



PERÚ

Ministerio
de Educación

3.º grado

SEMANA 24

Cuidando nuestra salud, cuidamos a nuestra familia

En las semanas anteriores, investigaste sobre cómo se produce el día y la noche, y conociste cómo el tiempo influye en la vida de las personas y otros seres vivos. Ello te permitió organizar mejor tus actividades y el tiempo que le dedicas a ellas, aprovechando los beneficios del día y la noche, logrando así tu bienestar y una convivencia armoniosa. Esto implica poner en práctica medidas que garanticen el buen estado de salud de todas y todos; por lo que debemos informarnos sobre algunas medidas de prevención que contribuyan y garanticen la salud y bienestar de las familias.

¿Por qué nos vacunamos?, ¿por qué se realizan las campañas de salud?, ¿cómo impacta una campaña de salud en la familia y la salud pública?

En las siguientes actividades, investigarás sobre la importancia de las campañas de vacunación y su impacto en tu salud y en la salud pública. También reflexionarás sobre cómo podemos asumir medidas de prevención con responsabilidad y participación de todas y todos, así estarás en condiciones de escribir una carta pública.

DÍA 1

Actividad

Prevenimos las enfermedades cuidándonos en familia

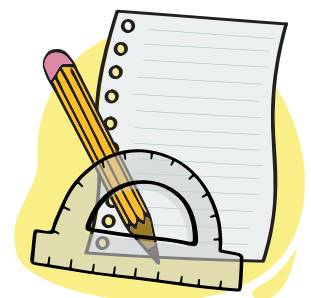
Queridas familias:

Tomen en cuenta que no todas las niñas ni todos los niños aprenden de la misma manera y al mismo tiempo.



RECURSOS PARA LA ACTIVIDAD

- Computadora, *laptop* o *tablet* con conexión a internet
- Ficha: “¿Cómo prevenir las enfermedades?” (disponible en la sección “Recursos” de esta plataforma)
- Portafolio
- Cuaderno u hojas de reúso
- Colores, plumones o crayolas
- Lápiz o lapicero



iRecuerda!

No es necesario imprimir esta actividad. Puedes trabajarla en el cuaderno o en las hojas de reúso, para que luego formen parte de tu portafolio.

Si tienes alguna dificultad para realizar la actividad, solicita el apoyo de un familiar.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD****iHola, amiga y amigo!**

Hoy iniciamos una semana de nuevos aprendizajes relacionados con el cuidado de tu salud. Todas y todos sabemos que gozar de un buen estado de salud es muy importante para estar bien y crecer felices; por ello, hoy tendrás la oportunidad de conversar y reflexionar sobre cómo en familia podemos cuidar nuestra salud evitando las enfermedades.

Nuestra meta:

Explicar sobre la importancia de las vacunas como una medida para prevenir las enfermedades y cuidar nuestra salud.

**iAhora, vamos a empezar!**

- Observa con atención las siguientes imágenes:



- Luego responde oralmente las siguientes preguntas:
 - ¿Qué representan las imágenes que ves?
 - ¿Qué quiere decir la expresión “invierno sin achís”?
 - ¿En qué situaciones debemos abrigarnos o aplicarnos las vacunas?, ¿por qué lo hacemos?

- Ahora te invitamos a escribir en tu cuaderno u hojas de reuso una lista de las diferentes enfermedades de las que has oído hablar y cuáles crees que son las causas que las originan. Puedes hacerlo en un cuadro como el siguiente:

	Nombre de la enfermedad	¿Qué causa crees que la origina?
1		
2		
3		
4		
5		

- Ahora, escribe en tu cuaderno u hojas de reuso una experiencia que hayan vivido tú o tu familia, en donde tu salud se haya visto afectada por alguna enfermedad. Puedes ayudarte con el siguiente cuadro:

¿Qué enfermedad afectó mi salud o la de mi familia?	¿Cómo fue?	¿Cómo nos sentimos?
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

- Piensa y reflexiona, luego responde:
 - ¿Qué podemos hacer para evitar enfermarnos y protegernos de las enfermedades? Escribe una lista de acciones que tú y tu familia realizarían.

Acciones para evitar enfermarme:

- Abrigarme
- _____
- _____

¡Recuerda!
Prevenimos las enfermedades cuando tomamos medidas o acciones por adelantado para evitarlas.

- ¡Empezaste muy bien! En el transcurso de los próximos días, realizarás actividades que te permitirán conocer mejor el esfuerzo de muchas personas y organizaciones para prevenir enfermedades. También reflexionarás sobre la responsabilidad de todos para asumir algunas medidas como la vacunación u otras acciones para prevenir enfermedades y para cuidar nuestra salud y la de los demás.

¡Recuerda!

El protegernos y prevenir las enfermedades implica que toda la familia tome en cuenta acciones y recomendaciones para cuidar su salud.

- Ahora lee con atención la siguiente situación:

Luis es un niño que vive con su mamá y su hermano menor. Un día, vio un aviso que le llamó la atención, estaba pegado en la pared de la bodega cercana a su casa.

¡Habrá vacunación! Le contaré a mi mamá.



Luis

Luego Luis le cuenta a su mamá lo que leyó en el aviso.

Mamá, leí en un aviso en la tienda que están vacunando para prevenir la neumonía.



¡Ah! Sí hijo, esta vez no iremos. La última vez que vacunaron a tu hermano lloró toda la noche, además ustedes no lo necesitan, están gorditos y fuertes.



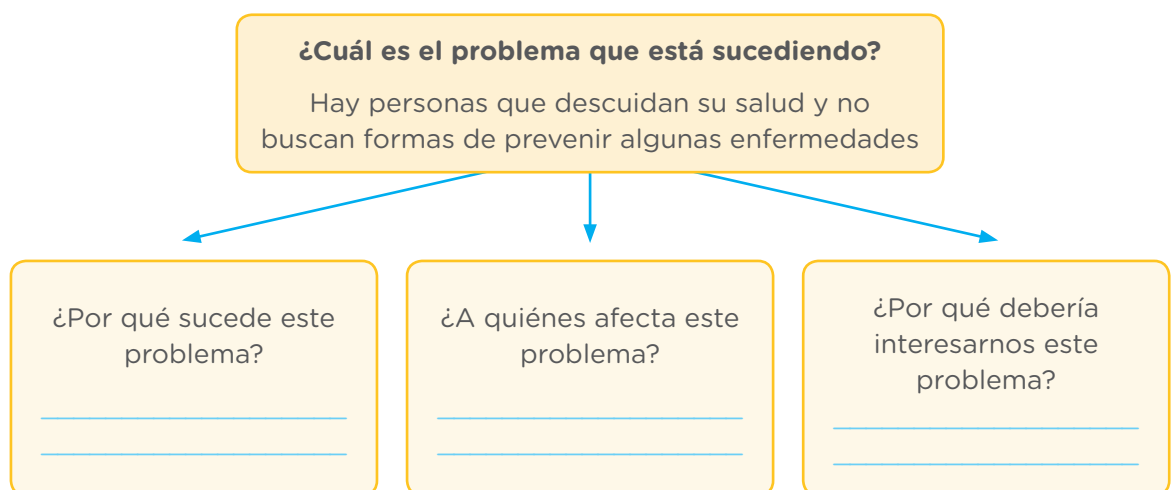
Luis

- Luego responde las siguientes preguntas:
 - ¿Sobre qué trata el aviso que leyó Luis?
 - ¿Qué opinas sobre lo que dice la mamá de Luis?
 - ¿Qué le podría pasar a Luis y su familia si no son vacunados?

- Ahora conversa con tus familiares sobre la situación presentada. Para ello sigue estos pasos:
 - Copia la siguiente tabla en tu cuaderno u hojas de reúso.

¿Cómo podemos prevenir enfermedades y protegernos de ellas? Elige una opción		¿Qué pasaría si no prevenimos y no nos protegemos de las enfermedades? Elige una opción	
1	Comiendo alimentos saludables	1	Envejeceríamos rápido
2	Haciendo mucho ejercicio y deporte	2	Afectaría nuestra salud y podemos morir
3	Participando en las campañas de vacunación	3	Nada

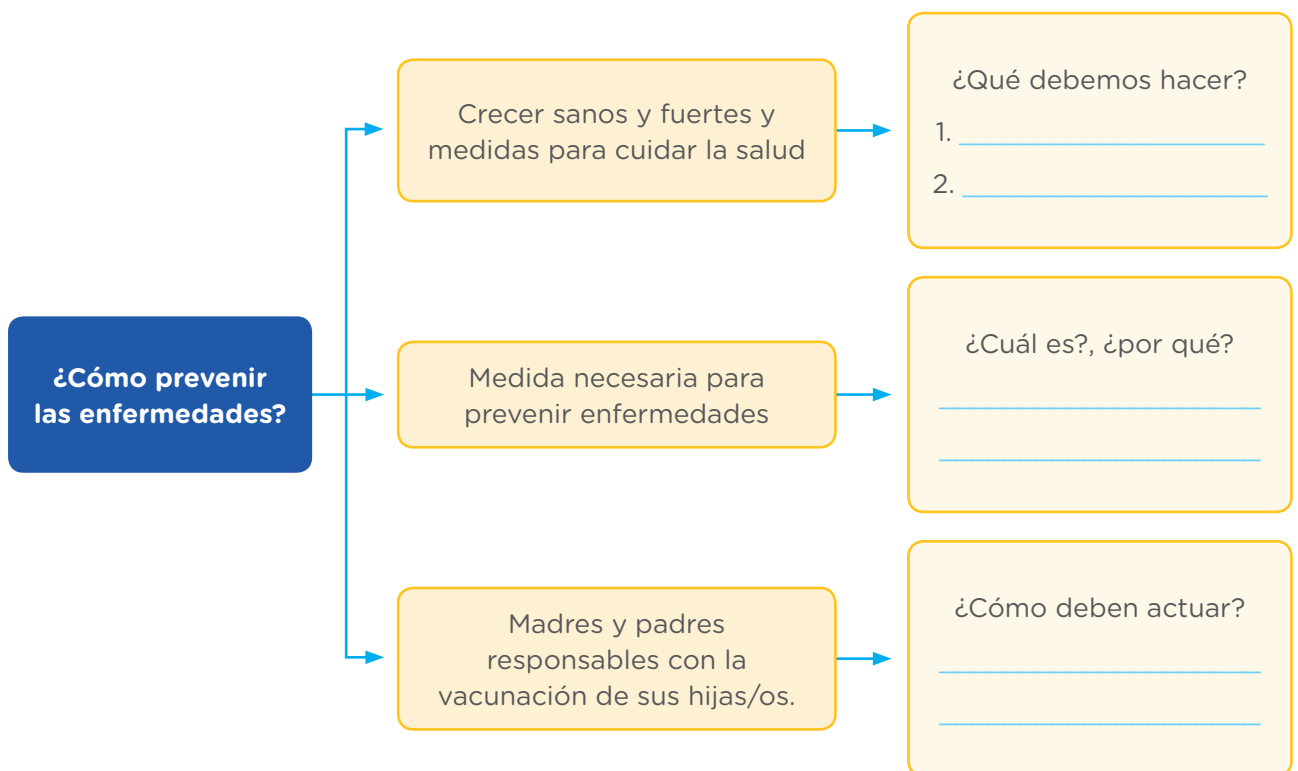
- Luego reúnete con uno o más familiares, léeles la situación de Luis y su familia y pídeles que respondan las preguntas de la tabla que hiciste en la tarea anterior.
 - Agradéceles por su apoyo y luego haz un conteo de las repuestas que obtuviste, anótalo en tu cuaderno u hoja de reúso.
- Seguramente tu familia considera que podemos prevenir y protegernos de las enfermedades de diferentes maneras y que si no lo hacemos podríamos afectar nuestra salud gravemente, provocando incluso hasta la muerte.
 - A continuación, completa el siguiente esquema en tu cuaderno u hojas de reúso:



¡Recuerda!

Quando las acciones o actitudes de las personas afectan su salud y la de los demás, estas se convierten en un problema de interés público y todos debemos participar en su solución.

- Bien, ahora que identificaste el problema, es necesario informarse más para comprenderlo. Para ello, dirígete a la sección “Recursos” de esta plataforma, ahí encontrarás la ficha: “¿Cómo prevenir las enfermedades?”
- Lee con atención la información de la ficha, considerando las siguientes recomendaciones:
 1. Busca un lugar cómodo y tranquilo.
 2. Si hay alguna palabra o expresión que no entiendas, vuelve a leer el párrafo o las ideas que están cerca de ellas o pregunta a algún familiar mayor.
- Luego copia el siguiente organizador en tu cuaderno y completa con la información del texto leído.



¡Seguimos aprendiendo!

- Ahora responde las siguientes preguntas en tu cuaderno u hojas de reúso:
¿Qué acciones deben poner en práctica las personas para cuidar su salud?, ¿por qué?

¿Por qué las vacunas son importantes en el cuidado de la salud?

- Recuerda el caso de Luis y su familia, léelo nuevamente y ahora responde la siguiente pregunta: ¿Qué consejo les darías a la mamá de Luis para cuidar mejor la salud de su familia?

Yo le aconsejaría que:

Porque:

¡Excelente! hiciste un buen trabajo. Ahora que conoces la importancia de adoptar medidas, en familia, para prevenir las enfermedades y que las vacunas son una de las formas de prevención, te animamos a seguir investigando. Las próximas actividades te ayudarán a responder preguntas como: ¿Qué son las vacunas?, ¿por qué debemos vacunarnos? Y otras que te ayudarán a cuidar mejor tu salud y la de tu familia.



¡A trabajar en familia!

- Convoca a tu familia y coméntales lo que aprendiste en la actividad de hoy, para ello puedes realizar lo siguiente:
 1. Pídeles que recuerden el caso de Luis y su familia, puedes leerles nuevamente el caso.
 2. Comparte con ellos el consejo que escribiste para la mamá de Luis.
 3. Pregúntales: ¿Qué les parece mi consejo?, ¿qué más le podríamos decir?
 4. Escucha con atención y respeto sus respuestas, y de ser necesario complementa tu consejo con las ideas de tus familiares.
- Luego proponles escribir juntos algunas acciones y medidas para prevenir las enfermedades en familia. Pueden hacerlo en una hoja de reúso.

Reflexiono sobre mis aprendizajes:

- Copia el siguiente cuadro en tu cuaderno y completa respondiendo las preguntas:

REVISO MIS APRENDIZAJES	
¿Qué aprendiste?	_____
¿Qué hiciste para lograrlo?	_____
¿Qué me resultó difícil y cómo lo superé?	_____

iRecuerda!

Guarda tus anotaciones en tu portafolio, te serán de mucha utilidad en las siguientes actividades.

**ORIENTACIONES DIRIGIDAS A LAS FAMILIAS PARA EL APOYO EDUCATIVO DE LAS Y LOS ESTUDIANTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES**

- La niña o el niño que presenta trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) o dificultad para concentrarse y comprender un texto requiere que le brinden apoyos visuales. En ese caso, recomendamos que, antes de leer un texto o responder a las preguntas, se apoye en las imágenes que se presentan en la actividad. Por ejemplo, en el texto “¿Cómo prevenir las enfermedades?” (sección “Recursos”) se presenta distintas imágenes; apóyense en ellas y pídanle a la niña o al niño que diga todo lo que ve y/o que las describa. Eso ayudará a su comprensión.
- La niña o el niño que presenta trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) o tiene dificultad para comprender y retener información requiere apoyos visuales. Por ello, sugerimos que escriban en una tarjeta con letras grandes, la información relacionada a las acciones para prevenir enfermedades, para que ella o él la puedan revisar o consultar cada vez que lo necesite.
- Si a la niña o el niño con disgrafía o con dificultad para la escritura, hacerlo le demanda mucho tiempo y esfuerzo, les recomendamos brindarle otra forma de realizar la actividad. Por ejemplo, cuando le soliciten completar un esquema en su cuaderno o en hojas de reúso, puede indicarle que organice sus ideas y luego las dicte, y el adulto apoye escribiendo.
- Recuerden brindarle a la niña o al niño un refuerzo positivo cuando haya terminado la actividad. Pueden decirle: “¡Muy bien, cada vez lo haces mejor! ¡Hoy diste un paso más adelante, te felicito!”, entre otras expresiones similares. Esto le dará confianza y mayor seguridad.