

INSEGURIDAD Y PREVENCIÓN

1

Lee el texto de la página 51 de PALABRAS MÁGICAS PARA MOMENTOS DIFÍCILES. A continuación, indica qué situaciones te parecen inseguras y por qué.

- Leire está sentada en un banco del paseo marítimo. Hay una terrible tormenta, la marea está alta y las olas son grandísimas.
- Jonás está sentado en un banco del paseo marítimo. La marea está baja, el mar está en calma y apenas hay olas.
- Rafa ha salido a pasear, hay hielo en las aceras y el suelo está resbaladizo.
- Juana está comiendo un helado, pero no sabe que está caducado.
- Jonás está jugando con su hermano a las raquetas en el salón de casa con una pelota blandita de espuma.
- Marisa ha lanzado una pelota de metal de petanca por la ventana.
- Perla se ha lanzado desde el muelle al mar, sin saber si el agua es lo suficientemente profunda o si hay rocas.
- Pedro está de excursión por la selva africana. Se ha olvidado el mapa, la brújula y el repelente de mosquitos.

2 Relaciona cada palabra del texto de la página 51 de PALABRAS MÁGICAS... con su definición.

- riesgo ● ● anuncio de algo malo que puede ocurrir en un futuro
- amenaza ● ● estado de una persona con buena situación física y anímica
- peligro ● ● posibilidad o proximidad de un daño
- defensa ● ● protección ante un daño
- bienestar ● ● situación en que es posible algo malo
- tranquilidad ● ● sosiego, calma

3 Analiza la imagen de las páginas 50-51 de PALABRAS MÁGICAS... y responde.

● ¿Qué produce sensación de inseguridad a los personajes?

● ¿En qué se les nota esa inseguridad?

● ¿Qué crees que pueden hacer para sentirse mejor?

● ¿Qué crees que están diciéndose?



4 ¿Alguna de las actividades que te gusta realizar tiene riesgos?
¿Cómo haces para disminuir su **inseguridad**?

Por ejemplo: Si te gusta patinar, usarás casco y rodilleras para evitar hacerte daño en las caídas.

5 Haz una lista de tus hábitos de higiene y explica qué previene cada uno. Luego, subraya los que has incorporado hace poco.

Hábito de higiene	Qué previene
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

6 ¿Conoces estos hábitos de higiene de algunos animales? ¿Qué animales crees que hacen esto y por qué? Ordena las letras para obtener, en cada caso, el nombre del animal.

- A los **osmotapihop** hay aves y peces que les limpian la piel y los orificios nasales. → _____
- Los **solidcrcoo** dejan que los chorlitos, unos pequeños pájaros, picoteen entre sus dientes y se coman los restos de alimentos. → _____
- Las **safarij** se limpian la nariz con la lengua. → _____
- Los **nafelstee** se bañan con barro y este, cuando se seca, crea una costra protectora en su piel. → _____

7 Pregunta a miembros de tu familia si dedican algún tiempo a la higiene mental. Anota las prácticas que te resulten más interesantes.

8 Busca un buen momento del día para dedicarlo a la higiene mental.

- ¿Cuándo será? _____
- ¿Qué ambiente habrá? _____
- ¿Qué vas a hacer? _____
- ¿En qué vas a pensar? _____
- Si llevas a cabo la práctica explica si te ha sido útil y por qué.

