

Nivel: Educación Primaria.  
Grados: 1° y 2°.  
Área: Medio Social y Natural.  
Tema generador: El agua y nuestro cuerpo.  
Valores: Responsabilidad y compromiso.

**Competencias:**

Identifica las partes y los órganos del cuerpo humano y realiza acciones en su entorno para mantener la salud e higiene corporal.  
Utiliza la lectura para recrearse y asimilar información.  
Utiliza conocimientos y experiencias de aritmética básica en la interacción con su entorno familiar.



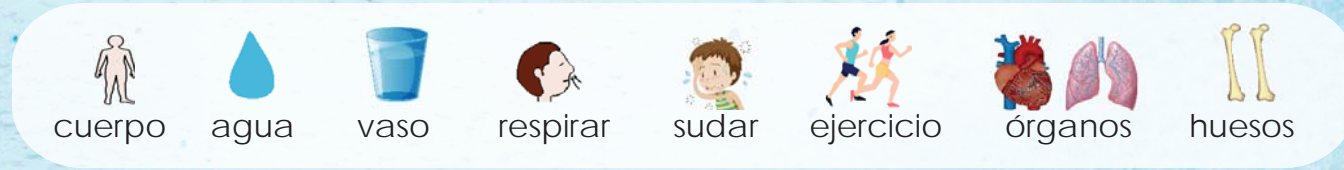
**Antes de leer**

- ¿Qué sé acerca del tema?
- ¿Por qué nos da sed?
- ¿Cuántos vasos de agua tomo al día?

**Guía de 1ero. y 2do. grados**

**Durante la lectura**

Tratamos de descifrar el mensaje que sigue.



La sed es un aviso del cuerpo.  
Nos avisa cuando al cuerpo le falta agua.  
El cuerpo pierde agua cuando respiramos, hacemos ejercicio y orinamos.  
El agua pura es la bebida para mantenernos sanos.  
Debemos beber al día ocho vasos de agua.

Nuestro cuerpo contiene mucha agua.  
Nuestros órganos y hasta los huesos tienen una parte de agua.  
Si tomamos suficiente agua nuestros órganos funcionan bien y no nos enfermamos.



**Después de leer**

**¡Encontremos la pareja!**  
Dibujó una línea de la oración a la palabra que completa la idea.

- Es una señal que nos falta agua en el cuerpo.
- El número de vasos de agua que es necesario tomar en el día.
- Nos hace perder agua de nuestro cuerpo.
- Pueden dejar de funcionar si no tienen agua.
- Es necesaria para mantener la salud.

- agua
- órganos
- ocho
- cinco
- sudar
- sed

6. En el siguiente cuadro hago una marca X cada vez que tomo un vaso de agua.  
Al final cuento cuántas marcas tengo y escribo el número total de vasos de agua que tomé cada día y en la semana

| Día   | Marcas | Total de vasos de agua |
|---|--------|------------------------|
| Lunes   |        |                        |
| Martes  |        |                        |
| Miércoles                                     |        |                        |
| Jueves  |        |                        |
| Viernes                                       |        |                        |
| Sábado  |        |                        |
| Domingo                                       |        |                        |
| Total de vasos de agua que tomé en la semana. |        |                        |

7. Pregunto a mi familia ¿Cuántos vasos de agua toman al día? Les explico que deben tomar, por lo menos: \_\_\_\_\_

8. Con la familia, elaboramos un cartel con gotas de agua y las pintamos.  
Hablamos cómo podemos mantener fresca, limpia y pura el agua que bebemos.  
Cada uno escribe su compromiso de tomar la cantidad de agua necesaria.



9. Pregunto a mi familia, ¿qué significa estar hidratado y tener agua potable? \_\_\_\_\_



**Después de leer**

Hablamos en familia acerca de otros usos que tiene el agua.  
El agua nos ayuda a mantener la higiene de nuestros cuerpos.

**Aprendamos a lavarnos las manos**

Al lavarlas, no basta con frotarlas y enjuagarlas rápidamente. Los pasos correctos son los siguientes:

- Mojarse las manos con agua limpia
- Aplica una cantidad suficiente de jabón para cubrir las manos mojadas
- Frotar, además, el dorso, el espacio entre los dedos y debajo de las uñas por lo menos durante 20 segundos
- Enjuagar bien con agua limpia
- Secarse las manos con un paño limpio o una toalla de un solo uso

**Juguemos memoria**

- ✓ Recorta cada círculo en la línea punteada.
- ✓ Pégalos en un cartón y vuélvelos a cortar individualmente.
- ✓ Revuélvelos y ordénalos según lo que aprendiste para lavarte las manos.
- ✓ Puedes jugarlo con la familia.



Agrega otras ideas a tu mano.

**Dibujemos**

- ✓ Busca una hoja de papel y un lápiz.
- ✓ Coloca tu mano sobre el papel.
- ✓ Dibuja el contorno de tu mano con el lápiz.
- ✓ En cada dedo escribe cuándo debes lavar tus manos.

**¿Que aprendí hoy?**

- ✓ Comenta con uno de tus familiares, acerca de la importancia de lavarse las manos con agua y jabón constantemente.

**Luego responde a las preguntas:**

- ✓ ¿Qué otras acciones puedo realizar para mantener limpio mi cuerpo?
- ✓ ¿Qué beneficios tiene el practicar el lavado de manos?
- ✓ ¿En qué momento debo lavar las manos?
- ✓ Investiga por qué para evitar el Coronavirus COVID-19 nos tenemos que lavar las manos.



**#AprendoEnCasa**

