

HIGIENE



Guía para el instructor: ten en cuenta que estas ideas son una guía para orientarte en cada requisito. Tú puedes buscar otras para implementar con tu grupo, según sus necesidades.

REQUISITOS: Los aventureros deberán comprender y demostrar cuán importante es mantener una buena higiene en sus cuerpos, tanto fuera como por dentro.

1. Memoriza Salmo 119:9

Conversar con los niños acerca de la necesidad de usar la palabra "limpia" como lo quiere Jesús. Ayudarlos a encontrar el versículo, leerlo juntos y explicar cada parte. La meta más importante en aprender el versículo de memoria es que el niño entienda su significado y su aplicación en su vida.

Para que los niños se les sea fácil memorizar el versículo pueden usar las siguientes técnicas:

- Escribe cada palabra del versículo en tarjetas pequeñas para que los niños las coloquen en orden. Presente el versículo en su totalidad, asegurándose de que el niño entiende el significado de las palabras y los conceptos que contiene. Los niños podrían parafrasear el versículo, escribiéndolo o repitiéndolo con sus propias palabras.
- Use figuras e historias para ilustrar el significado del versículo. Si se usa una figura especial para cada versículo, cuando el niño la ve su memoria se estimula.
- Los versículos se pueden aprender muy fácilmente cuando se les pone música, enséñelos cantando.

2. Cuáles son los cuidados que se deben tener con:

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|-----------------------|
| - Las uñas de las manos. | - Los dedos de los pies. | - Los cabellos. |
| - Las uñas de los pies. | - Las orejas. | - La piel. |
| | - La nariz. | - Las partes íntimas. |

Enseñe este asunto en forma interesante. Recuerde que muchos niños no aprenden los fundamentos de la limpieza personal en sus hogares.

Enséñeles juegos y cantos, o hagan carteles para lograr que asimilen estos principios.

Podría mostrarles un video, leerles un libro o pedirles a un especialista que venga para hablar de estos asuntos con los aventureros.

3. Presenta tres momentos importantes en lo que se debe lavar las manos.

Háblales de la importancia de lavarse las manos antes de comer, ejemplo: después de ir al baño y antes de manejar alimentos, etc.

Si es posible, que los Aventureros vean al microscopio una muestra de lo que tienen en las manos. Después pídales que se las laven, saquen otra muestra para mirarla al microscopio, y que le digan si hay diferencia o no.

4. Demuestra la técnica adecuada para cepillar los dientes, las encías y la lengua.

Demostrar cómo utilizar un hilo dental.

Pídales a los niños con anticipación que traigan su cepillo de dientes y pasta dental, y Ud. lleve hilo dental (ya que no todos conocen lo que es), enséñeles a lavarse los dientes durante dos minutos y como se deben pasar el hilo dental.



Díales que lo realicen por lo menos dos veces al día. Sugíéales que disminuyan el consumo de azúcar, y que no mastiquen cosas duras como ser hielo y los granos duros del pororó (pochoclo). Invite a un dentista, de ser posible, para que les demuestre cómo se deben lavar los dientes.

5. Demostrar el modo más adecuado para tomar un baño.

Un cuerpo limpio es más sano. Informe a los niños los problemas que se pueden producir si no se mantienen limpios (piojos, resfríos, infecciones, etc.).

Hágales jugar a la peluquería y enséñeles a lavarse correctamente el cabello. Después que lo sequen y lo peinen. Podrían mostrarles un video de cómo es la forma adecuada de tomar un baño.

6. Saber cuántos vasos de agua se debe tomar por día y por qué es tan importante hacerlo.

El cuerpo necesita agua por fuera para mantenerse limpio, y agua por dentro para conservarse sano. Necesitamos tomar por lo menos ocho vasos de agua por día.

Converse con los aventureros acerca de cómo hizo Dios el cuerpo de cada uno de ellos, y por qué los planificó de esa manera.

7. Indicar cuáles son los cuidados que hay que tener para mantener la ropa y los zapatos limpios y en buen estado de conservación.

Es importante que mantengamos limpia nuestra ropa para que nos veamos saludables y lo seamos en realidad. Después de jugar y trabajar, y de ensuciarnos, es importante que nos bañemos y nos pongamos ropa limpia.

Charlen cuales son las maneras de mantener la ropa y calzados limpios para que se mantengan en buen estado y les dure más.