

**Viernes  
11  
de marzo**

## **Primero de Primaria Educación Socioemocional**

*Nuestra amiga Asqui*

**Aprendizaje esperado:** *identificaras cómo la sensación del asco te permite llevar a cabo reacciones de protección ante sustancias tóxicas.*

**Énfasis:** *identificaras cómo la sensación del asco le permite llevar a cabo reacciones de protección ante sustancias tóxicas.*

### **¿Qué vamos a aprender?**

Conocerás que el asco siempre es de ayuda, en varias situaciones hasta te puede salvar de grandes peligros.

Aprenderás que el asco es una emoción básica que todas las personas han experimentado cuando algo te sabe o huele muy fuerte, pero igual que todas las emociones, el asco cumple con una misión muy importante.

### **¿Qué hacemos?**

La amiga Asqui tiene la misión de alejarte de situaciones que puedan ser peligrosas y para eso tiene como aliados al sentido del gusto y del olfato.

Con razón el asco aparece cuando algo te sabe o te huele mal.

Su trabajo es evitar que termines comiendo algo que te envenene física y emocionalmente. En pocas palabras: te salva la vida.

Para que tengas una idea más clara, te invito a observar el siguiente video que habla sobre ella, sobre el asco, así te darás cuenta de lo importante que es.

#### **1. Cápsula del Títeres “Asco”.**

<https://youtu.be/FFgldYlipno>

Don Leopoldo y Cupertino hablaron de como el asco te pone en aviso por medio de los sentidos que algo está descompuesto.

Y no solo descompuesto o echado a perder, también te alerta para rechazar cosas o situaciones que puede provocar daño en tu cuerpo.

Aun así, sentir asco es una sensación muy desagradable, ¿Por qué tiene que existir el asco?

El asco sirve para que generes respuestas de escape cuando es necesario, evitar situaciones desagradables o dañinas para la salud y te ayuda a mejorar tu higiene y condiciones de salud.

Te lo explico mejor con un juego.

En este juego, hay tarjetas que tienen algunas actividades, preguntas o retos las cuales tendrás que realizar cada vez que tires el dado y te dé un número para que lo posiciones en un tablero; un tablero con una numeración del 1 al 20, pero este juego tiene jueces, que te dirán si realizaste bien la actividad y puedes avanzar a las siguientes casillas.

Estas son las tarjetas:

**No. 4**

Un día un amigo te invita a comer a un restaurante nuevo, vende comida algo extraña, El menú del día es sopa de fideos acompañada de lombrices y ensalada de lechuga con moscas, pelos de ardilla y orejas de ratón. ¿Qué emoción es la primera que manifiesta tu cuerpo: coraje, asco o alegría?

**No. 6**

Sobre la mesa hay dos cajas con diferentes platillos, tienes que escoger una y probar lo que hay en ella.

**No. 5**

Para esta actividad te tienes que vendar los ojos, porque solo utilizarás el sentido del olfato. La tarjeta dice. Tenemos dos frascos misteriosos que tienen unos objetos, tu nariz debe de reconocer los aromas de esos objetos.

**No. 3**

Cierra los ojos e imagina el lugar que te voy a describir. Es un día muy caluroso, tú sigues un camino que te lleva hasta un campo lleno de pasto verde y árboles frondosos. A lo lejos se ve un pequeño lago con muchísima agua. Hace tanto calor y llevas mucho tiempo caminando, lo único que quieres es refrescarte. ¿Qué haces?

¿Jueces? ¿Dónde están, quiénes son? En este caso te imaginaras que son niñas y niños de primero de primaria como tú, porque son los expertos en juegos y emociones. ¡Podemos empezar!

Se pone la ficha en la primera casilla.

Se tiran los dados para ver que numero sale, recuerda que el dado que se utiliza se desinfecta, hay que evitar posibles gérmenes, listo para usarlo.

Tira los dados y sale el número 4.

Se posiciona la ficha en la casilla y se busca la tarjeta número 4.

Lee con atención la tarjeta:

*Un día un amigo te invita a comer a un restaurante nuevo, vende comida algo extraña, El menú del día es sopa de fideos acompañada de lombrices y ensalada de lechuga con moscas, pelos de ardilla y orejas de ratón.*

¿Qué emoción es la primera que manifiesta tu cuerpo: coraje, asco o alegría?

Qué menú tan asqueroso, todo eso te provocó asco. Solo de imaginarlo te dan ganas de vomitar.

¿Qué sientes? ¿Qué sensaciones o reacciones tiene tu cuerpo y tu cara cuando sientes asco?

En el cuerpo sientes un dolor en el estómago y la sensación de querer vomitar, a veces te invaden escalofríos de los pies a la cabeza y en tu cara siempre arrugas tu nariz y sacas la lengua.

Ahora los jueces dirán si la respuesta es aceptable.

Los jueces dicen que Si es aceptable.

Tiras el dado otra vez.

El número 6.

Dice, sobre la mesa hay dos cajas con diferentes platillos, tienes que escoger una y probar lo que hay en ella.

Tal vez sean unas jícamas con limón. Escoge el platillo número 2.

¡Qué asco! ¡Vas a vomitar!

Pero te lo tienes que comer, es parte del juego.

¡No te puedes comer eso! Tiene cucarachas, pelos y el pan tiene tierra.

Se cayó cuando se estaba preparando, pero se levanté rápido, ¿Por qué no podrías comerlo?

Explica: No se puede comer porque está sucio, tiene tierra, pelos y está verde. Si se prueba te va hacer daño, no puedes, tu cuerpo lo rechaza, ya perdiste tu oportunidad de seguir jugando.

¿Creen que su reacción fue la apropiada ante esta situación?

Dijeron sí, pero ¿Por qué, si no se comió?

Es muy fácil, tu reacción, al ver el sándwich asqueroso, fue la correcta porque cuando la emoción del asco invade tu cuerpo, las sensaciones que manifiestas

evitan que aceptes sustancias tóxicas o alimentos en mal estado. El asco te aleja de aquello que pueda ser un peligro para tu salud.

O sea que las sensaciones que te causa el asco como querer vomitar o taparte la boca, son una especie de barrera ante un alimento en descomposición.

Pero no solo con los alimentos sino también con algunos productos o lugares.

Entonces el asco no es tan desagradable después de todo, ¿Puedes seguir jugando para aprender un poco más?

El dado cae en el número 5.

Cada vez estos más cerca de la meta.

Dice la tarjeta:

Para esta actividad te tienes que vendar los ojos, porque solo utilizarás el sentido del olfato. La tarjeta dice. Tenemos dos frascos misteriosos que tienen unos objetos, tu nariz debe de reconocer los aromas de esos objetos.

Están dos botes. En uno se encuentra una flor y en la otra un calcetín sucio y oloroso.

¿Qué percibes?

Huele rico, como a perfume. Sientes mucha tranquilidad podrías oler ese aroma todo el día.

Ahora el otro.

¿Qué sientes con este olor? ¿Que percibe tu nariz?

¡Qué asco! ¡Huele horrible! ¡Aléjalo de tu nariz! Es un olor muy desagradable, sientes tenso todo tu cuerpo, te vos a quitar la venda necesitas ver que es.

Es la calceta de una futbolista, de hecho, no se ha lavado desde hace 5 partidos de fútbol. Creo que sí huele un poquito feo, pero todas las personas usan calcetas, ¿No es normal que huelan así y más siendo de una futbolista?

No, claro que no es normal. Las calcetas se deben lavar cada vez que las usamos.

Cuando las calcetas huelen feo es alerta de una mala higiene personal, el olor te avisa que hay algo tóxico para los pies y puede ocasionar alguna infección, por eso es importante bañarse.

¿Entonces tú te bañas?

Recuerda que el asco también te motiva a alejarnos de ciertos olores por lo tanto la primera reacción sería huir.

Cuando no te bañas y te hueles a ti mismo sientes asco y muy rápido buscas tu toalla y te metes a bañar. Te imaginas que, si hueles feo, tus amigos pueden sentir asco y alejarse de ti.

Los malos olores son desagradables para la nariz. El asco es como una alarma que te avisa con tiempo que hay una situación desagradable.

Sí, el asco es una alarma de prevención.

Si se sigue así, pronto llegarás a la meta.

El dado cae en el número 3.

La tarjeta dice:

Cierra los ojos e imagina el lugar que te voy a describir. Es un día muy caluroso, tú sigues un camino que te lleva hasta un campo lleno de pasto verde y árboles frondosos. A lo lejos se ve un pequeño lago con muchísima agua. Hace tanto calor y llevas mucho tiempo caminando, lo único que quieres es refrescarte. ¿Qué haces?

Te metes a nadar al lago y te refrescas.

Te voy a enseñar la foto del lugar que te acabo de describir.



¡No, qué asco! Jamás te meterías a nadar en ese lugar. Es agua sucia, son aguas negras, te dieron nauseas.

Pero es agua y te va refrescar del calor. Quizás saldrías poquito sucio, eso sí.

¿Alguna vez has oído un canal de aguas negras?

Huele muy desagradable, como si millones de alimentos se echaran a perder en el mismo lugar, el agua se ve tan negra que no logras percibir si hay algo escondido. Supongo que algo que huele tan feo puede dañarte.

¿Entonces esa agua tampoco se puede tomar?

¡No! Es como un veneno, es tóxico, si lo pruebas te puedes ocasionar un gran peligro en tu cuerpo.

Tóxico: Es cuando un líquido, producto o lugar está contaminado por gérmenes, bacterias, virus o sustancias que pueden perjudicar tu salud o cuerpo.

Exacto, toda esa mezcla de cosas hace que huela feo y lo que huele feo te da asco y si te produce asco entonces no te da bienestar y tienes que alejarte.

Perfecto ya vas entendiendo la importancia y la función del Asco.

¿Crees que los jueces aprueben la respuesta?

¿Es aceptable la respuesta y reacción de no querer darse un rico baño en ese lago de aguas sucias?

“Sí”

Falta poco para la meta.

Si pasas esta última actividad te regalaran 5 puntos.

¿Estás listo/a? la actividad dice: Mediante el sentido del olfato y el gusto reconocemos los siguientes productos tendrás que decir si son tóxicos o no.

Muy bien, empecemos. Con mucho cuidado destapamos cada botella y deberás probarla.

¡Qué bien huele! Esto no provoca asco. No es tóxico. ¡Es agua de limón!

Muy bien, el número 1 es agua de limón, siguiente botella.

Destapa la botella número 2 e inhala con cuidado y pone cara de asco y vuelve a tapar la botella de inmediato.

¡Huele horrible! Quieres vomitar, como que te picó la nariz.

¿Lo probarías?

¡No! ¡Jamás! El asco que te dio, no te permite ni acercarte otra vez, ¿Qué es?

Desinfectante de pisos, cloro para ser más exactos.

¡Guácala! Con razón la nariz lo rechazó, además todas las botellas que contienen sustancias tóxicas llevan una imagen de peligro.



El asco te alerta de aquello que pueda ser un peligro. ¿Vamos con la botella número 3?

¡Que rico, huele a pera!

¿Quieres probarlo?

Pero solo poquito.

Asqui. Eso tiene un sabor muy feo, te produjo mucho asco. Aunque tiene un olor muy agradable su sabor no lo es. ¿Qué es?

Es champú, te das cuenta, el asco te protegió de una posible intoxicación, tu nariz no se percató del peligro, pero tu boca sí y la reacción de escupir el contenido fue una forma de rechazarlo y protegerte.

Las sensaciones que te ocasionó el asco no permitieron que el champú entrara a al cuerpo.

El asco siempre va aparecer de forma natural cuando tu cerebro considera que hay algo que podría ser peligroso para tu salud.

Cuando lo oliste no te dio asco, pero sí cuando lo probaste. También el asco se activa cuando ves una imagen desagradable. ¡Qué importantes son estos sentidos para el asco!

Esto recuerda a un cuento donde un sándwich fue el menú de varios personajes y cómo el asco fue el causante de su viaje.

## **2. Cuento Guácatelas.**

<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Audio/202102/202102-RSC-EovgUaRnc0-Guchetelasaudio.m4a>

Aprendiste algo nuevo con el cuento; lo que a ti te produce asco, no necesariamente le produce asco a otras personas o animales.

Es cierto, te puede encantar el brócoli y a muchas personas les provoca asco.

Qué importante es el asco en la vida, un poco desagradable, pero muy necesario.

El asco te produce acciones de rechazo, desagrado, alerta o disgusto ante situaciones, sustancias o alimentos que pueden ser tóxicos para los seres humanos. Cuando el asco provoca sensaciones en tu cuerpo como vomitar, escalofríos, náuseas o la reacción de alejarte, es como si crearas una barrera de protección ante un peligro.

Por eso es importante estar atento ante las reacciones de tu cuerpo y cara cuando estas ante una situación que genera asco, debes sentir las sensaciones, ¡Podrías estar ante algo peligroso!

El asco te protege, previene y alerta de posibles riesgos. ¿Creo que de ahora en adelante veras el asco de diferente forma? después de todo el asco te ayuda a estar en bienestar.

¿Quieres preguntarles a los jueces si eres acreedor a tus 5 puntos extras? ¿Queridos jueces pudo sentir, reaccionar y contestar adecuadamente las sensaciones que produce el asco para evitar situaciones de envenenamiento o peligro?

“Sí”. ¡Ganaste!

¡La amiga Asqui! fue grato conocerla y saber que es importante porque siempre te protege.

### **El reto de hoy:**

Identifica y dibuja 3 cosas que te producen asco y dibuja o escribe qué reacciones o sensaciones provocan en tu cuerpo para evitar un posible peligro.

Si te es posible, consulta otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**