

Tratado Completo del Libro

VI

ARTE DE LEER

I DE CONSERVAR LA SALUD

PARA LA INSTRUCCION

DE LA INFANCIA,

SEGUN EL SISTEMA INDIVIDUAL.

CONTIENE

los estudios necesarios para facilitar el aprendizaje de la lectura; i en clase de ejercicios, saludables máximas morales i de hjiene, en prosa i en verso, para hacerla agradable i útil; consultando en ello la educacion física, intelectual i moral del niño.

COMPUESTO

por

Santiago Vaca-Guzman.

DIRECTOR JENERAL DE LA INSTRUCCION PRIMARIA
I MIEMBRO NATO DEL CONSEJO UNIVERSITARIO
DE ESTE DISTRITO.

SUCRE.

ES PROPIEDAD DE SU AUTOR.

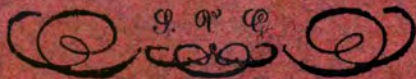
1866.

IMPRENTA BOLIVIANA.

372.44613(84) *Lectura e
higiene*



*A la instruccion i educacion
de la niña PAULITA, como una
débil pero sincera muestra del
carño que profesa a su Papá,
el Dr. Da. Mariano Reyes-Car-
dona, su afectísimo compadre i
amigo—*



PRIMERA PARTE.

ARTE DE LEER.

SECCION 1.^a

RECTA PRONUNCIACION DE LAS LETRAS.

Vocales mayúsculas i minúsculas.

Aa. Ee. Ii. Oo. Uu.

Consonantes mayúsculas i minúsculas.

B	b	.	.	be.	N	n	.	.	ene.
C	c	.	.	ce.	Ñ	ñ	.	.	eñe.
Ch	ch	.	.	che.	P	p	.	.	pe.
D	d	.	.	de.	Q	q	.	.	cu.
F	f	.	.	efe.	R	r	.	.	erre.
G	g	.	.	je.	S	s	.	.	ese.
H	h	.	.	ache.	T	t	.	.	te.
J	j	.	.	jota.	V	v	.	.	ve.
K	k	.	.	ca.	W	w	.	.	ve ligada.
L	l	.	.	ele.	X	x	.	.	equis.
Ll	ll	.	.	elie.	Y	y	.	.	ye.
M	m	.	.	eme.	Z	z	.	.	zeta.

EJERCICIOS.

ABECEDARIO.

Aa. Bb. Cc. Ch. ch. Dd. Ee. Ff. Gg.
Hh. Ii. Jj. Kk. Ll. Lll. Mm. Nn. Ññ.
Oo. Pp. Qq. Rr. Ss. Tt. Uu. Vv. Ww.
Xx. Yy. Zz.

SILABARIO.

SECCION 2.ª

Sílabas de una letra.

a e i o u.

SECCION 3.ª

Sílabas directas simples.

ba	be	bi	bo	bu	ca	co	cu	que	qui
de	di	do	du	da	go	ga	gu	gue	gui
fi	fo	fu	fa	fe	nu	no	ne	ni	na
ho	hu	ha	he	hi	ña	ñe	ñi	ño	ñu
chu	cha	che	chi	cho	pe	pi	po	pa	pu
la	le	li	lo	lu	ri	ro	re	ru	ra
lle	lli	llu	lla	llo	so	sa	si	se	su
yi	ye	ya	yu	yo	ti	te	to	tu	ta
mu	mi	me	mo	ma	va	vi	vu	va	ve
ja	je	ji	ju	jo	za	zo	ze	zi	zu
	ge	gi					ce	ci	

Sílabas inversas simples.

ap	op	ep	ip	up	ar	er	ir	or	ur
ob	ib	ab	ub	eb	ec	oc	ac	uc	ic
im	em	om	am	um	ig	eg	og	ag	ug
on	in	un	en	an	oh	ah	eh	uf	af
ul	al	el	ol	il	us	es	is	as	os
ad	id	od	ed	ud	ax	ix	ex	ux	ox
et	ot	at	ut	it	ez	oz	az	iz	uz

EJERCICIOS.

Palabras de dos sílabas.

Al-ma. Pa-ul. Ca-pa. Chi-co. De-an. Es-te.
 Fa-ja. Ga-to. Hi-go. In-ca. Ja-en. Le-er.
 Lle-gue. Ma-iz. Nu-ez. Ña-to. On-ce. Pa-is.
 Que-so. Re-ir. Sa-rro. To-ro. Ur-na. Vi-lla.

SECCION 4.^a

Sílabas mixtas.

ban	bol	bor	bas	mez	nad	nal	nom
cad	col	can	cam	nan	nor	nas	naz
cor	caz	quel	quin	nec	nal	ños	ñor
chal	chan	chor	chas	pad	pol	pan	pom
dad	dul	dan	dor	per	pas	paz	rad
das	dez	fac	fin	rom	ren	ras	sub
fes	faz	fic	gad	sec	sal	son	ser
gor	gas	gaz	guez	sig	sex	tac	tad
guel	guin	guir	has	tem	tan	tir	tez
hom	her	haz	hos	tex	vid	vad	vol
jac	jad	jel	jon	ven	vir	vos	voz
jes	gel	ges	gir	vez	yen	yar	yas
llan	llar	llos	mag	zad	zon	zar	cep
mil	mun	mar	mas	cer	ces	cin	cir.

Sílabas directas compuestas.

bra	bre	blo	blu	fla	flo	gre	gr i
cre	cro	cla	cle	gla	glu	pri	pr a
dri	dro	fro	fru	plo	ple	tra	lla

EJERCICIOS.

Palabras de tres sílabas.

Ca-rez-co. Gue-de-ja. Ra-re-za. Tran-si-lar.
 Cu-car-da. Gui-ta-rra. So-co-rrer. E-nig-ma.
 Ca-ci-que. Ba-ga-je. Is-ra-el. Pe-lliz-car.
 Co-ci-na. Ve-ji-ga. Al-ro-ta. Ha-ra-gan.
 Ma-ci-cez. Ji-go-te. Des-hon-ra. La-bran-za.

SECCION 5.^a

Sílabas directas compuestas i mixtas.

brad	bril	brig		flor	flic	flux
bren	brar	bras		grad	gram	gran
briz	blad	blen		grar	gris	graz
blar	blas	crad		glar	glos	prae
eral	club	cran		prag	pren	prar
eras	cruz	crez		pris	prez	plad
clad	clon	clar		plan	plar	plos
elos	drac	drid		plot	trac	trad
dron	drir	dras		tril	tram	tron
drez	frac	frid		trur	tres	triz
fren	frir	fras		tras	troz	true
frez	flic	flon		trin	tlan	tlas.

Sílabas inversas compuestas i mixtas.

abs	obs	ubs	ans		ist	pers	post	sols
ons	ins	uns	ams		ees	nord	cons	mons
ers	ads	als	ols		vals	subs	cuns	trans

EJERCICIOS.

Palabras de cuatro sílabas.

Abs-te-ner-se.	Ins-tru-men-to.	Fruc-ti-fi-car.
Ads-cri-bir-se.	Pers-pi-ca-ces.	Tlas-cal-te-ca.
Cir-cuns-tan-tes.	Subs-ti-tu-ir.	A-tlán-ti-co.
Mag-ne-tis-mo.	Obs-tá-cu-lo.	In-cons-tan-te.
Bor-ce-guí-es.	Em-pe-ra-triz.	Dis-ci-pli-na.

SECCION 6.^a

DIPTONGOS.

ái áu eá éi óe éu íá ié ió íu oé ói óu
uá ué uí uó.

Sílabas con diptongo.

báu	bió	cuá	guár	gáis	huér
cué	cuí	cuó	hués	hiél	cuán
cáu	dói	dié	cuén	cuér	cuál
dió	déu	fué	cuár	cués	juéz
güé	güí	guá	mués	muér	miés
guó	hué	hié	miél	miér	niál
hói	jué	léi	piel	puér	pués
múi	mié	nái	sión	séis	sóis
páu	rei	sié	suér	téis	táis
sói	tié	vió	tuér	liém	vién
vié	zái	zué	viér	vuél	vués
ció	ciú	ciá	veín	ción	ciár
diéz	fuér	guál	cién	dréis	fraí
guán	güén	guás	prié	plei	treín

TRIPTONGOS.

iái iéi uái uéi.

Sílabas con triptongos.

diéis guáis diáis piáis miáis
ciáis ciéis güéis luáis biáis

ver-güen-za, ha-la-güe-ño, un-güen-to, ar-gü-ir.

EJERCICIOS.

Lectura de frases.

Al mi-rar la luz del di-a, ben-di-ce a Dios que la en-ví a.

A-ma a Dios, i a-ma tu her-ma-no; es-ta es la lei del cris-tia-no.

Al sue-ño nun-ca te en-tre-gues, sin que por tus pa-dres rue-gues.

Al ma-es-tro re-ve-ren-cia, i a-pro-ve-cha su ex-pe-rien-cia.

El que tus fal-tas re-pren-de, a tu bien fu-tu-ro a-tien-de.

No des-pre-cies los con-se-jos, de los sábios i los vie-jos.

Cuan-do es-tés den-tro del tem-plo, a to-dos da buen e-jem-plo.

Si es bue-no i dó-cil un ni-ño, de to-dos ga-na el ca-ri-ño.

El ni-ño cu-ri-o-so i ne-cio, cau-sa fas-ti-dio i des-pre-cio.

El in-gra-to a un be-ne-fí-cio, no ha-lla-rá al cie-lo pro-pi-cio.

Si el o-cio te cau-sa te-dio, el tra-ba jo
es buen re-me-dio.

De tus hi-jos so-lo es-pe-res, lo que con
tus pa-dres hi-cie-res.

La con-cien-cia es a la vez, tes-ti-go fis-
cal i ju-ez.

Siem-pre que pue-das, haz bien; i no re-
pa-res a quien.

U-na im-pru-den-te pa-la-bra, nues-tra
rui-na a ve-ces la-bra.

So-lo in-exo-ra-ble se-a, el que sin cul-pa
se cre-a.

Al juz-gar un he-cho a-je-no, me-te la
ma-no en tu se-no.

Los de-li-tos a-bo-rre-ce, i al cul-pa-ble
com-pa-de-ce.

Da a-po-yo i tien-de la ma-no, al en-
fer-mo i al an-cia-no.

Dios al hu-mil-de le-van-ta, i al fuer-te
hu-mi-lla i que-bran-ta.

Sed in-dul-jen-tes con o-tros, i lo se-rán
con vos-o-tros.

Po-ned en Dios la es-pe-ran-za, que a
to-dos su dies-tra al-can-za.

A hom-bre ha-bla-dor e in-dis-cre-to, no
con-fí-es tu se-cre-to.

Quien se a-cos-tum-bra al en-ga-ño, el
mis-mo la-bra su da-ño.

La ver-dad a-mar-ga i due-le; mas el mal
e-vi-tar sue-le,

Quien te a-du-la i li-son-je-a, su bien i tu mal de-se-a.

Si un cie-go lle-va a o-tro cie-go, en el a-bis-mo dan lue-go.

Mal a-mi-go tan-to da-ña, co-mo a la mies la zi-za-ña.

Si jui-cio i tem-plan-za tie-nes, no has me-nes-ter mu-chos bie-nes.

No te pi-da el po-bre en va-no; que al fin es hom-bre i tu her-ma-uo.

Quien al-ber-ga al pe-re-gri-no, del cie-lo en-cuen-tra el ca-mi-no.

No ha-lla-rás un a-va-rien-to, que es-té tran-qui-lo i con-ten-to.

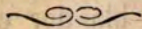
En ca-so de du-da, abs-tén-te: e-so ha-ce el hom-bre pru-den-te.

Quien no a-pren-de con los a-ños, su-fre a-mar-gos des-en-ga-ños.

Nun-ca tra-tes con des-pre-cio, ni aun al que ten-gas por ne-cio.

Tus mé-ri-tos nun-ca a-bul-tes, ni al que es in-fe-rior in-sul-tes.

Si de Dios per-don de-se-as, nun-ca ven-ga-ti-vo se-as.



ALFABETO DE LETRA CURSIVA.

*Aa. Bb. Cc. Ch ch. Dd. Ee. Ff. Gg. Hh.
Ii. Jj. Kk. Ll. Lll. Mm. Nn. Ññ.
Oo. Pp. Qq. Rr. Ss. Tt. Uu. Vv.
Ww. Xx. Yy. Zz.*

SECCION 7.ª

Lectura de períodos.

PÁRRAFO PRIMERO.

Explicacion de los signos de puntuacion.

El *punto final*, que se expresa así (.), denota una pausa notable i el término de la inflexion de la voz, que se hacen siempre al fin de cada período.

La *coma*, (,), indica una pausa e inflexion muy breves.

El *punto i coma*, (;), denota una pausa e inflexion dobles de la coma.

Los *dos puntos*, (:), indican una pausa e inflexion mayores que la del punto i coma.

El primer signo de *interrogacion*, (?), señala el principio de una pregunta; i el segundo, (?), la conclusion de ella. La voz comienza por suspenderse un poco, bajándola en seguida para volver a subirla al fin, donde se hace una pausa igual a la del punto final.

El primer signo de *admiracion*, (!), marca el principio de una exclamacion, ya de alegría, dolor, espanto u otros afectos del ánimo, segun el contenido del escrito; i el segundo, (!), el final de ella. Al leer lo que está entre ambos signos, se eleva un poco la voz, bajándola despues gradualmente hasta llegar a su conclusion, donde se hace una pausa mas

o ménos notable, segun que sea doble o triple el segundo signo.

Los *puntos suspensivos*. (. . . .), denotan la reticencia de algunas frases o la suspension del discurso: la palabra que los antecede se lee prolongando un poco el sonido de su última sílaba.

El *paréntesis*, (), indica que la cláusula que se comprende en él, debe leerse en diferente tono, para denotar que no es la indispensable relacion del discurso, sino una mera aclaracion de su sentido. Cuando en el paréntesis hai una sola letra, o un número o asterisco, se denota que al pie de la página, donde se hallan repetidos estos signos, se ha puesto alguna nota o aclaracion.

El *acento agudo*, (´), indica que sobre la vocal donde se halla, debe cargar la fuerza de la pronunciacion; como en *equivoco*, *equivóco*, *equivocó*; *práctica*, *practica*; *seria*, *veña*, *varia*, *lavó*, *tomé*.

La *diéresis o crema*, (ü), son dos puntos que se ponen sobre la *u* en las sílabas *que* *gui*, para indicar que dicha letra debe pronunciarse; como en *agüero*, *argüir*, *vergüenza*, *ciqüeña*, *antigüedad*.

Las *comillas*, (",), denotan que las palabras que se hallan entre ellas se han copiado de otros autores.

El *guion corto*, (-), puesto al fin del ren-

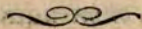
glon, indica que la palabra no está concluida i que termina en el siguiente. Tambien indica que una palabra está dividida en sílabas, o es compuesta de dos voces.

El *quion largo*, (—), denota que se alterna la conversacion entre dos personas. Tambien da a entender que lo que sigue pertenece a la misma materia aunque de un modo accesorio.

Los *dos quiones*, (=), representan los espacios que quedan en blanco en el orijinal que se ha copiado.

Al ver una *llamada*, (Λ), se busca la palabra entrerenglonada.

La pronunciacion, el tono, aliento i garbo es la sal de lo que hablamos o leemos. Un libro compuesto de conceptos mui gallardos, leído sin gracia, no sería de gusto sino de enfado oír su lectura. Todas las pasiones, digámoslo así, tienen su lenguaje propio i su tono particular; para explicarlas bien, se ha de comenzar representándose tan vivamente las cosas como si pasasen en nosotros mismos. De esta manera la voz, que es intérprete de nuestros pensamientos, hiriendo al oido, pasa por este sentido al ánimo de los oyentes. Cuatro cosas vician la pronunciacion: la *afectacion*, *igualdad*, *confusion* i el *poco cuidado*; i tres son las que la perfeccionan: *pausa*, *sentido* i *expresion*.



—12—
PÁRRAFO SEGUNDO.

Ejercicios graduales de lectura en prosa i en verso sobre los principales signos de puntuacion.

LECCIONES CON PUNTO FINAL.

La humildad es el altar sobre que quiere Dios se le ofrezcan los sacrificios.

Siempre son perdonables los defectos cuando hai valor para confesarlos.

Hacer bien al enemigo es acto heroico de caridad.

De la Patria bien merece

Quien a la lei obedece.

La virtud es un tesoro

Mas duradero que el oro.

LECCIONES CON COMAS.

Venera a los sacerdotes, honra a los mayores, obedece a tus padres, i serás bien visto.

Procura ser honesto, prudente, devoto sin afectacion, i parecerás bien a Dios i a los hombres.

Antes de hacer alguna cosa, piensa bien lo que vas a hacer, para que despues no tengas que arrepentirte de ello, como sucede a los insensatos que no premeditan sus acciones.

Al que cual tierno amigo tus errores

Se digne reprender, óyele, atento,

I agradeciendo su bondad, mas cauto

Corona con la enmienda su desvelo.

LECCIONES CON PUNTO I COMA.

Si te alaban los hombres, sospecha de ellos; si te censuran, sospecha de tí.

Si honras al honrado, lo dominas; pero si honras al vil, lo haces insolente.

La pereza todo lo halla difícil; la diligencia todo lo halla fácil; pues, como suele decirse, el trabajo, i la paciencia todo lo vencen.

*Nunca temió la vergonzosa pena
El que dócil escucha a su maestro;
Aquel debe temer que negligente
Menosprecia sus útiles preceptos.*

LECCIONES CON DOS PUNTOS.

Evita los arrebatos de cólera: esta pasión se asemeja a los terremotos: sus violentos sacudimientos conmueven todo el edificio del cuerpo humano.

Tu caridad sea universal i sin límites: no deseches al extranjero si quiere vivir contigo: trátale como a cualquier otro ciudadano, i ámale como a tí mismo.

*Al Ser Supremo reverente i puro
Venera siempre: a los que autores fueron
De tu dulce vivir, i a los que gratos,
Cual padres, guían tu inocente pecho.*

LECCIONES CON INTERROGANTES.

¿Hai por ventura alguna filosofía mas completa que la que se encierra en las doctrinas

del cristianismo? ¿Dónde hallarémos una poesía mas sublime i mas grandiosa que la que se exhala de sus misterios? Todo, en el cristianismo, es luz i amor, intelijencia i caridad.

Si quieres sacar algun fruto de la educacion, instrúyete cuanto ántes; porque, ¿cómo podrás adquirir en la vejez lo que no hayas adquirido en la juventud?

*Las altas ciencias con ardor cultiva,
¿Dónde placer mas dulce i lisonjero
Hallarás que en saber? Gloria i fortuna
Del sabio son el merecido premio.*

LECCIONES CON ADMIRACIONES.

¡Cuán santa i bella es la mision del jóven! ¡Cuán alta es su dignidad! ¡ él, ¡cuán fuerte, cuán poderoso, cuán rico es! Fuerte con toda la experiencia que le han legado los siglos pasados; poderoso con todos los medios que el presente pone a su disposicion.

No vuelvas mal por mal, ni agravio por agravio. ¡Dichoso aquel que sabe sufrir las injurias! Pero, ¿cuán culpable no serías a los ojos de Dios, si volvieras mal por bien? ¡Ah! con esto te atraerías para siempre sobre tu casa el orijen de todos los males.

*¡Feliz aquel cuya niñez adorna
De virtud sazónada el fruto bello!
Digno de aplauso universal a todos
El virtuoso jóven es modelo.*

LECCIONES CON PUNTOS SUSPENSIVOS I PARÉNTESIS.

El hombre obedece al temor i a la esperanza; los favores le hacen ingrato; el mando, soberbio Escribe en cera los beneficios que se le hacen; las injurias recibidas, en mármol

Ni una sola palabra Muerto viene
Ya digo, ni una sola palabra A mí me ha dado compasion verle así, tan

El que cierra sus oídos a los clamores del pobre (esto es, el que no atiende a sus necesidades, i procura socorrerle), será tratado de Dios sin misericordia, i cuando clame, Dios no le escuchará.

FÁBULA

LOS DOS CONEJOS.

<i>Por entre unas matas</i>	—¡Qué! ¿Podencos, dices?
<i>Seguido de perros,</i>	<i>Sí, como mi abuelo:</i>
<i>No diré corría,</i>	<i>Galgos i mui galgos:</i>
<i>Volaba un conejo:</i>	<i>Bien visto lo tengo.»</i>
<i>De su madriguera</i>	—«Son podencos; vaya
<i>Salió un compañero,</i>	<i>Que no entiendes de eso.»</i>
<i>I le dijo: «Tente,</i>	—«Son galgos, te digo.»
<i>Amigo, ¿qué es esto?»—</i>	—«Digo que podencos.»
<i>«¡Qué ha de ser! responde,</i>	<i>En esta disputa</i>
<i>Sin aliento llego</i>	<i>Llegando los perros,</i>
<i>Dos pícaros galgos</i>	<i>Pillan descuidados</i>
<i>Me vienen siguiendo.»—</i>	<i>A mis dos conejos.</i>
<i>«Sí (replica el otro),</i>	<i>Los que por cuestiones</i>
<i>Por allí los veo</i>	<i>De poco momento</i>
<i>Pero no son galgos»—</i>	<i>Dejan lo que importa,</i>
<i>«Pues ¿qué son?—Podencos.»</i>	<i>Llérense este ejemplo.</i>

ABREVIATURAS.

<i>Se escribe.</i>	<i>Se lee.</i>	<i>Se escribe.</i>	<i>Se lee.</i>
SSmo.	Santisimo.	Fr.	Frai.
US.I.	Usia Ilustrisima.	N.	Fulano.
Ilmo.	Ilustrisimo.	Los RR.	los redactores.
N. S.	Nuestro Señor.	Los EE.	los editores.
Sn. Sto.	San, Santo.	S. S. S. su seguro servidor.	
Exmo.	Excelentisimo.	S. M. B. sus manos besa.	
VE.	Vuencencia.	afmo.	afectisimo.
S. S. ^a	Su Señoría.	Cap. ^o	capítulo.
Jral.	Jeneral.	Art. ^o	artículo.
Mnro.	Ministro.	N. ^o	número.
Sr. Sra.	Señor, Señora.	V. gr.	verbigracia.
Dr. Dn.	Doctor, Don.	§	párrafo.
U. UU.	Usted, Ustedes.	&, o etc.	etcetera.

NÚMEROS ROMANOS

que se representan con las letras siguientes:

Letras I, V, X, L, C, D, M.
 Valor uno, cinco, diez, cincuenta, ciento, quinientos, mil.

NÚMEROS ARÁBIGOS I ROMANOS ORDINALES.

<i>Aráb. Rom.</i>	<i>Valor.</i>	<i>Aráb. Rom.</i>	<i>Valor.</i>
1. ^o I.	primero.	9. ^o IX.	nono.
2. ^o II.	segundo.	10. ^o X.	décimo.
3. ^o III.	tercero.	11. ^o XI.	undécimo.
4. ^o IV.	cuarto.	12. ^o XII.	duodécimo.
5. ^o V.	quinto.	13. ^o XIII.	décimo tercio.
6. ^o VI.	sexto.	14. ^o XIV.	décimo cuarto.
7. ^o VII.	sétimo.	15. ^o XV.	décimo quinto.
8. ^o VIII.	octavo.	16. ^o XVI.	décimo sexto.

SEGUNDA PARTE.

ARTE DE CONSERVAR LA SALUD;
O SEAN,

Preceptos de higiene doméstica al alcance
de los niños.

INTRODUCCION.

*El objeto de la higiene
Es conservar la salud;
I es la higiene una virtud
Que a todo el mundo conviene.
Si quereis llegar a viejos
I vivir sanos i gordos,
No debeis haceros sordos
A los siguientes consejos.*

DEL AIRE I DE LAS HABITACIONES.

Respirar un aire puro
Para vivir es seguro.
Ten ventilada tu alcoba,
Que aire impuro salud roba.
Tener en la alcoba flores
Da en la cabeza dolores.
Cuando vayas a acostarte
Lleva el braceró a otra parte.

Quien duerme a ventana abierta
Baldado acaso despierta.

Del viento encallejonado
Huye si estás sofocado.

Nunca el pasear es sano
Junto a laguna o pantano.

*Si en algun sitio mal hueles
No desoigas mis consejos:
Vete LUEGO, LARGO I LEJOS;
Acuérdate son tres eles.*

PRECAUCIONES CONTRA LAS DESCARGAS ELÉCTRICAS.

Durante la tempestad.

Abrir puertas evita.

Cuida en alturas no estar,
Ni bajo árboles parar.

I tampoco te den ganas
De ir a tocar las campanas.

A echar a volar cometas
Por diversion no te metas.

No corras precipitado
I del rayo habrás librado.

DE LA LIMPIEZA DEL CUERPO, I DE LOS VESTIDOS.

Lávate bien cada dia

La cara con agua fria.

El bañarse cada vez

Da salud i robustez.

Ropa limpia es conveniente

En todo tiempo, i decente.

Peinate, límpia tus dientes
I ten las uñas decentes.

Si sanos tus dientes quieres
No te hurgues con alfileres.

Niña que usa corsé estrecho
Pronto enfermará del pecho.

Zapatos estrechos suelen
Producir callos que duelen.

Al volver de pasearte
No debes desabrigarte.

Siempre que en extremo sudas
Será bueno que te mudes.

Si ha llovido i te has mojado
Muda ropa de contado.

Entrar al agua sudoso
A la salud es dañoso.

Cuando te echas a dormir
Siempre te debes cubrir.

DE LOS ALIMENTOS.

El comer sin apetito
Suele dañar infinito.

Quien come fuera de hora
Quizá su desorden llora.

La comida mui salada
Pone la sangre irritada.

Lo que comas sin mascar
Se te puede indijestar.

No aprovecha lo comido
Sino lo bien dijo.

Mas daña excesiva cena
Que el escorpion que envenena.

Casi nadie muere de hambre
Pero de hartazgo un enjambre.

Tras la comida, un helado
Es nocivo, aunque es usado.

No comas en todo el año
El manjar que te haga daño.

Lo que comieres de mas
Eso ménos comerás.

Mas vale quedar con gana
Que estar enfermo mañana.

Estando mui ajitado
No comerás de contado.

De azucar muchos terrones
Dan lombrices a montones.

Mucha nuez o mucha almendra
Dolor de estómago enjendra.

Si comes naranja i leche
No es fácil que te aproveche.

Agua fría i pan caliente
Hacen mal, ténlo presente.

El que come fruta verde
La salud mui pronto pierde.

No comas en el momento
De algun disgusto violento.

Si tierra o yeso comieres
De seguro un mal adquieres.

Si huesos de fruta tragas
Verás que pronto las pagas.

Niño que comiendo canta
Sin remedio se atraganta.

Si has de lavarte los pies
No comas hasta despues.

Despues de comer no leas
Como urgente no lo creas.

*Siempre que comas pescado
Con la espina ten cuidado,
Que una espina de besugo
Pudiera ser tu verdugo.*

*Si ves en el campo cosa
Que uva parezca o grosella,
No te ocurra comer de ella,
Que puede ser venenosa.*

DE LAS BEBIDAS.

Si agua es tu sola bebida
Será mas larga tu vida.

Aquella agua es mejor
Sin color, olor ni saber.

Cualquier licor, aunque bueno,
Para el niño es un veneno.

El embriagarse es un vicio
Soez i nada propicio.

Tras la siesta beber agua
Indigestion tal vez fragua.

Tras la comida ir al baño
Algo despues hace daño.

Si tu piel está sudada
No tomes bebida helada.

DEL EJERCICIO I DEL REPOSO.

Ejercicio al aire libre
Es útil al ser sensible.
Hacer gimnacia con juicio
Reporta gran beneficio.
Madruga i al campo sal
Le evitarás mas de un mal.
El niño que nunca juega
Pronto a raquítico llega.
Nunca contra el viento corras
Que mal de bazo te ahorras.
Si saltas por la escalera
Te romperás la mollera.
Tan preciso es descansar
Como jugar i estudiar.
La higiene al muchacho manda
No duerma en cama mui blanda.
Niño solo en su camita
Algun mal quizás evita.
El que se acuesta temprano
Suele criarse mas sano.
Dormir moderadamente
Es al niño conveniente.
Si se duerme mucha siesta
La comida se indijesta.
Quítate el frio con juego
I pocas veces con fuego.
*La cama es para dormir,
En despertando, a vestir:
Si en ella despierto estás,
Tal vez pronto enfermarás.*

SENSACIONES I PASIONES.

Si anhelas la paz del alma
Ten tus pasiones en calma.

La envidia lleva consigo
Su torcedor i castigo.

Todos los niños soberbios
Tendrán ataques de nervios.

El vicio al hombre degrada
I su salud anonada.

La salud es don precioso
Que Dios quita al perezoso,
Quien se asusta fácilmente
Está expuesto a un accidente.

Los sueños mentiras son
No te causen sensacion.

La tempestad no te aqueje
Que al niño Dios le proteje.

No te cause nunca espanto
Duende, ni muerto, ni encanto.

Al niño que mucho grita
La garganta se le irrita.

Nunca des un gran chillido
A otro niño en el oido.

*Porque se vierta la sal
No temas futuro mal;
Pues el creer en agujeros
Es cosa de majaderos.*

JENERALIDADES.

La transicion repentina
Del calor al frio es dañina.

I si tu cabeza expones
Al frio, tendrás fluxiones.

Lee a la luz natural
I poco a la artificial.

Mucho escupir es un vicio
Que hace a la salud perjuicio.

I otro vicio es el fumar
Que te ha de perjudicar.

El que juega a la pedrea
Tal vez liciado se vea.

Niño que el orin detiene
Es fácil que mucho pene.

Todo el que los pies se moja
Es fácil que anjinas coja.

No partas materia dura
Jamás con la dentadura.

El comer dulces calientes
Arruina muelas i dientes.

De arrimarse a los tizones
Suelen salir sabañones.

Si costra con la uña quitas
Te irán saliendo infinitas.

Nunca duermas con los gatos
Ni un paso des sin zapatos.

Más males cura la dieta
Que una famosa receta.

Si estás malo, dílo pronto,
Acuéstate i no seas tonto.

Si tienes algún dolor
Haz lo que mande el Doctor.

Toma toda medicina
Aunque amargue como quina.

No finjas nunca estar malo,
Que Dios castiga sin palo.

RESÚMEN.

De la salud, la belleza

Es el reflejo propicio;

I tendreis tal beneficio

Si a SOBRIEDAD i LIMPIEZA

Unís prudente EJERCICIO.

REGLAS PARA ENSEÑAR A LEER.



1.^a Se dará principio por la *Sección 1.^a*, enseñando por partes: primero, las vocales, i en seguida las consonantes. A cada leccion se darán tres repasos, llamando convenientemente la atencion del niño sobre cada letra: el primero, por el órden sucesivo en que están colocadas las letras; el segundo, por el inverso; i el tercero, saltándolas, a fin de evitar que recomiende el niño una sola cantilena de sonidos que repetiría sin fijarse en los caracteres que los representan.

2.^a Terminados los repasos, continuará el niño ejercitándose por sí; i cuando ya esté diestro, se le tomará la leccion en la misma forma en que se enseñó.

3.^a Cuando el niño conozca perfectamente las letras, pasará a los *Ejercicios*, que se enseñarán dando un solo repaso. Instruido que esté en ellos, continuará el aprendizaje de la seccion siguiente, i así las demas.

4.^a En la enseñanza de las sílabas de dichas secciones, se observará la práctica anterior, sin mas diferencia que dar el primer repaso *deletreando*; es decir, pronunciando cada sílaba letra por letra; i los dos últimos, *silabeando*; es decir, pronunciando cada sílaba de un solo golpe de voz.

5.^a Al enseñar las combinaciones de las letras irregulares *c, g, r*, con las vocales, se explicará al niño los dos sonidos que tienen dichas letras; haciéndole notar los casos en que suenan ya fuerte, ya suave.

6.^a Los ejercicios de palabras i de frases, se enseñarán silabeando, o marcando las sílabas de cada palabra hasta que el niño lea con soltura.

7.^a La lectura de períodos, de la *Sección 7.^a*, se enseñarán a leer de corrido, con la pausa, sentido i expresion que denotan los signos de puntuacion; i el verso, con la medida i entonacion convenientes.

Observando en la enseñanza las reglas prescritas, al terminar el niño los estudios de la *Primera Parte*, podrá leer fácilmente los ejercicios de la *Segunda*, i cualquier libro.

