

HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL

Da clic para observa el siguiente video:

Después de haber escuchado el video, arrastra el título que corresponda a cada concepto y coloca el hábito que corresponda a cada imagen.

Limpieza en casa

Higiene personal

Limpieza escolar y del entorno

Cuidado del ambiente

Lavarse los dientes

Lavarse las manos

Bañarse

Reciclar

Limpiar tu habitación

Lavar los trastes

Limpiar tu salón

Recoger basura del patio

Plantar árboles

La higiene personal es el concepto del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo, para conservar la salud, mejorarla y prevenir enfermedades, y permite mantener una buena presencia. La falta de medidas de higiene corporal puede ser causa de enfermedades, como las gastrointestinales o las respiratorias, por lo que no se deben dejar de realizar.



Para mantener limpia la casa se debe sacudir el polvo de ventanas, paredes, alfombras; se debe barrer diario. La casa es un espacio de refugio, el lugar donde se intercambia afecto, en el que se puede descansar, convivir, comer, dormir y trabajar, además permite protegerte del calor, del polvo, del frío, de la lluvia y de los animales.



La escuela es un espacio fundamental para lograr fortalecer los hábitos de higiene, por lo que estudiantes, docentes, autoridades y personal de apoyo a la educación pueden trabajar en conjunto para mantenerla limpia. Se deben realizar acciones como barrer diariamente las instalaciones, el manejo adecuado de la basura, además de la limpieza de los baños.



El medio ambiente interactúa con las actividades humanas, a través de factores biológicos como la flora, fauna y microorganismos; con factores