

Índice

Presentación	3
Conoce tu libro	6

BLOQUE 1 10



La rana y el escorpión

Niñas y niños que construyen su identidad y previenen riesgos	10
--	----

Lección 1

Cambios en nuestro cuerpo y en nuestra imagen

Todo cambia	12
Crezco a mi ritmo	14
Mi imagen cambia todo el tiempo	16
Respeto los cambios de los demás	18

Lección 2

Cómo quiero ser de grande

Me recreo sanamente	20
Mis gustos	22
Las decisiones de hoy son mi futuro	24
Mi proyecto de vida	26

Lección 3

Quién me dice cómo cuidarme

Me informo para evitar las adicciones	28
Quiero una vida saludable	30
Aprendo a valorarme y cuidarme	32
Aprendo a decir no	34

Evaluación. Bloque 1.	36
-------------------------------	----



BLOQUE 2 38

El cantero y los asnos

Niñas y niños que aprenden a ser libres, autónomos y justos	38
--	----

Lección 4

Nombro lo que siento



Expreso asertivamente mi sentir	40
Expreso mis sentimientos	42
Controlo mis impulsos y mis emociones	44

Lección 5

Identificamos prioridades

Situaciones en las que yo decido	46
Valoro mis prioridades	48
Elijo responsablemente	50
Toda acción tiene una consecuencia	52

Lección 6

Aprendiendo a ser justo

El sentido de la justicia	54
Las leyes y la justicia	56
Los derechos humanos velan por la justicia	58
La dignidad y los derechos de los demás	60

Evaluación. Bloque 2.	62
-------------------------------	----



BLOQUE 3 64

El perro y el espíritu maligno

Niñas y niños que trabajan por la equidad, contra la discriminación y por el cuidado del ambiente	64
---	----

Lección 7

Reciprocidad, fundamento de la convivencia

Todos necesitamos del trabajo de todos	66
El valor de la equidad	68
La reciprocidad	70
La armonía y la justicia mediante la reciprocidad	72

Lección 8

Respeto de la diversidad cultural

Evitemos la discriminación	74
--------------------------------------	----

Respeto a todos	76
Valoremos la diversidad de las comunidades indígenas	78
Leyes que protegen la diversidad cultural	80

Lección 9

Nuestras leyes protegen la diversidad natural

La biodiversidad está en peligro	82
Nuestra responsabilidad con el ambiente	84
La protección de las áreas naturales	86
Acciones legales para mantener el equilibrio ambiental	88

Evaluación. Bloque 3.	90
-------------------------------	----

BLOQUE 4 92



El aldeano y el duende

Vida y gobierno democráticos	92
--	----

Lección 10

En la democracia todos tenemos derechos y responsabilidades

Reflexiono sobre las reglas	94
Convivamos de manera armónica sin pensar igual.	96
Los ingredientes de la democracia	98
Los valores de la democracia	100

Lección 11

Las leyes protegen nuestros derechos

Los derechos, pilares de la democracia	102
Leyes e instituciones que protegen los derechos	104
La Constitución es la ley suprema	106

Lección 12

Gobernar es una tarea de todos

Formas de gobierno.	108
La autoridad actúa conforme a la ley	110

La organización de mi país	112
En contacto con la autoridad	114

Evaluación. Bloque 4.	116
-------------------------------	-----

BLOQUE 5 118



El duelo

La solución de conflictos sin violencia y con apego a los derechos humanos	118
--	-----

Lección 13

La solución de conflictos con apego a los derechos humanos

Los derechos humanos	120
Los derechos humanos en la Constitución	122
¡Hago valer mis derechos!	124
Instituciones mexicanas que protegen los derechos humanos	126
Instituciones internacionales defensoras de los derechos humanos	128

Lección 14

Formas de resolver los conflictos

Resolvemos conflictos	130
El diálogo, la mediación y la negociación	132
Sin derechos hay conflictos	134

Lección 15

El poder de la colaboración

Mejoremos la vida de todos.	136
Contribuyo al bienestar social	138
La participación ciudadana para el bienestar social.	140

Evaluación. Bloque 5.	142
-------------------------------	-----

Recortables	144
-----------------------	-----