



**PROPUESTA DE ACTIVIDADES SOBRE HÁBITOS DE HIGIENE,
CUIDADO PERSONAL Y VÍNCULOS SALUDABLES.**





UN VIAJE SENSORIAL PARA EXPLORAR MIS HÁBITOS

Nivel Inicial

Esta propuesta tiene como objetivo establecer buenos hábitos de higiene y cuidado personal en las/os niñas/os, para contribuir a su bienestar y a la salud en general. La higiene juega un papel crucial en esta etapa del desarrollo. Por ello, es fundamental promover la autonomía de las/os niñas/os en sus prácticas de higiene, de manera gradual y progresiva, utilizando diversas estrategias y adaptando el ritmo a cada niña/o para que internalice y asimile estas rutinas.

Objetivo General	Promover hábitos de higiene personal, específicamente el correcto lavado de manos, en niñas/os de nivel inicial.
Objetivos específicos	<p>1. Desarrollar hábitos saludables:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reconocer la higiene personal como una práctica de cuidado y respeto hacia uno mismo y los demás. - Fomentar el desarrollo de hábitos saludables de higiene bucal -Internalizar el hábito de lavarse las manos como parte integral de la rutina diaria. <p>2. Prevenir enfermedades:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Promocionar las acciones preventivas en el ámbito escolar y familiar para reducir la propagación de enfermedades. -Concientizar sobre la relación directa entre el lavado de manos y la prevención de enfermedades comunes.
Aprendizajes y contenidos	- Distinción entre lo que da placer/displacer y lo que nos enferma/mantiene sanos.



-Identificación y apropiación de acciones para la protección y fortalecimiento de la salud: higiene personal.

-Reconocimiento de normas de higiene.

¿Por qué proponemos trabajar con talleres?

Imagina un lugar donde niñas y niños aprendan cosas nuevas, y tengan la oportunidad de descubrir y explorar su propio mundo de una manera divertida y significativa.

Proponemos los talleres ya que son como un gran lienzo en blanco para la creatividad de las/los chicas/os, les permiten experimentar y expresarse de mil maneras diferentes. Cada pincelada, cada nota y cada bloque de construcción son oportunidades para que piensen de forma diversa y dejen volar su imaginación.

Además, cuando las/os niñas/os participan en talleres, están tomando decisiones y asumiendo responsabilidades. Esto les ayuda a volverse más independientes, a elegir qué materiales usar para su proyecto o resolver una situación, por pequeña que sea, que surge durante la actividad. Estos momentos les enseñan a manejarse por sí mismos y a sentirse capaces de enfrentar desafíos.

En este sentido, trabajar en grupo es otro componente importante de los talleres. La/os chicas/os aprenden a colaborar, compartir ideas y escuchar a los demás. Es como un pequeño laboratorio social donde practican cómo comunicarse y entender a sus compañeros y compañeras, lo cual es fundamental para hacer amistades y trabajar en equipo fomentando los vínculos saludables.

En este sentido, los talleres son instancias de aprendizaje activo y dinámico. Las/los niñas/os se mueven, tocan, escuchan y crean, lo que hace que el aprendizaje sea emocionante y memorable. Las experiencias prácticas ayudan a que los conceptos se queden en sus mentes de una manera divertida. Hablando de experiencias, los talleres también son una gran oportunidad para explorar los sentidos, ya que se pueden tocar diferentes texturas, oler distintos aromas y ver colores brillantes. Esta exploración sensorial es clave para que comprendan mejor su entorno y desarrollen sus habilidades de percepción.

Además, los talleres pueden ayudarlos a mejorar su motricidad. Ya sea recortando con tijeras, pintando con pinceles o corriendo y saltando durante una actividad, están fortaleciendo tanto sus habilidades motoras finas como gruesas, que son importantes para su desarrollo físico.

Los talleres también se adaptan a diferentes maneras de aprender. Cada niña/o tiene su propio estilo, y los talleres pueden ajustarse para que encuentren una forma de participar y aprender que les funcione mejor. Esto significa que cada una/o puede aprovechar al máximo la experiencia.



Otra gran ventaja es que los talleres integran varias áreas del conocimiento. En lugar de aprender ciencias, arte y matemáticas por separado, pueden ver cómo se conectan contenidos, cómo se relacionan y así llegar a comprender el mundo de manera más completa.

Además, los talleres son divertidos. Los niñas/os se sienten motivados y entusiasmados por participar en actividades que disfrutan. Esta motivación hace que el aprendizaje sea más atractivo y que se sientan más interesados en nuevas experiencias.

Actividades propuestas:

- **Asamblea general:** Para comenzar con el tema, se sugiere llevar a cabo una reunión grupal a modo de asamblea en la cual se propone hablar sobre las rutinas que realizan antes de ir a dormir y al despertarse, con el objetivo de explorar si ya han establecido hábitos de higiene. Se les preguntará si sus mamás, papás o algún adulto ayudan al momento de higienizarse.
- **Taller de relaciones:** Se mostrará una ilustración de un baño en una lámina. Las/los niñas/os deberán colocar los distintos dibujos de instalaciones y materiales en los lugares que creen que deben estar, usando cinta adhesiva. Cada dibujo tendrá una etiqueta con su nombre para ayudar a identificarlos.
- **Taller de tacto y olfato:** Se colocarán diversos recipientes con champú, gel y colonia para que los huelan. Además, habrá toallas, esponjas y manoplas para que los toquen. Todo esto se realizará con los ojos cerrados.
- **Taller de canciones:** Se enseñará a través de canciones que incluyen hábitos de higiene, como "Pimpón es un muñeco", disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=vHc8ZYMgn7c> y "Todos los patitos" disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=wszs5nDay6l>. Las/os niñas/os aprenderán las canciones y los movimientos asociados imitando a el/la docente y utilizando en este caso el lenguaje artístico como la música.
- **Taller de Cuentacuentos:** Enseñaremos a las/los niñas/os la importancia de cepillarse los dientes a través de un cuento en el que el personaje principal realiza rutinas de higiene. Leeremos el cuento mostrando las ilustraciones durante la hora de la siesta o en momentos en que estén tranquilos y relajados.
- **Conociendo mi baño:** Esta actividad consiste en presentar varios utensilios reales de baño, aumentando su número y complejidad progresivamente. Al principio, permitiremos que las niñas y los niños exploren y manipulen los objetos para familiarizarse con ellos. Luego, les



haremos preguntas directas sobre el nombre y la función de cada utensilio, y sobre la parte del cuerpo en la que se utiliza. Posteriormente, se puede hacer el juego más desafiante al pedirles que seleccionen solo los objetos necesarios para realizar una tarea específica, como el lavado de dientes, mientras se incluyen también otros objetos no relacionados con el baño.

- **Colorear fichas con dibujos y colocarlas en el aula:** Todos los días le entregamos a cada estudiante un dibujo que muestra la silueta de un cepillo de dientes y otros utensilios de higiene. Las niñas y los niños colorean los dibujos y, al final de la actividad, colocan sus fichas por el aula.
- **Taller de lavados de manos:** Esta actividad consiste en ensuciarse las manos con plastilina con brillitos. Luego las lavan con agua sola, observan lo que sucede y dialogan. Para concluir la actividad, vuelven a lavarlas con agua y jabón, comparan y reflexionan.

Evaluación

Realizamos una evaluación continua mediante la observación para determinar cómo las/os niñas/os están adoptando buenos hábitos de higiene. Luego, registramos sus avances en una planilla diseñada para este propósito. Además, incluimos algunos consejos para apoyar la enseñanza de los hábitos de higiene a los más pequeños, los cuales complementarán la actividad.

Organización diaria:

	Objetivo	Primer momento	Segundo momento	Tercer momento
Día 1: Taller asamblea	Explorar los hábitos de higiene y rutinas diarias de las/os niñas/os.	Asamblea grupal para discutir las rutinas de higiene antes de dormir y al despertarse.	Conversación sobre la ayuda que reciben de sus mamás, papás o adultos para higienizarse.	Preguntas y respuestas para identificar los hábitos de higiene ya establecidos.
Día 2: Taller de relaciones	Identificar y colocar las instalaciones y materiales del	Presentación de la ilustración del baño en una lámina.	Las/os niñas/os colocan los dibujos de instalaciones y	Reflexión y revisión grupal de la actividad.



	baño en el lugar correcto.		materiales en los lugares correctos usando cinta adhesiva.	
Día 3: Taller de sensaciones, utilizamos el tacto y el olfato	Explorar diferentes productos y utensilios de baño a través del tacto y el olfato.	Presentación de los recipientes y utensilios.	Las/os niñas/os, con los ojos cerrados, exploran los productos (champú, gel, colonia) y utensilios (toallas, esponjas, manoplas) tocándolos y oliéndolos.	Conversación sobre las sensaciones experimentadas y los usos de los objetos y la seguridad de no consumirlos ni llevarlos a la boca.
Día 4: Taller de arte, utilizamos canciones	Aprender hábitos de higiene a través de canciones y movimientos.	Introducción a las canciones "Pimpón es un muñeco" y "Todos los patitos".	Asociación de la letra y los gestos asociados a las canciones.	Cantamos y realizamos los movimientos con ayuda de música o de recursos digitales.
Día 5: Taller de cuentacuentos	Comprender la importancia de la higiene personal a través de cuentos.	Introducción del cuento elegido ("Teo en el baño" o "Coco se cepilla los dientes").	Lectura del cuento mostrando las ilustraciones.	Conversación sobre los hábitos de higiene del personaje del cuento y cómo se relacionan con la rutina diaria.
Día 6: Taller conociendo mi baño	Identificar los utensilios del baño y sus funciones.	Presentación de los utensilios de baño reales.	Exploración y manipulación de los objetos.	Juego para identificar y seleccionar los objetos necesarios para tareas específicas.



<p>Día 7: Taller de arte, utilizamos el dibujo y la pintura</p>	<p>Reforzar el aprendizaje sobre los utensilios de higiene personal mediante actividades artísticas.</p>	<p>Entrega de dibujos con la silueta de utensilios de higiene.</p>	<p>Coloreado de las imágenes:</p>	<p>Colocación de las fichas coloreadas en el aula y conversación sobre los utensilios.</p>
<p>Día 8: Taller de lavados de manos</p>	<p>Explorar con diferentes productos, la importancia del hábito del lavado de manos.</p>	<p>Se ensucian las manos con con plasticola con con brillitos.</p>	<p>Lavado de manos con agua sola, y observación de lo que sucede. Diálogo.</p>	<p>Segundo lavado de manos pero con agua y jabón. Comparación y reflexión.</p>



BIBLIOGRAFÍA:

- Organización Mundial de la Salud. (1946). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/about/governance/constitution>
- Dirección General de Desarrollo Curricular. (2011). *Educación inicial: Diseño Curricular para la Educación Inicial*. Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba. <https://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPEC-CBA/publicaciones/EducacionInicial/DCJ%20EDUCACION%20INICIAL%20web%208-2-11.pdf>
- Secretaría de Educación de la Provincia de Córdoba. (s.f.). *Recomendaciones y sugerencias para un kiosco y cantina saludable*. <https://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPEC-CBA/SFI/DGBE/SEES/doc/recomend-sugerencias-kiosco-cantina-saludable.pdf>
- Ministerio de Salud de la Nación. (2020). *Manual de aplicación para las Guías Alimentarias para la Población Argentina*. https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf
- Naciones Unidas. (s.f.). *Salud y bienestar: Objetivo de Desarrollo Sostenible 3*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>

Las imágenes del presente cuadernillo fueron realizadas con inteligencia artificial (IA), programa Canva IA.



Gobierno de la Provincia de Córdoba

Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba

Subsecretaría de Fortalecimiento Institucional

Dirección General de Bienestar Educativo

Subdirección de Entornos Educativos Saludables

Elaboración

María Candelaria Arana Luque

Colaboración

Subdirección de Desarrollo Curricular y Acompañamiento Institucional Secretaría de Innovación, Desarrollo Profesional y Tecnologías en Educación - María Cecilia Barcelona.

Subdirección de Entornos Educativos Saludables - Soledad Pereyra Funes, Licia Escartín, Paula Arias Salomón y Gabriela Fernández.

Córdoba. Octubre 2024