



## **En Buenas Manos: Lección de Plan Preventivo de la Gripe**

### **Lávese las Manos**

**Tiempo: alrededor de 15 minutos**

**Actividades: Cantando, Q&A, practicar el lavarse las manos con jaboncillo, taparse la boca cuando esta tosiendo**

#### **I. Enséñeles con una Canción a Lavarse las Manos**

Pídales a los niños que canten esta canción en el tono de "Row, Row, Row Your Boat" mientras se lavan las manos o durante el tiempo que les tome lavarse. Si los niños se lavan las manos con jaboncillo bajo el agua corriente durante todo el tiempo que toma el cantar la canción, ellos se habrán lavado las manos adecuadamente.

**Lava, lava lava tus manos  
Jugaremos nuestro juego de manos.  
Refregar y limpiar, y limpiar y refregar.  
Los gérmenes se van dentro del caño. HEY!**

**Lava, lava lava tus manos  
Jugaremos nuestro juego de manos.  
Refregar y limpiar, y limpiar y refregar.  
La suciedad se va dentro del caño. HEY!**

**Cúbrete, cúbrete, cúbrete cuando toses  
Tose dentro tus codos.  
Tos y estornudo, y estornudo y tos.  
Los gérmenes no se distribuyen por todo lado. HEY!**

#### **II. Lecciones de Higiene**

##### **1. Hacer preguntas al grupo:**

- Pregunta: Que debería hacer si esta tosiendo o estornudando?
- Respuesta: Use un pañuelo para cubrir su boca y nariz. Puede también toser en sus mangas o su codo.
- Pregunta: Cual es una buena manera de tomar precauciones para que no se vaya a enfermar?
- Respuesta: Lávese las manos para evitar los gérmenes cuando esta tocando algo o a otra gente!
- Pregunta: Si usted ya esta resfriado, usted debería lavarse las manos?
- Respuesta: Si! Es importante lavarse las manos frecuentemente, así no pasa sus gérmenes a ninguna otra persona

**2. Haga que los niños se pongan en fila para practicar en lavarse las manos con jaboncillo y agua.**