

Educación Infantil

Educación
para la
Salud

Cuaderno de
actividades



Educación
para la
Salud

Cuaderno de actividades
Educación Infantil

NOSDO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA
Bienestar Social y Empleo
Servicio de Salud



Hola
niños y niñas

¡Queremos que os lo
paséis muy bien con
este cuaderno de
actividades!

Mi nombre es:

tengo _____ años y mi colegio se llama

de Sevilla.

Elaboración y contenido:

José María Capitán Gutiérrez
Pilar Cuéllar Portero
Ainhoa Begoña Gallego Delgado
Rocío Muñoz Rebollo

Supervisión Técnica:

María de los Desamparados Abellán Ferrándiz
María Asunción Morales Domenech

Dirección y Coordinación:

José Sánchez Perea
Observatorio de la Salud

Edita:

Ayuntamiento de Sevilla
Bienestar Social y Empleo
Dirección General de Salud Pública
y Protección Animal
Servicio de Salud

www.sevilla.org

Diseño:

Imagina Advertising

Imprime:

Egondi Artes Gráficas

Depósito Legal:

SE 1821 - 2018

Sevilla, agosto 2018

ÍNDICE

Alimentación saludable
y actividad física

3

Educación
Afectivo-Sexual

31

Higiene y Bienestar

45

Seguridad y Prevención
de Accidentes

57

Alimentación saludable y actividad física



Ficha 1. Uno Los alimentos sanos me hacen crecer sano



Pega los dibujos que tienen carita sonriente sobre el carro de la compra



Busca las pegatinas en las últimas páginas y rellena el carro de la compra

Cocinar es divertido



Elabora una ensalada de colores, rodea con un círculo todos sus ingredientes



¿Qué ensalada estará más rica de todas las elaboradas en clase?

¿Cuántos colores y cuántos ingredientes tiene tu ensalada?

Participa en la cocina y ayuda a preparar deliciosas ensaladas



Inventa un cuento con lo que ves en las viñetas

Primera serie:

Compramos en la frutería



Primera serie:

Recorta y pega aquí en orden

Segunda serie:

Preparamos la comida



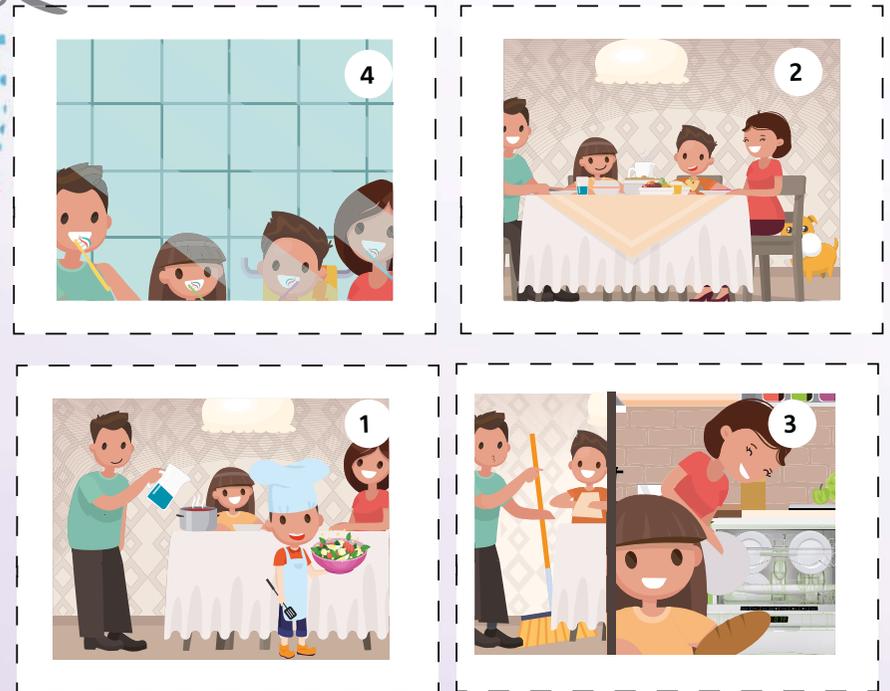
Segunda serie:

Recorta y pega aquí en orden



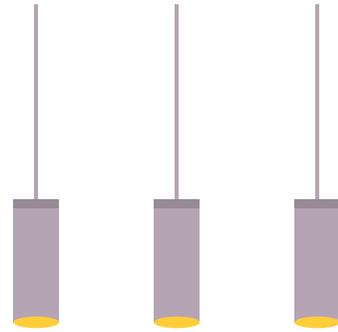
Tercera serie:

Comemos juntos

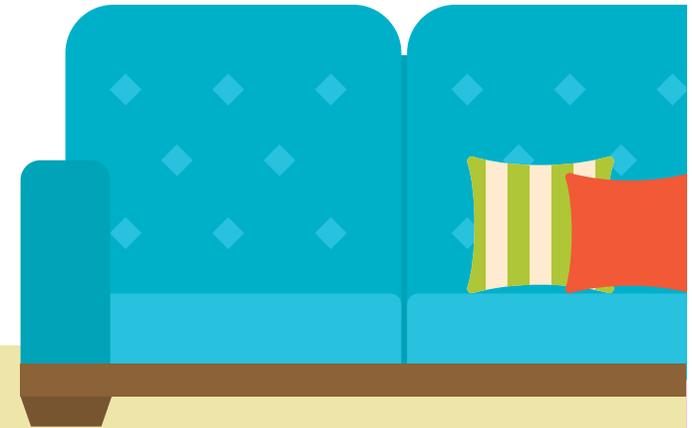


Tercera serie:

Recorta y pega aquí en orden

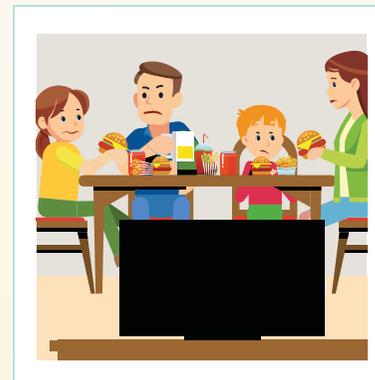
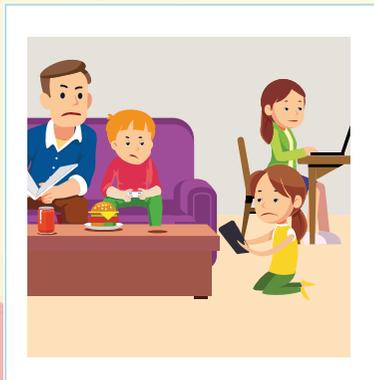
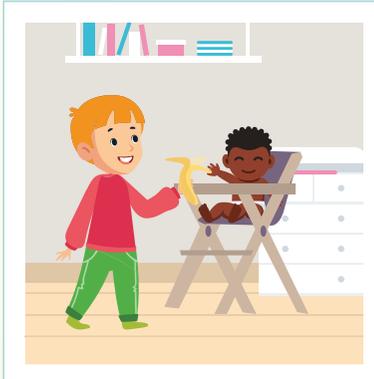


Todos comen,
todos colaboran.
¿Estás de acuerdo?
¿Cómo colaboras tú?



Ficha 4. Cuatro Comer en familia me sienta bien

Comenta cada viñeta y
señala cómo te sientes
al ver cada escena

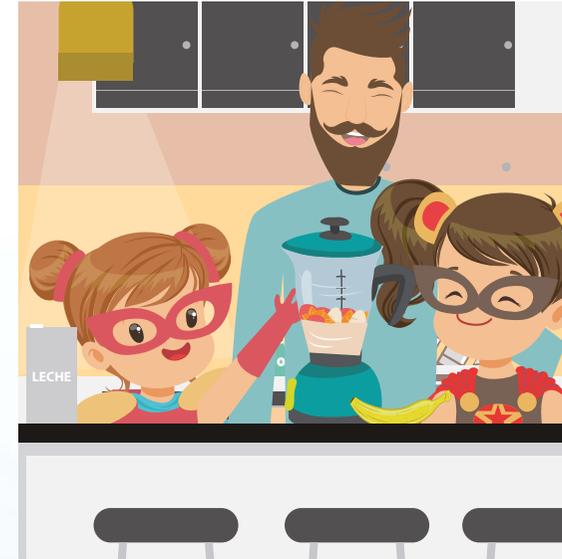


¿Qué escenas de esta ficha
crees que son correctas?
¿Por qué?

Cumplir años es saludable



Observa y haz una lista de la compra para hacer una merienda para superhéroes y superheroínas con alimentos súper sanos





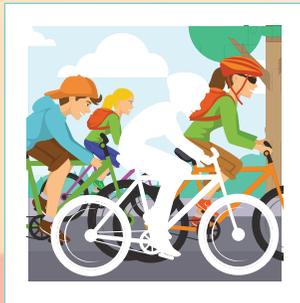
Ficha 6. Seis

Para crecer bien, además de comer sano, hay que moverse y jugar



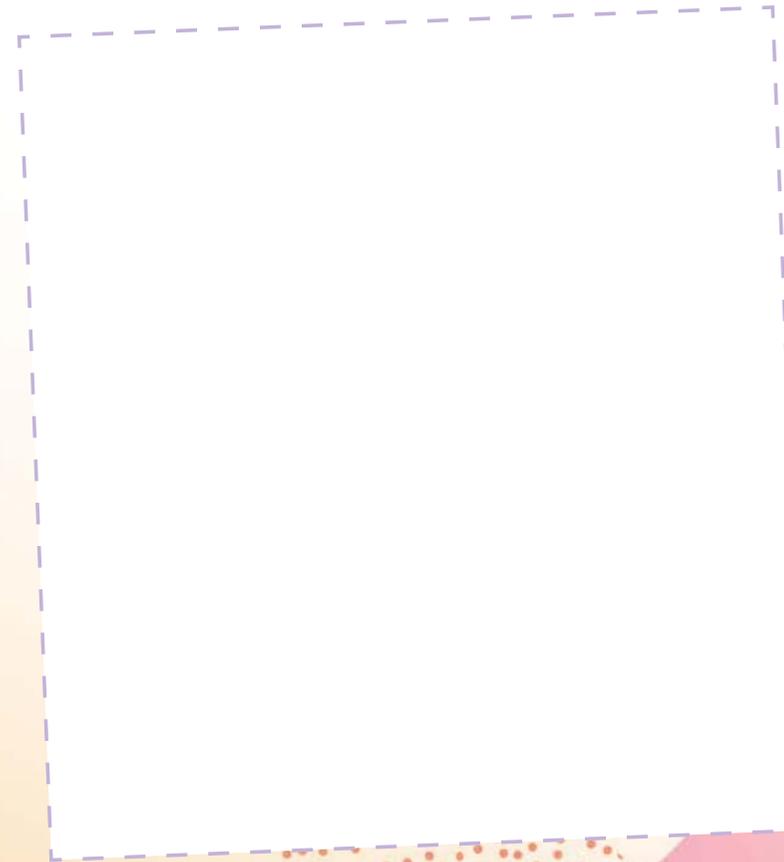
Di qué actividades de las que ves en las viñetas te gusta hacer más. ¿Cuándo y con quién las haces?

Busca en el banco de pegatinas las imágenes que faltan y pégalas

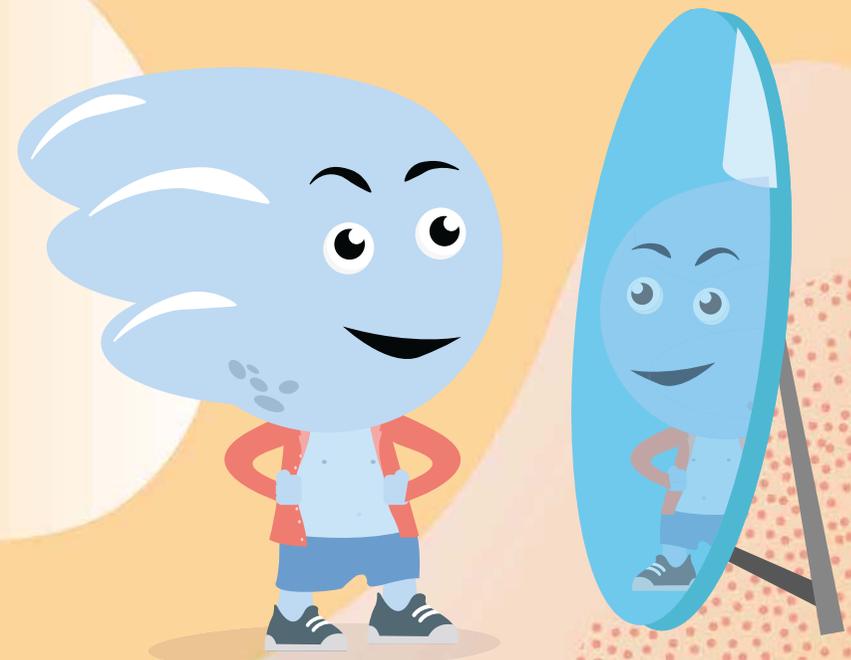


Hacer deporte me hace sentir bien y me ayuda a crecer

Dibújame realizando tu deporte favorito y tomando un alimento saludable, que me ayude a reponer fuerzas

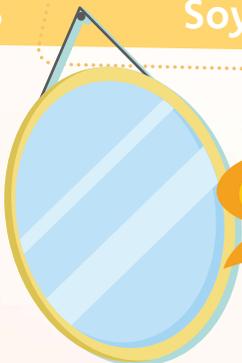


Educación Afectivo-Sexual



Ficha 1. Uno

Soy yo



Mírate en un espejo y
contesta las siguientes
preguntas

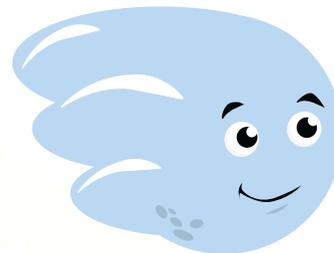
¿De qué color son mis ojos? _____

¿De qué color es mi pelo? _____

¿De qué color es mi piel? ¿Tengo pecas? _____

¿Qué forma tiene mi cara? ¿Redonda? ¿Alargada? _____

¿Quién se parece a mí?



A través de los siguientes
dibujos, rodea con un círculo
las imágenes que más se
parezcan a ti

Ojos



Pelo



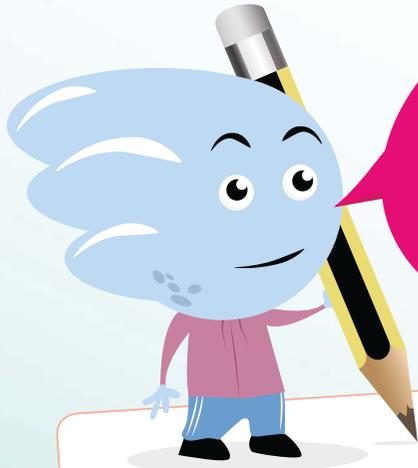
Color de piel



Forma de cara



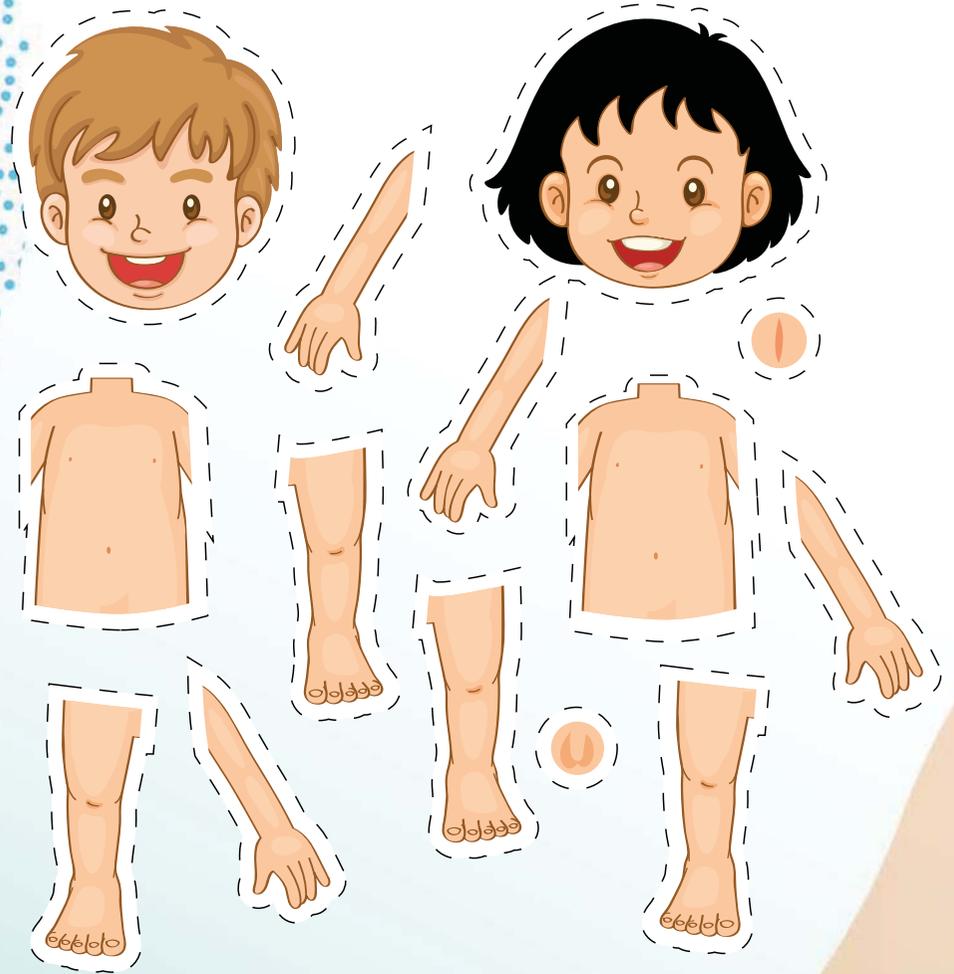
Dibuja tu cuerpo



Haz un dibujo de tu cuerpo y colorea las partes que más te gusten. Cuidemos cada parte de nuestro cuerpo

Construyo mi cuerpo

Busca en el banco de pegatinas y en la página siguiente construye tu cuerpo con ellas





Pega tu cuerpo y une con una flecha cada parte con su nombre

Cabeza

Manos

Pene

Pies

Tronco

Piernas

Vulva

Conozco mi cuerpo,
mi cuerpo me pertenece

Ficha 4. Cuatro

¡Cómo crezco!



Vamos a ver los cambios que se han producido en ti en estos últimos años, cómo has crecido y qué cosas nuevas estás aprendiendo a hacer. Trae de casa una foto de cuando eras bebé y otra actual

Así era yo cuando era un bebé

Así soy yo ahora

Comenta en clase

¿Has crecido?

¿Qué cambios se han producido en tí?

¿Qué cosas sabes hacer ahora que antes no sabías?

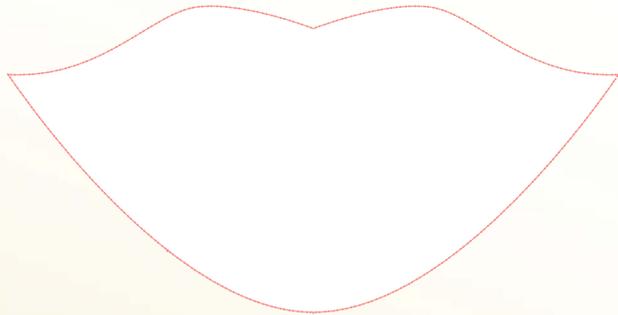


¿Para qué sirven los besos? ¿Y los abrazos?

¿Cuántas clases de besos existen? Esquimal, mariposa, oso, de abuela...

¿Quiénes se besan?

Usa una barra de carmín y deja tu beso aquí

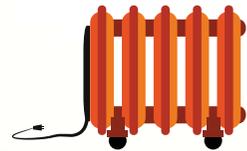
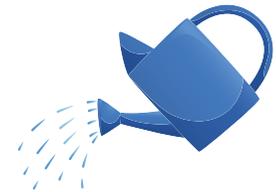


Me doy un abrazo y abrazo a mis compañeros y compañeras como los osos, como esquimales, como las mariposas. Estos son besos y abrazos mágicos

Ficha 6. Seis

¿Qué necesitan?

Une con una línea cada dibujo de la izquierda con su necesidad



Mi familia



Observa en estos dibujos los diferentes tipos de familias que pueden existir



Dibuja la familia con la que convives y escribe sus nombres.

¿Qué es lo que más me gusta hacer con mi familia?

Higiene y Bienestar



Ficha 1. Uno **Las manos hablan de cómo somos**



Ordena las viñetas con la secuencia correcta del lavado de manos

Une el número con el dibujo correspondiente



1

2

3

4

5

Ficha 2. Dos **Los dientes también tienen caritas**

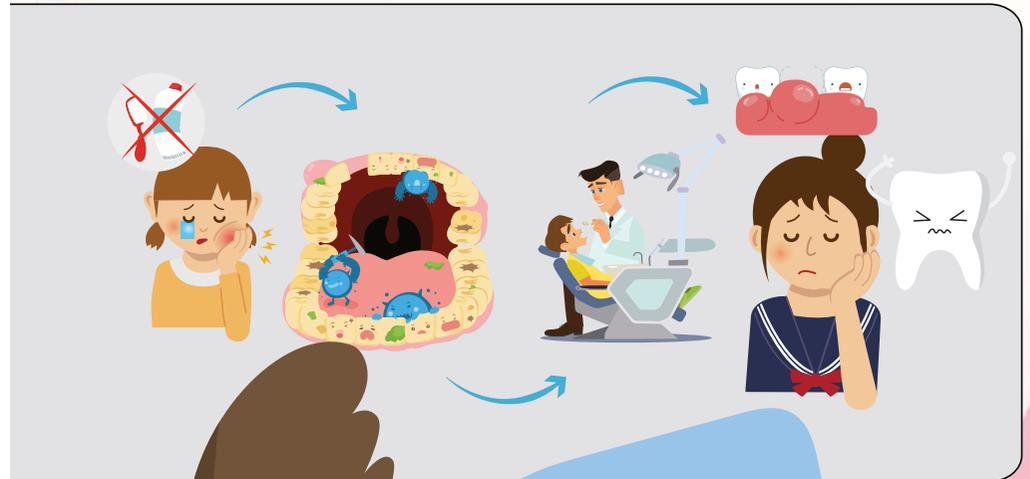
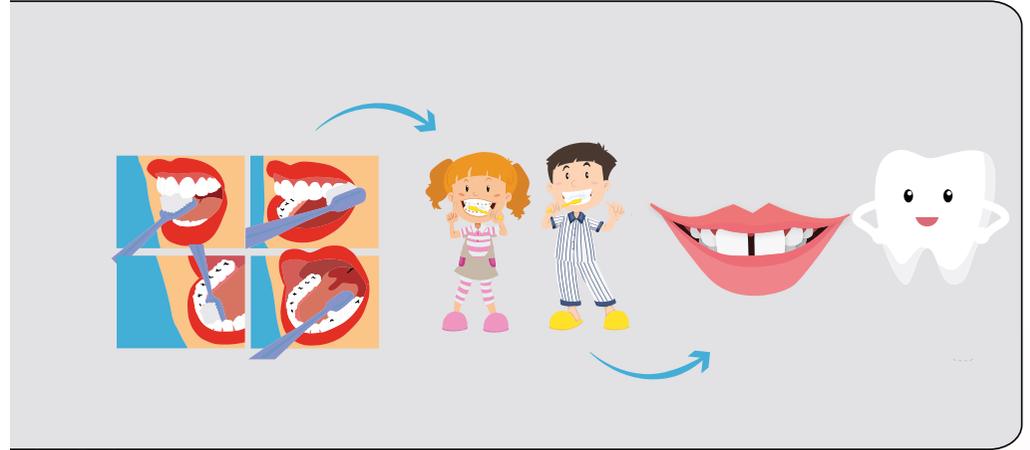
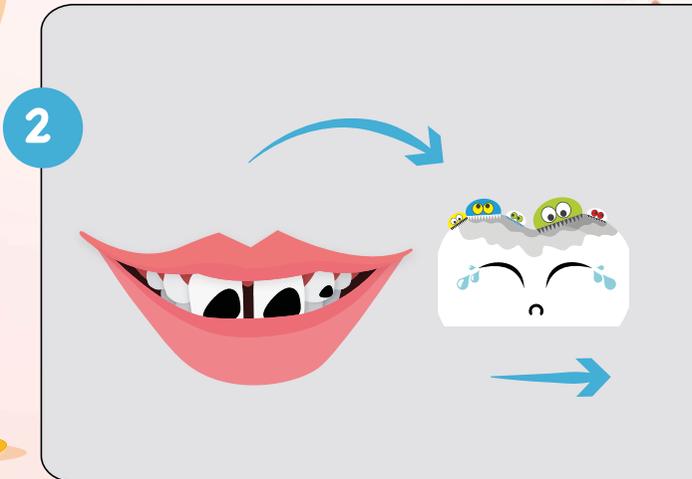
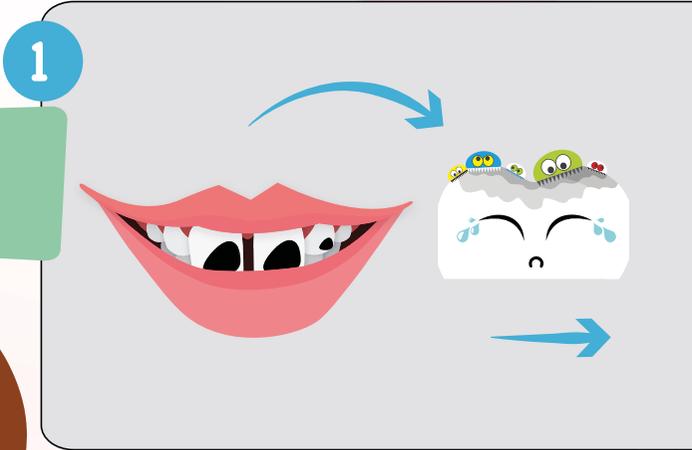
¡Qué dientes más limpios tienes!



¡Para sonreír mejor!



Sigue los dos recorridos y comenta los resultados



Muchas sonrisas al día te dan alegría



Jugamos a estirarnos



Recorta el círculo y la flecha y haz una ruleta para empezar a jugar



¿Cómo te sientes?



Busca en el banco de pegatinas y pega la carita según tu emoción

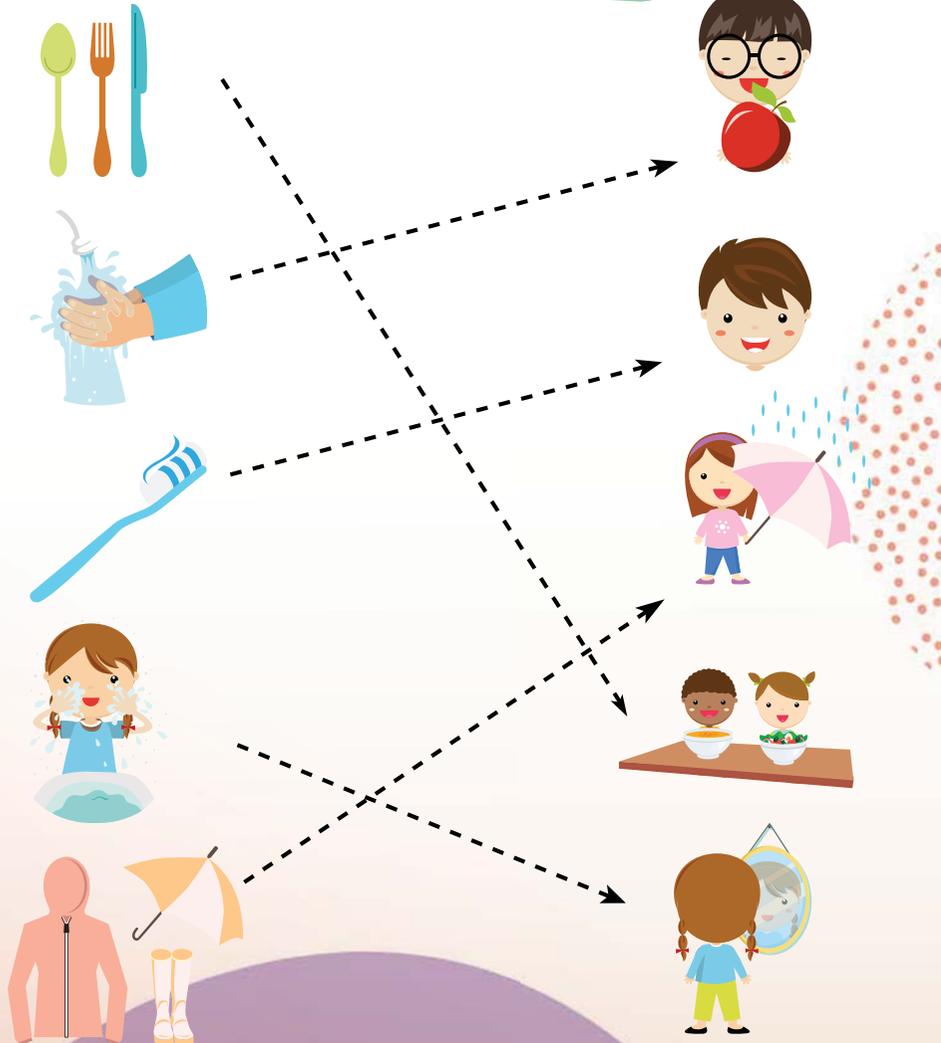
Imagina las situaciones que el profesor o la profesora te cuenta

1	2	3
4	5	6
7	8	9
10	11	12

Ficha 5. Cinco

¿Para qué?

Mira los dibujos y repasa las líneas de puntos



Ficha 6. Seis

Cada oveja con su pareja



Rodea del mismo color los dibujos que compartan la misma acción de la serie una y serie dos

Serie 1



Serie 2



Todos somos iguales



Pon las pegatinas en las partes del cuerpo donde tenemos que insistir cuando nos aseamos



¡El aseo en la persona muchos bienes proporciona!

Seguridad y Prevención de Accidentes



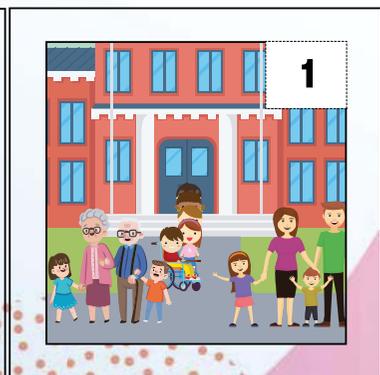
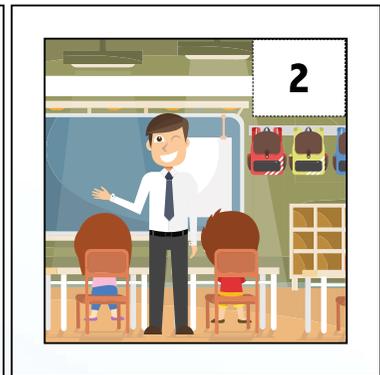
¡Evitamos los peligros en el cole!

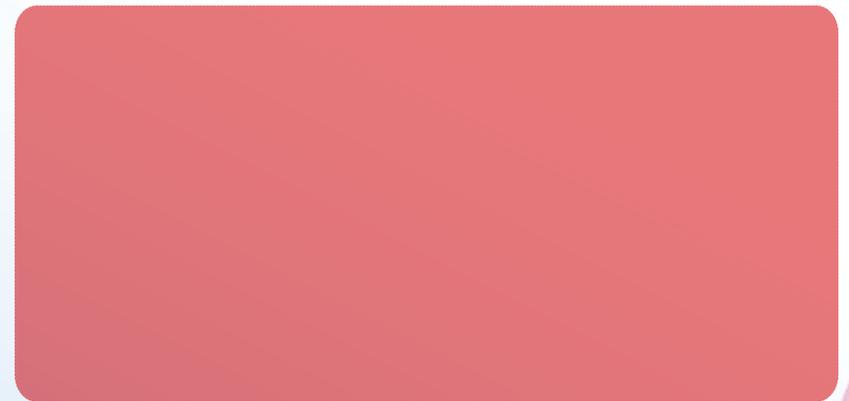


• Observa las 4 viñetas. Unas representan lo que se debe hacer y otras lo que no se debe hacer

• Recorta y pega en la página siguiente el recuadro verde las viñetas que muestran lo que se debe hacer y en el recuadro rojo lo que no se debe hacer

• ¿Cuáles son los peligros que muestran las viñetas?





¡Qué bien se está en casa!



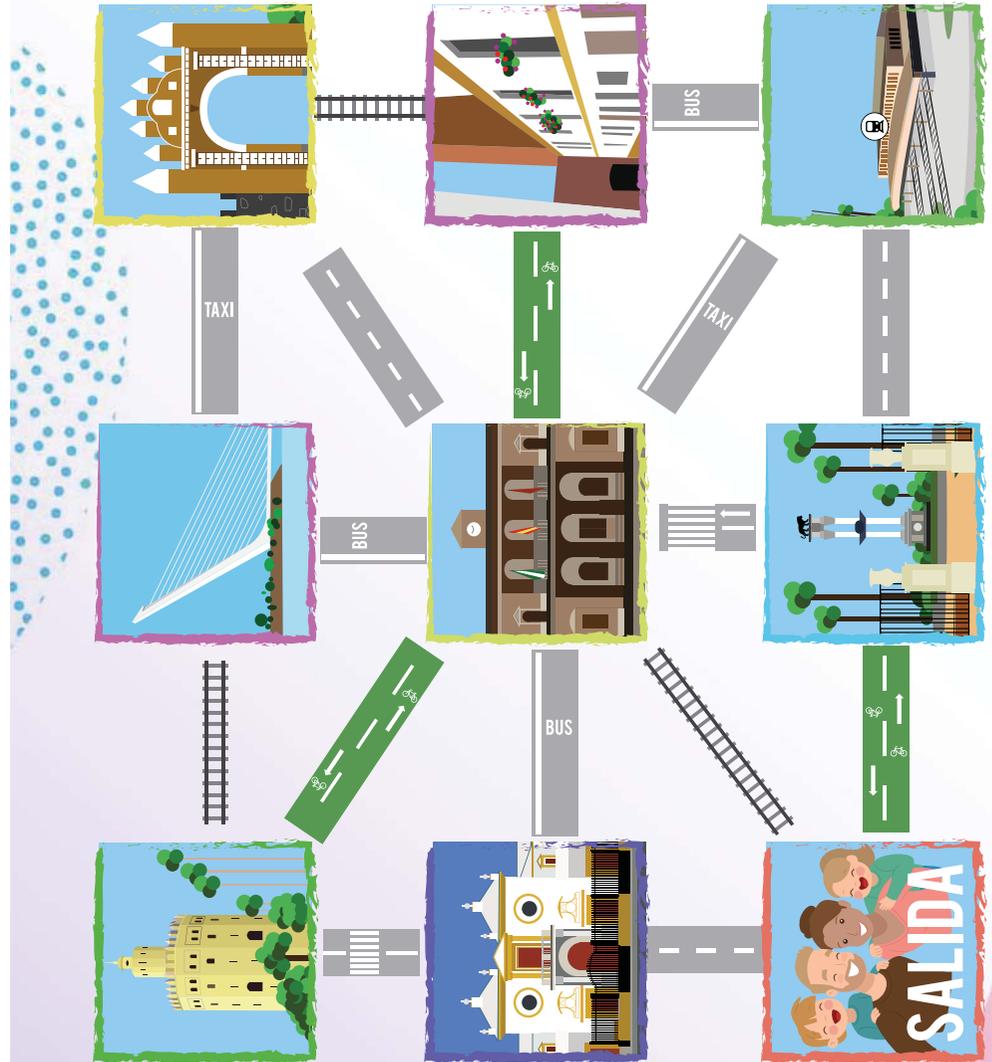
- ¿Qué situaciones u objetos peligrosos encuentras en la casa de la página siguiente?
- ¿Cómo podemos evitar esos peligros?
- Debaticimos en clase, repasando todas las estancias de la casa

Con seguridad y juntitos, estamos en casa muy a gusto



¡Vamos a pasear por Sevilla!

- Observa la ficha. Una familia va a pasear por Sevilla visitando todos o algunos de los lugares que muestran los dibujos de la página siguiente, utilizando medios de transporte distintos
- Pon una pegatina con el medio de transporte que emplearan para moverse entre los distintos lugares
- ¿Los has visitado alguna vez? ¿Cuál es el lugar al que más te gustaría ir? ¿Qué medio de transporte te gusta más? ¿Y el que menos?

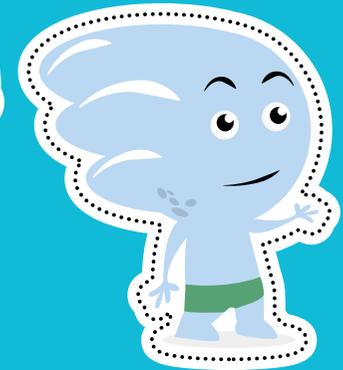


Ficha 4. Cuatro

¡Vamos a vestirnos!



- Pica por la línea de puntos al niño, a la niña y a la mascota
- Usa las pegatinas y vístelos adecuadamente para cada actividad: ir a la playa, cocinar o pasear en bici
- Pega al niño, a la niña y a la mascota en la página siguiente, en el lugar que corresponda, según su vestimenta





El juego de las parejas iguales



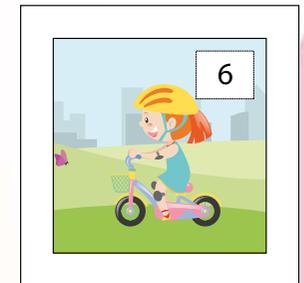
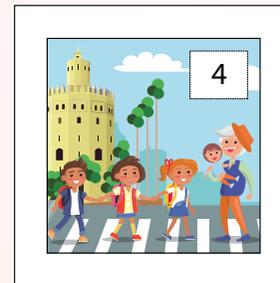
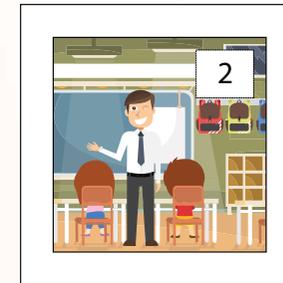
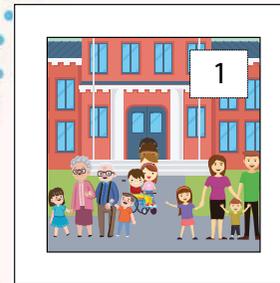
- Colorea el marco de las viñetas con el color que te indiquen y recorta las viñetas después

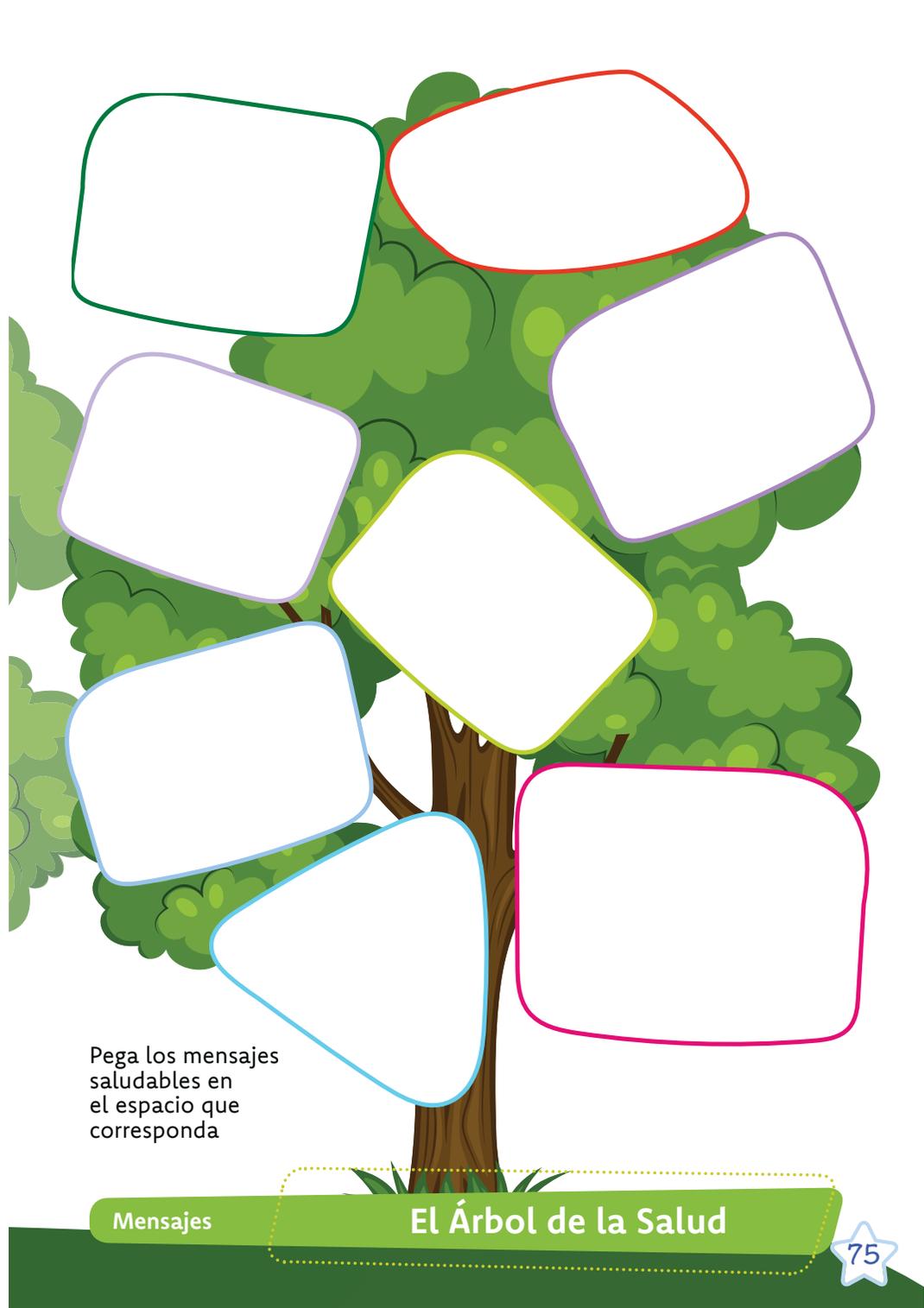


- ¡Jugamos a las parejas iguales! Que son las mismas viñetas con el mismo color



El juego de las parejas iguales





Pega los mensajes saludables en el espacio que corresponda

Mensajes

El Árbol de la Salud



Enhorabuena,
has completado tu cuadernillo
de actividades

Participa en la cocina
y ayuda a preparar
deliciosas ensaladas

Disfruta los
momentos divertidos
con alimentos sanos

Muchas sonrisas
al día te dan
alegría

Conozco mi cuerpo,
mi cuerpo me pertenece

Soy una persona única
y maravillosa

¡El aseo en la
persona muchos bienes
proporciona!

Con seguridad
y juntitos, estamos
en casa muy a gusto

Tienes a la persona más
maravillosa de tu vida en casa.
¡Felicítala por las cosas buenas
que hace!

Alimentación saludable
y actividad física

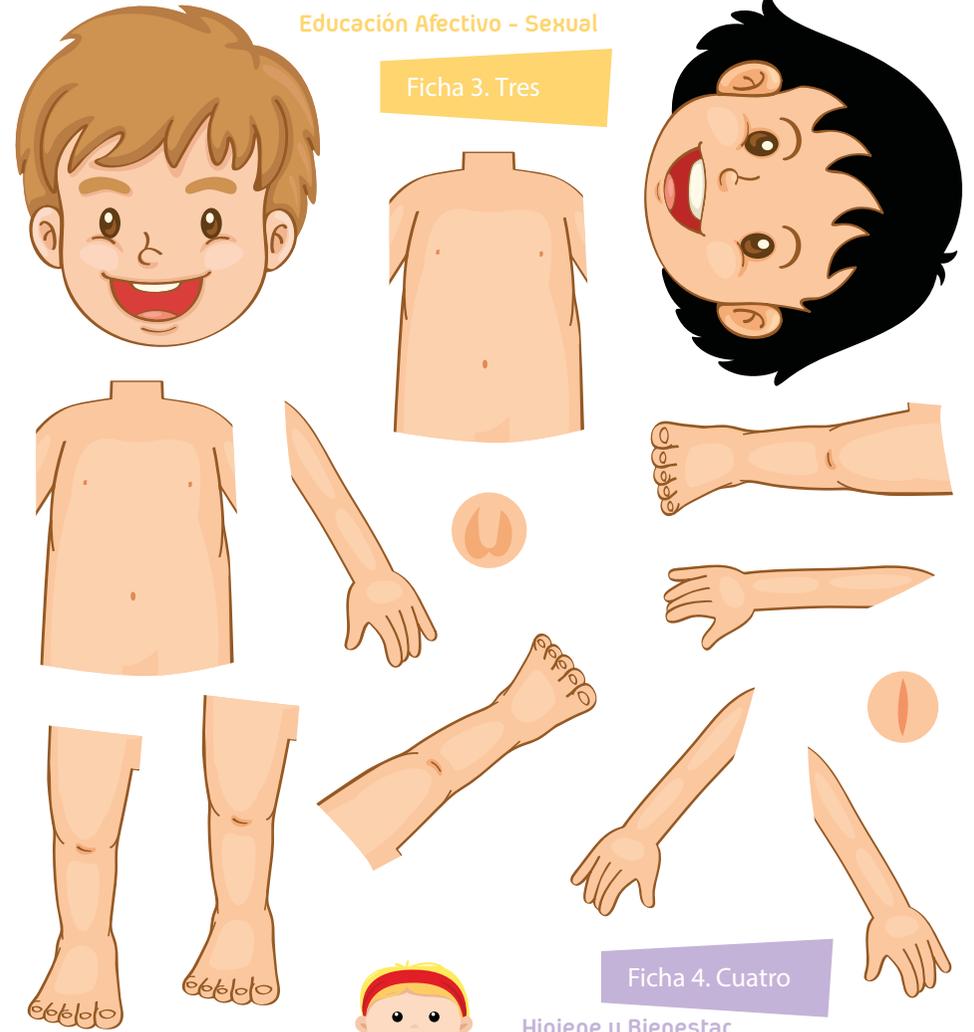
Ficha 1. Uno



Ficha 6. Seis



Ficha 3. Tres



Ficha 4. Cuatro

Higiene y Bienestar



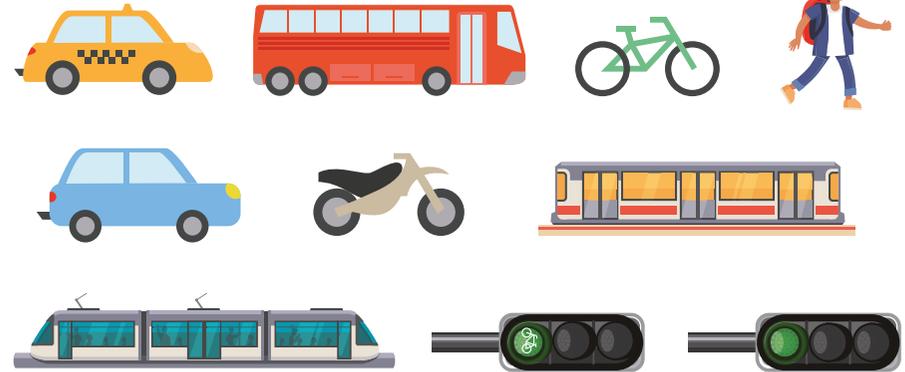
Higiene y Bienestar

Ficha 7. Siete



Seguridad y Prevención de Accidentes

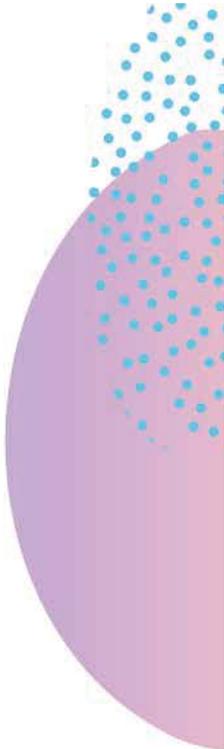
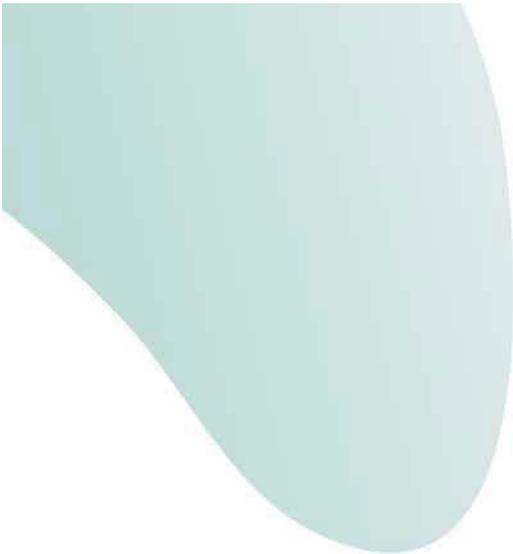
Ficha 3. Tres



Seguridad y Prevención de Accidentes

Ficha 4. Cuatro





NOSDO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA
Bienestar Social y Empleo
Servicio de Salud

