

# Historia

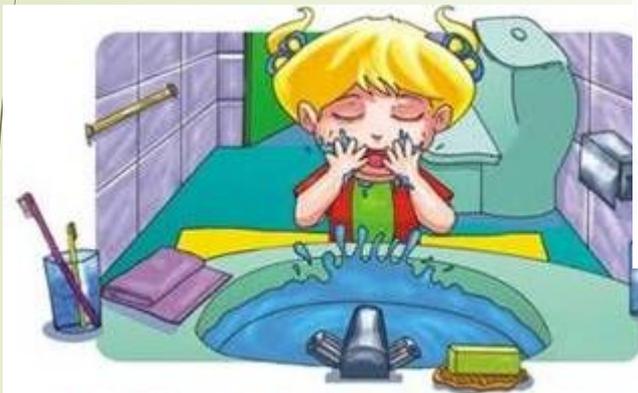
**Objetivo:**

**Reconocer acciones de  
responsabilidad personal en  
el cuidado de su higiene y en el hogar**





La **higiene personal** es un pilar básico para mantener nuestra salud, que se ve reforzada si además cuidamos adecuadamente la limpieza de los ambientes en que nos movemos y, en especial, el de nuestro propio **hogar**. Bien puede decirse que la **higiene** empieza por **casa**.



# La higiene en el hogar es asunto de toda la familia





# EN EL HOGAR

Es importante en el hogar seguir normas y hábitos de aseo para que todos gocen de una buena salud, cuidando el orden y aseo de toda la casa, lavando y protegiendo los alimentos de cualquier insecto o animal que pueda contaminarlos



1. Numera del 1 al 4 la secuencia de actividades que realizas desde que te levantas hasta que sales a la escuela.





2. Marca con una **X** qué actividades realizas a diario. ¿Cuáles no realizas? ¿Por qué?

- Cepillo mis dientes al levantarme y después de cada comida.
- Mantengo las uñas cortas y limpias.
- Me lavo las manos antes y después de comer y después de usar el baño.
- Me baño todos los días.
- Mantengo la cama y la pieza ordenada.

## El ejercicio físico

¿Cuál de estas actividades me ayudan a mantener mi cuerpo saludable?  
Marca con  las que corresponde.



Practicar deportes



Andar en bicicleta



Cargar bultos



Dibujar

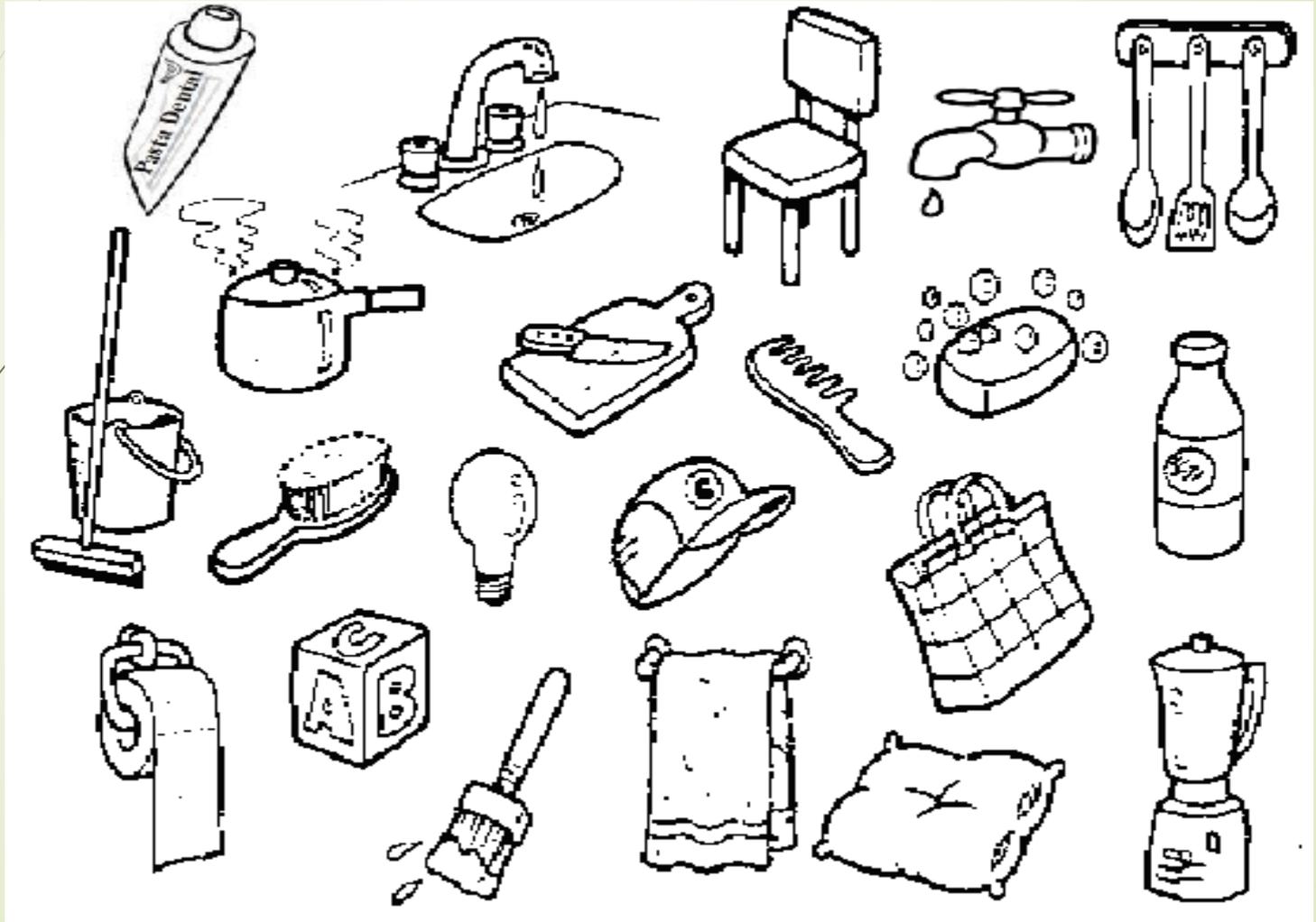


Jugar videojuegos



Jugar en la plaza

Colorea los artículos de higiene personal con **rojo** y los de higiene para el hogar en **azul**



NOMBRE:

## TICKET DE SALIDA

1.-Encierra con una línea roja las acciones de higiene personal y con una línea azul las de higiene en el hogar

