

Libro de Actividades

Regresa a la Escuela

Tercera Edición



¡Achú!



Puerto Rico
Public Health Trust

Un programa del  Fideicomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico



La niñez tienen derecho a:



Expresarse



Ser escuchados



Tomar sus

propias decisiones

en las cosas que los involucran



Usa tu computadora para mejor experiencia.

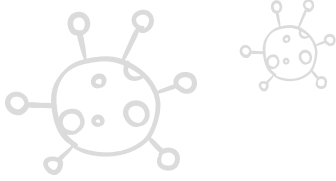
¡Libro de Actividades Digital e Interactivo!

Edades entre 6 a 10 años

Está tercera edición de Achú, es una colaboración de Aula en la Montaña un proyecto de Impacto Juventud y el Puerto Rico Public Health Trust y se realizó con las recomendaciones, visión e imaginación de niños y niñas del Barrio Rucio sector Quebradilla en Peñuelas.

Este libro fue creado por:
Priscila Pérez, Maestra de preescolar y elemental
Arnaldo Cruz, Educador Comunitario

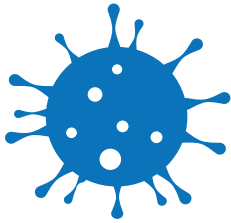




Definiciones



¿Sabías qué...?



COVID-19 es una familia de virus que pueden causar enfermedades respiratorias. Se llama así porque el virus parece una corona. COVID-19 es una enfermedad causada por el Coronavirus.



Inmunidad es cuando nuestro cuerpo está protegido y listo para resistir los ataques de los gérmenes y los virus. Es una resistencia a una enfermedad o a un agente infeccioso o tóxico.



Las Inmunidad de rebaño se logra cuando mucha gente es inmune a una enfermedad contagiosa. Generalmente, esto pasa cuando nos vacunamos contra esa enfermedad y esto hace que sea más difícil que se contagie una gran parte de una comunidad



Las Vacunas enseñan a nuestro cuerpo a reconocer gérmenes y a luchar contra ellos para no enfermarse más adelante.





¿Cuál es el mensaje secreto?
¡Descubre qué dice!

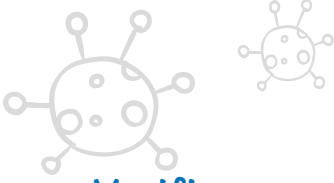
Descifra el mensaje secreto usando los códigos de abajo.

3 1

7 5 2 4 1 6 2



- 1. E
- 2. O
- 3. M
- 4. T
- 5. R
- 6. J
- 7. P
- 8. U



Síntomas COVID-19

Antes de salir...

Verifica como te sientes y marca dentro del cuadrado si tienes algunos de los síntomas.

Fiebre o tos

Dificultad al respirar

Fatiga

Dolor de cuerpo

Dolor de cabeza

Dolor de garganta

Pérdida de olfato

Moqueo

Náuseas o vómitos

Diarrea

Si marcaste algún
síntoma, díselo a
un adulto.

Si NO marcaste
ningún síntoma,
¡Estás listo para ir a
la escuela!

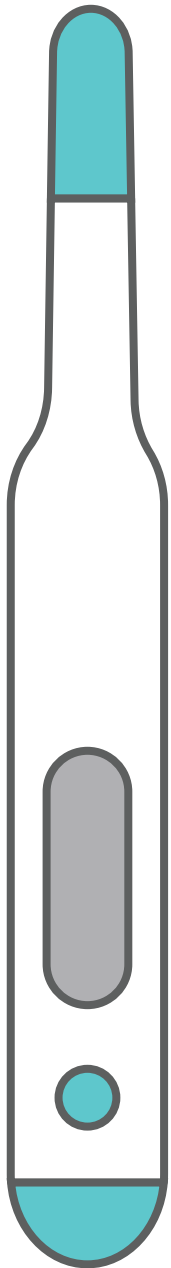




¿Cuál es tu temperatura?

Busca tu termómetro

Y toma tu temperatura antes de ir a la escuela, para asegurarte que estás saludable debes tener 37 grados C o 98.6 grados F o menos.
Escribe tu temperatura al lado del día que corresponda.



Lunes

Martes

Miércoles

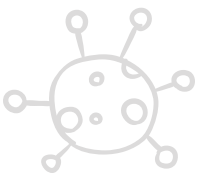
Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

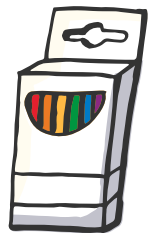
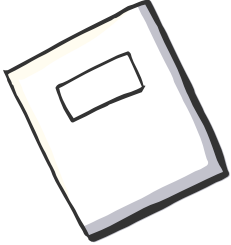
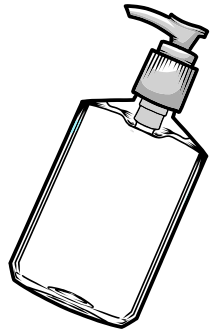
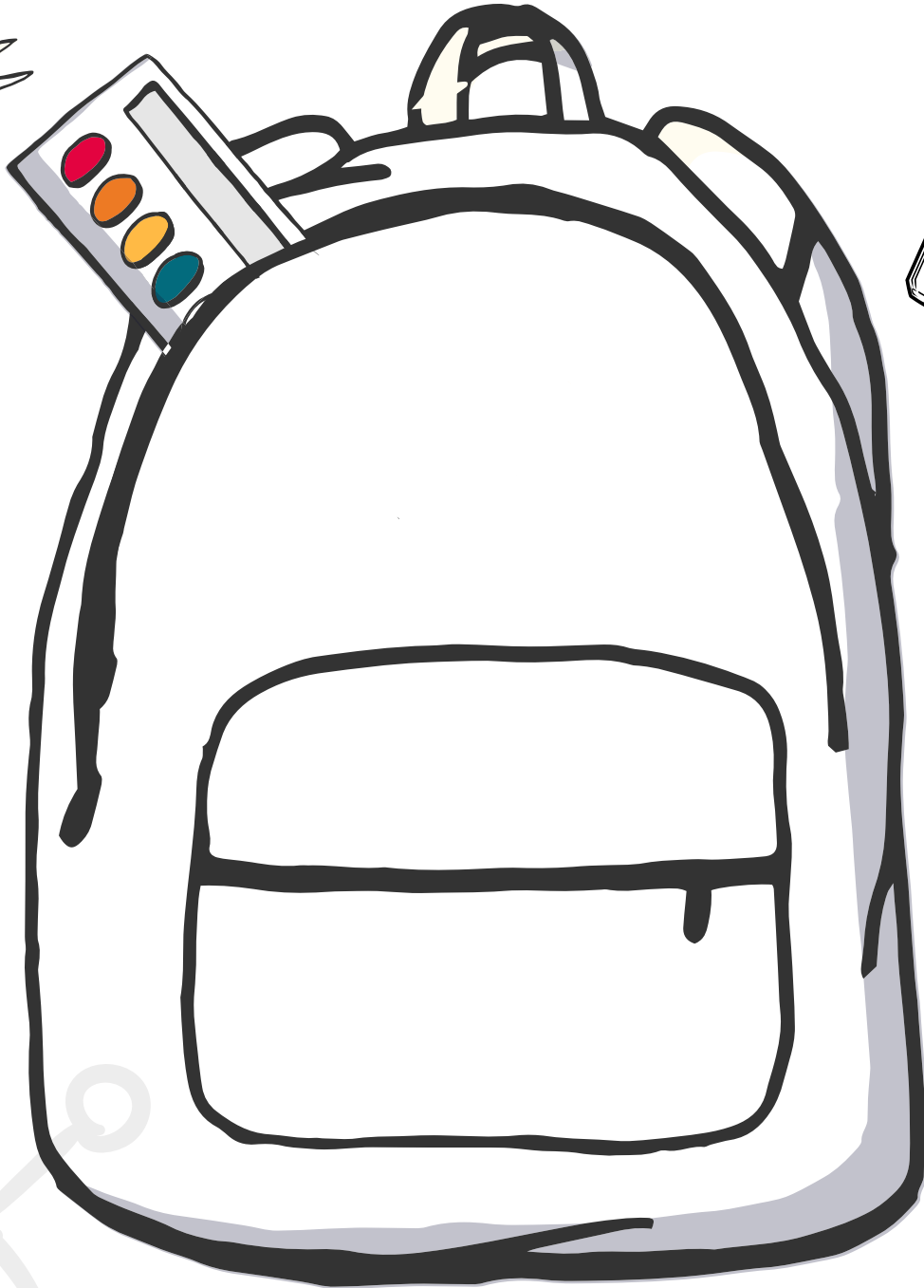
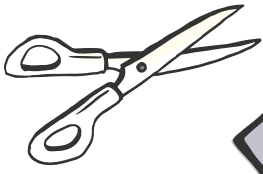


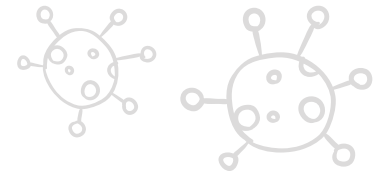
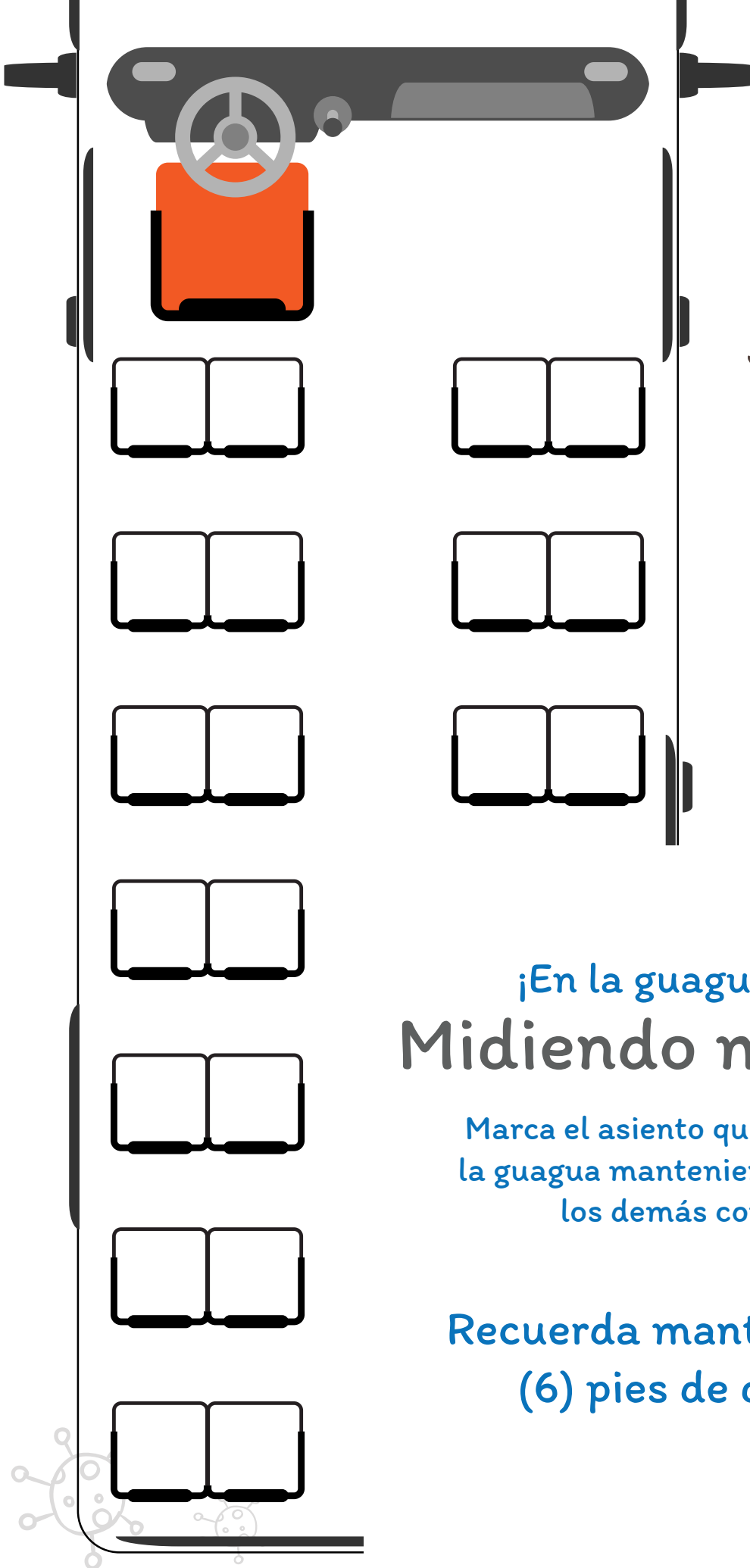


¡A identificar nuestros materiales!

Identifica tus materiales

Asegúrate de escribirle tu nombre a todos tus materiales antes de ir a la escuela. Además, recuerda utilizar tus propios materiales para evitar el contagio del virus.
Escribe tu nombre en la mochila.

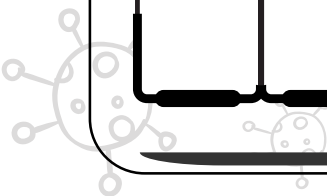




¡En la guagua escolar! Midiendo mi espacio

Marca el asiento que debes tomar en la guagua manteniendo distancia con los demás compañeros.

Recuerda mantener los seis (6) pies de distancia.





¡Volver a ver a tus amigos y amigas!

Meditación Serpiente

Será emocionante volver a ver a tus amigos, amigas y compañeros de clase nuevamente. Utiliza la relajación para manejar tus emociones.

Marca dentro del cuadro cuando completes el paso.

Paso #1

Coloca tus manos en tu barriga.



Paso #2

Imagínate que eres una serpiente.

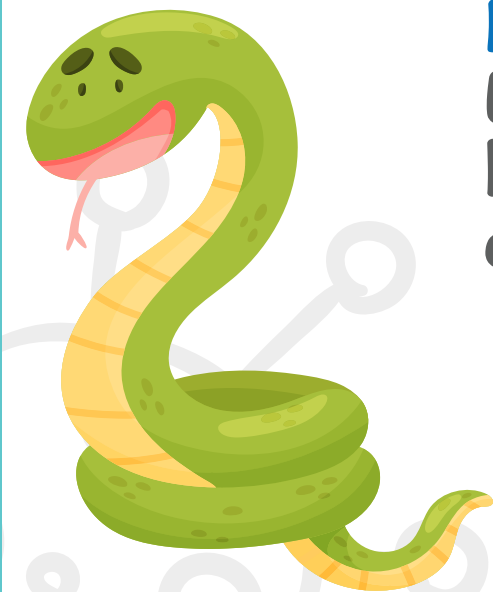
Paso #3

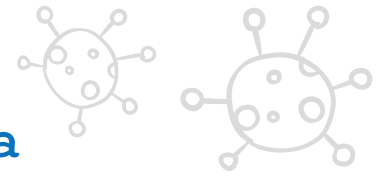
INHALA profundo por tu nariz durante 4 segundos.

Paso #4

EXHALA suavemente haciendo el sonido de la serpiente.

Siiij....

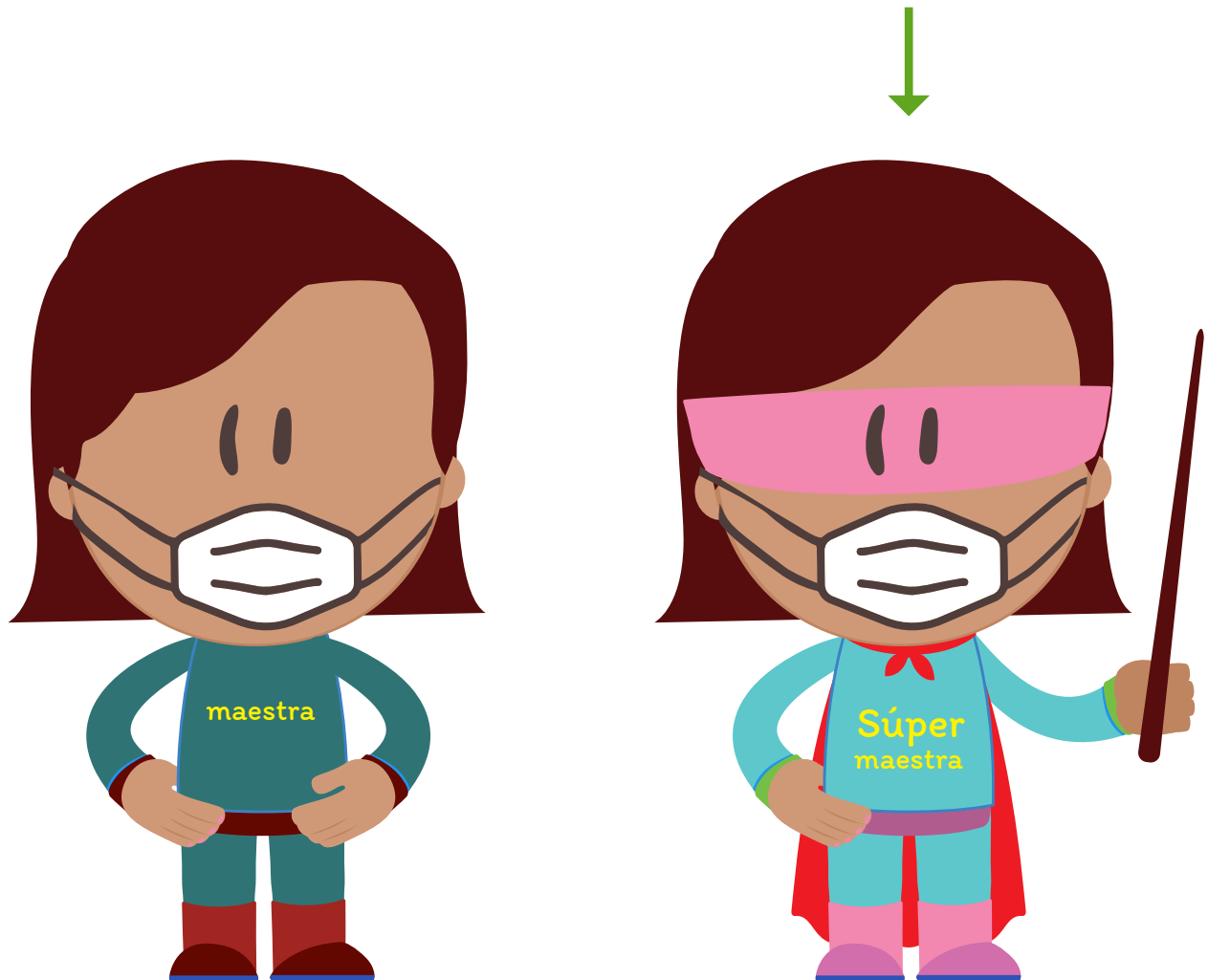




Creando inmunidad con la ¡Superhéroes!

Al regreso a clases, la mayoría de nuestros maestros y maestras estarán vacunados. Las vacunas hacen que nuestro cuerpo cree más resistencia y nos ayudan a batallar contra el virus y otras enfermedades.

Marca las diferencias entre la maestra antes de vacunarse y la maestra después de vacunarse.



Sé un superhéroe tú también y recuérdale a tu familia que deben vacunarse para que nos ayuden a terminar con el COVID-19 y salvar vidas.





¡Llega a tu casa!

Paso a paso llegando a casa

Recuerda los pasos que debemos seguir cuando llegemos a nuestro hogar. Recorta los recuadros con cada paso y pégalos en orden de sucesos. Comenzando con el primer paso que debemos seguir al llegar a nuestra casa, hasta el último.



Paso #3

Botar la mascarilla si son desechables, si son de tela lavarlas después de cada uso.



Paso #1

Quitarnos los zapatos en la entrada de la casa.



Paso #4

Bañarnos y ponernos ropa limpia.



Paso #2

Lavarnos las manos con agua y jabón por 20 segundos.





Puerto Rico Public Health Trust

Un programa del:



Fideicomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico



www.paralasaludpublica.org



El Puerto Rico Public Health Trust (PRPHT), autoriza la impresión de este libro siempre y cuando no se altere el contenido, se incluyan los logos de nuestra organización y todos sus autores . Para información favor escribanos a info@prpht.org.