**Guía de artes visuales semana de la seguridad 6° básico**

Clase N°1

**Objetivo:** cuidar la salud de las personas y ser consciente de las implicancias que se genera en la vida cotidiana.

**¿Por qué es importante el cuidado de la salud?**

Cuidar nuestra salud debe ser una prioridad durante cualquier etapa de nuestra vida. La salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente ausencia de afecciones o enfermedades.

**¿Cómo cuidar la salud y él cuerpo?**

1.- ejercitarse con regularidad.

2.- seguir una dieta saludable.

3.-dormir lo suficiente.

4.-no escuchar música tan fuerte.

5.-usar protector solar.

6.- hidratarse como necesitas.

7.- lavarse las manos a menudo con agua y jabón.

8.-optar por una comida sana y saludable.

**Actividad:** después de haber conocido sobre la importancia del cuidado de la salud, vas a realizar un dibujo en tu croquera **en donde exista educación vial, cuidado de la salud, cuidado del medio ambiente entre otros.** Por ejemplo puedes hacer un parque o una plazuela en donde exista gente haciendo deportes (andar en bicicleta y usar los implementos necesarios) y tome las medidas de seguridad necesaria, que exista un espacio para ese deporte (educación vial) y cuidado del medio ambiente (sectores de reciclaje) son ideas que puede usar pero lo importante es que uses tu creatividad e imaginación.