

CONVIVENCIA ESCOLAR

GUÍA DE APOYO AL APRENDIZAJE - PRIMER CICLO

HABITOS SALUDABLES Y TECNOLOGIA EN TIEMPOS DE CUARETENA

Primero conoceremos ¿Qué son los **HÁBITOS SALUDABLES**? Llamamos **hábitos saludables** a todas aquellas conductas y comportamiento que tenemos asumidas como propias y que inciden prácticamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Y ¿A qué llamamos **TECNOLOGÍA**? Es el conjunto de habilidades que permiten construir objetos y máquinas para adaptar al medio y así satisfacer nuestras necesidades.

Uso saludable de la tecnología

1. Debemos establecer horarios



RECUERDA QUE
DEBEMOS DAR
PRIORIDAD A TUS
TAREAS
ESCOLARES

2. Limitar el uso en las comidas para el uso de la tecnología.



TENGAMOS TIEMPO DE CONVERSACIÓN EN FAMILIA

3. Fomentar la actividad física a través del uso de la tecnología.



¡APROVECHEMOS LA TECNOLOGIA AL MAXIMO!

Fuente: <https://republica.gt/2017/11/14/uso-saludable-de-la-tecnologia-para-los-ninos/>

Sellos Institucionales

Formando personas con valores (Compañerismo, Tolerancia, Responsabilidad) dentro de un contexto social inclusivo