imágenes que ilustren las acciones que realiza o bien usar estas o dibujos para expresarlas, de manera que él/ella las señale.

6. A continuación, platica con el alumno (a) sobre la alimentación sana y su importancia para prevenir enfermedades. Después realiza las siguientes preguntas:

- ¿Qué hacemos antes de comer para prevenir alguna enfermedad?
- ¿Qué hacemos con las frutas y verduras antes comerlas?

7. Invita al niño (a) a participar en la preparación de los alimentos de casa. Conversa con él/ella sobre los cuidados de limpieza que debe tener al manipularlos y antes de ingerirlos.

8. Explica la importancia de mantener una buena alimentación y como esta nos ayuda a prevenir enfermedades.

9. Pide al niño que redacte en una hoja de su cuaderno o converse contigo sobre lo que hace para cuidar su salud. Si tiene dificultades, puedes hacer las siguientes preguntas:

¿Qué haces para estar sano?

¿Cómo cuidas tu higiene personal?

¿Sabes qué alimentos te ayudan a prevenir enfermedades?

Puedes usar las ilustraciones y actividades anteriores.

## Tema 2. Sigamos cuidándonos.

# Tema 3. Nos cuidamos todos.

Ayuda al alumno (a) a recordar las acciones y medidas necesarias que ha aprendido para evitar enfermedades.

Si es necesario busca y preséntale videos o cuentos que le ayuden a recordarlas.

1. A manera de presentación en una cartulina, hojas blancas o presentación digital, elabora un cartel con las medidas y acciones que realizan para prevenir enfermedades.

Pueden usar dibujos e ilustraciones.

2. Invita a los miembros de la familia a escuchar con atención las medidas y acciones para prevenir enfermedades. Permite que el alumno (a), las exprese de acuerdo a sus posibilidades. Puedes apoyarle si es necesario con preguntas para que responda con palabras clave o señalando sus referentes visuales.

3. Conversa con el niño (a) sobre la importancia de estas acciones tanto de forma personal como en la sociedad y platiquen acerca de otras medidas necesarias o acciones que ayuden a evitar enfermedades.

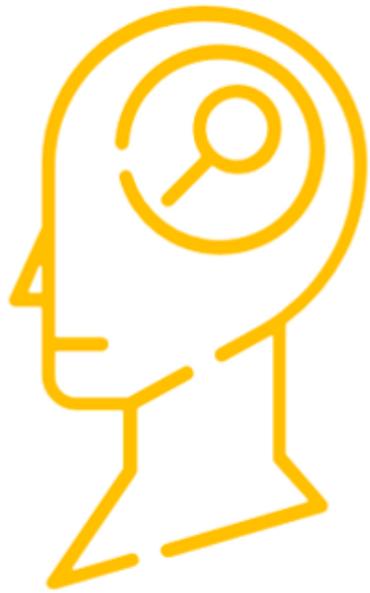
4. En familia realicen acuerdos y reglas que puedan implementar sobre aquellas acciones para prevenir enfermedades que no tienen en casa o bien que se necesitan reforzar.

**Autoevaluación del proyecto. Permite al alumno (a) que responda a lo siguiente con sí o no, de acuerdo a lo que considere que ha logrado.**

Si al niño (a) se le dificulta, puedes apoyarlo (a) a responderlo junto con él/ella

Aprendizajes logrados	Si	No
Identifica los hábitos de higiene personal.		
Identifica las acciones y medidas necesarias para evitar enfermedades		
Comparte lo aprendido de forma clara ya sea por medio de expresión oral o escrita.		
Propone acciones para prevenir enfermedades		

# ¿Qué aprendí?



# Pregunta al niño (a) por lo siguiente:

- ¿Qué fue lo que hiciste?
- ¿Qué aprendiste?
- ¿Qué fue lo que más te gusto?
- ¿Aprendiste nuevas acciones para cuidar tu salud?
- ¿Qué harías para invitar a otros a cuidar su salud?
- No me gusto cuándo...
- Me sentí feliz cuando...
- Me sentí confundido cuando...

**Para aprender  
más...**



# Realicen juntos:

- Ayuda al niño (a) a identificar los hábitos de higiene personal y medidas y acciones para prevenir enfermedades, dentro y fuera de casa.
- Platica con el niño (a) sobre los objetos, apoyos o accesorios que puede utilizar para cuidar su salud, ejemplo: jabón, cepillo dental, desinfectante de vegetales, etc. Si no conoce todos, puedes presentarle los que tienen en casa o consigue imágenes de éstos.

Observen las acciones que hacen en casa y conversen sobre la importancia de estas.

# ¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



## Para padres:

- Establece un espacio de trabajo limpio, libre de distracciones tanto auditivos como visuales, favoreciendo así la atención del niño (a).
- Da indicaciones claras, cortas y sencillas, puedes usar ilustraciones/pictogramas con las etapas de la actividad anticipando al niño (a) sobre las tareas a realizar.
- Muestra disposición y tiempo para realizar la actividad con el niño (a), motívalo (a) a hacer preguntas, compartir su opinión y como se siente.
- Permite que el alumno (a) exprese sus ideas dándole tiempo para responder, evita apresurar su respuesta o repite la pregunta en caso necesario.

Si el niño (a) aún no consolida la escritura, apóyale a escribir las ideas en frases cortas para que las copie a mano en computadora; incluso puede utilizar su comunicador para estructurar sus ideas.

# DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez  
**Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco**

Juan Carlos Flores Miramontes  
**Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco**

Pedro Diaz Arias  
**Subsecretario de Educación Básica**

María del Rocío González Sánchez  
**Encargada del Despacho de Educación Especial**

**Responsable de contenido**  
Iris Aydee Ramos Curiel

**Diseño gráfico**  
Liliana Villanueva Tavares

Zapopan, Jalisco. Ciclo escolar 2021-2022

