



RTA DIDÁCTICA O CARTILLA DE TRABAJO EN CASA

2do de Preescolar

Semana del 21 al 25 de septiembre 2020

Lunes 21 de septiembre 2020

Unidad: Uno. Módulo: 5 Compañeros con los que convivo

- **Frase del día:** “El objetivo de una buena alimentación infantil es que el niño coma bien para que su crecimiento sea completo y adecuado.”
- **Contexto a cerca de la pandemia:** Lavarse las manos con frecuencia, no ir a parques ni casas con niños enfermos, usar tu cubrebocas al salir..
- **Frase de la escuela:** “La escuela crea grandes personas, ciudadanos y seres humanos”
- **Tema general:** ALIMENTACIÓN SANA
- **Activación física:**
- **Mística: Canción:** Frijoles Saltarines. (Cri-cri)

En el norte hay frijoles
muy curiosos de mirar
porque tiemblan, se estremecen
y se mueven sin cesar.

Por el porte son iguales
al fríjol que hay por acá,
pero saltan, brincan, danzan
y se agitan sin parar.

Ese gran misterio
un buen sabio estudió,
y al abrir el frijolito
toda su ciencia se sorprendió.

Porque hay un insecto
chaparrito y bailador
que se mete, no sé cómo,
a divertirse en cada fríjol.

- Reconoce cada parte de su cuerpo, función y utilidad
- Observa las verduras y legumbres que hay en casa,
- Dibuja en una hoja o cuaderno las verduras y legumbres que te gusta comer mas
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de alimentos con **a** : arroz, avena, acelga, atún
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: arroz blanco
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabra; ejemplo: arroz blanco con acelga

¿Qué son los alimentos? Los alimentos nos aportan muchos nutrientes diferentes, (micro y macro nutrientes), como las proteínas, grasas, hidratos de carbono (azúcares), vitaminas, minerales, fibra y agua.

DISCIPLINA :DLI

- Lee las palabras :

Adela	blanco	nadar
Alimento	agua	arroz

- Elabora un dibujo de alimentos que tengas en casa de color blanco.
- Coloca el dibujo que realizaste en algún lugar de tu casa

DISCIPLINA CIENCIAS:

- **¿Qué es la vida humana?**

La vida es importante porque nos permite crecer, desarrollar vínculos con otros seres vivos, aprender, conocer el mundo y un sinfín de actividades que ya van más allá de las meras funciones biológicas.

- Experimento: LA MEZCLA IMPOSIBLE



Echamos un poco de agua en el vaso, luego un poco de aceite, y encima algunas gotas de colorante. Espolvoreamos con un poco de sal y se producirá la «magia»: las gotas de colorante atravesarán el aceite y caerán lentamente en el agua, formando bonitos dibujos.

DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA.

- **Alimentos y nutrientes**

Los alimentos nos aportan los nutrientes que el cuerpo necesita para llevar a cabo sus funciones adecuadamente. Según la función que desempeñan, podemos clasificar los nutrientes en:

Nutrientes con función energética: hidratos de carbono y grasas

Nutrientes con función estructural o plástica: proteínas

Nutrientes con función reguladora: vitaminas y minerales

- Recorta y pega en una hoja las verduras y legumbres que son más de tu agrado

¿Por qué es importante consumir verduras y legumbres?

Martes 22 de septiembre 2020

- **Saludo del día:** Saludo lejano con reverencia y sacudiendo la mano.
- **Frase del día:** "Yo tengo un nombre muy bonito"
- **Contexto acerca de la pandemia:** Si sales de casa por alguna razón, al regresar debes sanitizarte usando gel antibacterial.
- **Frase de la escuela:** "La escuela lugar donde socializo, juego y me divierto con mis compañeros."
- **Tema general:** Alimentación sana.
- **Mística:** Observa las imágenes y valora que tipo de alimentación nos garantiza buena salud



- Reconoce cada parte de su cuerpo, función y utilidad
- Escribe en tu libreta 3 nombres propios con **a**: Adela, Antonio, Ana
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: Adela nada
- Escribe en tu cuaderno 2 Trina de palabra; ejemplo: Adela toma agua
- Lee las palabras :

Adela blanco nadar
Alimento agua arroz

- Narra la historia de Adela (cuento) mostrando la lámina central.

¡Vamos a jugar! Gritó con entusiasmo **Adela** a su familia

- ¿A qué jugamos? Pregunto su papá

-jugaremos a bailar dijo su mamá-

-¡Siii! Contestaron todos

- Qué necesitamos –pregunto el hermanito de **Adela** que se llama Omar. Adela comentó que se necesita Música y que se tocara un círculo **blanco** cuando ya no se escuche la música. También podemos hacer diferentes movimientos como **nadar**, correr, saltar, -dijo la mamá de **Adela**- La familia se divirtió y después de jugar tomaron un vaso con agua, comieron un rico ceviche de lentejas.

En la tarde **Adela** y su hermanito escucharon a su papá que, así como conviven en la familia, cuando asistan a la escuela deben convivir armoniosamente con sus compañeritos para que aprendan a jugar, cantar, a escuchar a su maestra y otras cosas más...

Antes de dormir Adela se lavó los dientes para que siempre estén blanco. Antes de dormir, vio fotografías de la Bandera de México y de su familia cuando fueron a ver el desfile del 16 de septiembre. -Descansa para que mañana tengas energía y disfrutes del sol, el agua y aire- dijo la mamá de Adela, dándole un beso en la frente, sonriendo al ver a su hijita feliz

- Describe la imagen



- **Actividad en libro página 22**

- Escribe la palabra Adela

Adela

Adela

Ade la

Adela

Disciplina: Matemáticas

Lectura de palabras

Tamaño grande alto
pequeño largo corto

¿Qué es tamaño?

Este término se usa en el diccionario del idioma español como tal cosa, semejante, similar, como tan grande o tan pequeño o que es muy enorme o diminuto puede resultar a un elemento, objeto o cosa referida

- Ordena los zapatos: pequeños, medianos y grandes.
- Recorta imágenes y pégalas en una hoja: grande, medianas y pequeñas

DISCIPLINA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL:

- ¿Por qué debo consumir alimentos ricos en vitamina C?

Ayuda a reparar y mantener el cartílago, los huesos y los dientes.

Consumir vitamina C nos reduce el riesgo de resfriarte, pero los resfriados puedes ser más cortos o con síntomas muy leve

Es indispensable a la hora de sanar heridas y formar tejido que ayuda a cicatrizar.

- Investiga cuáles son las verduras y legumbres que tiene vitamina C
- Platica con tu familia sobre la importancia de consumir vitamina C y otras vitaminas
- Cuando hay niños pequeños en casa, es común que se enfermen con frecuencia, pero prevenir algunas enfermedades y accidentes.

Las vacunas son de suma importancia

La inquietud por conocer el mundo puede provocarles accidentes pequeños, como raspones, cortaduras o rasguños. Son normales, pero tienes que vigilar que no sean de gravedad.

Cuidar la limpieza dental y tener especial atención a las caries, es fundamental.

El baño diario es básico.

Enseñarle a caminar por la calle y conocer las situaciones de peligro: cruce de calles, bajar escaleras o ir en bicicleta.

Los niños deben estar motivados y activos y es importante que jueguen de manera activa varias veces al día. Simplemente a los niños les encanta la diversión, encárgate de brindarles cuidados, educación, amor y diversión.

- ¿Por qué es importante consumir alimentos sanos, tomar el sol, tomar agua, sentir el aire, tomar vitaminas?

Miércoles 23 de septiembre 2020

- **Saludo del día:** Saludo de Wuhan: choca la punta de tu pie con el opuesto de la otra persona.
 - **Frase del día:** “Un mejor balance en tu alimentación ayuda a mejorar tu calidad de vida”
 - **Contexto acerca de la pandemia:** Cuando estés fuera de casa, sólo puedes saludar desde lejos, a la distancia
 - **Frase de la escuela:** La escuela se preocupa por tu salud
 - **Tema general:** Alimentación sana
- Actividad física:** video y/o música mexicana con movimientos corporales
- **Mística: Canción:** Frijoles Saltarines. (Cri-cri)

En el norte hay frijoles
muy curiosos de mirar
porque tiemblan, se estremecen
y se mueven sin cesar.

Por el porte son iguales
al fríjol que hay por acá,
pero saltan, brincan, danzan
y se agitan sin parar.

Ese gran misterio
un buen sabio estudió,
y al abrir el frijolito
toda su ciencia se sorprendió.

Porque hay un insecto
chaparrito y bailador
que se mete, no sé cómo,
a divertirse en cada fríjol.

- Reconoce cada parte de su cuerpo, función y utilidad
 - Observa cuáles son los alimentos que más consumen en casa
 - Dibuja los alimentos que benefician la buena salud
-
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de plantas con **a** ejemplo: acelga, anís, arándano, Albahaca, alcatraz
 - Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: acelga cocida
 - Escribe en tu cuaderno 2 Trinas palabra; ejemplo: acelga cocida con cebolla

DISCIPLINA: DLI

Lee las palabras:

Adela blanco nadar
Alimento agua arroz

- Narra la historia de Adela cambiando algunos hechos (cuento)

Actividad en libro página 23

Lee las palabras:



Adela

blanco

nadar

Escribe las palabra blanco

blanco

blanco

blanco

blanco

Disciplina: Sociedad y cultura

- **Observa y describe la imagen y comenta con tu familia la diferencia que encuentres**



En el jardín de niños aprendemos, conocemos y convivimos con los compañeros los días que lleguemos asistir
¿Qué es aprender?

Aprender significa adquirir conocimiento a través del intelecto o de la experiencia

Platica con tu familia y dibuja en tu libreta lo que te gustaría conocer y hacer cuando puedas asistir al Jardín de Niños

Disciplina: Alimentación sana

Una alimentación saludable y equilibrada es fundamental para el estado de salud de los niños, y determinante para un correcto funcionamiento del organismo, buen crecimiento, una óptima capacidad de aprendizaje, comunicarse, pensar, socializar y adaptarse a nuevos ambientes y personas, un correcto desarrollo psicomotor y en definitiva para la prevención de factores de riesgo que influyen en la aparición de algunas enfermedades.

- **Escoge entre las siguientes opciones para preparar una comida con verduras y legumbres**

Granos, cereales y legumbres: tortillas de maíz, arroz blanco o integral, papas, yuca, camote, boniato, malanga, panes, cereales, pasta, fideos, lenteja, frijoles, maíz, plátanos verdes, pozole.

Vegetales: tomate, zanahorias, calabacitas, brócoli, espinaca, lechuga "romana", pepinos, cebollas, cebollines, vegetales verdes, amarillos, rojos.

Cualquier vegetal que la familia coma fresco o cocido y en pedazos pequeños.

Prepara la receta: Huevo con vegetales

Ingredientes: 1-2 hojas acelgas

al gusto Ejotes

3 claras de huevo

al gusto Chile serrano

al gusto Cebolla

al gusto Sal

al gusto Pimienta molida

al gusto aceite

Los ejotes se cortan y se hierven con poquita agua y sal

Después se escurren y se ponen a freír con las acelgas previamente cortaditas, y la demás verdura

Ya que todo está blandito agregamos las claras, sal y pimienta

- **¿Qué le pasa a nuestra vida SI nos alimentamos bien...?**

Jueves 24 de septiembre 2020

- **Saludo:** Sinfonía inconclusa de la mar <https://youtu.be/JX2pZ7YHnHs>.
- **Frase del día:** “Si sanas tu mente, tu cuerpo sano”
- **Contexto acerca de la pandemia:** Los saludos son a distancia
- **Frases de la escuela:** “Educar en tiempos difíciles”.
- **Tema general:** Alimentación sana
- **Activación física:** **Video o música mexicana para realizar movimientos corporales con mi familia**
- **Mística:** Observa la imagen y comenta que sientes y qué debemos hacer para no desperdiciar la comida



- Reconoce cada parte de su cuerpo, función y utilidad
- Observa en tu casa cuáles son los residuos de alimentos más comunes que puedes aprovechar para el huerto
- Dibuja los residuos de alimento más comunes que hay en tu casa y escribe los nombres de ellos
- Escribe en tu cuaderno 2 palabras de campo semántico de animales que contengan la letra **a** en su nombre ejemplo: ardilla, águila, asno, atún, abeja
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: abeja reina
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas palabra; ejemplo: abeja reina trabajadora

DISCIPLINA: DLI

Lee las palabras:

Adela blanco nadar
Alimento agua arroz

- Narración de la historia por los niños.
- Escriba en el cuaderno los enunciados que el niño le dicte con las palabras de estudio: Adela, blanco, nadar
- **Actividad en el libro. página 24**

- Escribe la palabra nadar

nadar

nadar

nadar

nadar

Disciplina: Matemáticas

- Lectura de palabras

Tamaño grande alto pequeño largo corto

- ¿Cuáles son los tamaños?
- Tamaño es un adjetivo que refiere a la dimensión, el cuerpo, el grosor, la medida o el espesor de algo. El concepto se vincula a qué tan pequeño o grande resulta un objeto físico.
- Observa el tamaño de los muebles de tu casa, colócales con una etiqueta si es grueso, delgado, ancho, largo, corto, grande, pequeño y platica con tu familia qué realizaste y cómo lo lograste.

Disciplina; salud Comunitaria integral

- Para tener buena salud es necesario que se recupere y reconstruya la identidad y la memoria histórica, los sistemas de salud ancestrales con sus conocimientos en medicina, biología, botánica y psicología, y los enlaces con la medicina actual hacia potenciales nuevos enfoques para la prevención y diagnóstico curación y preservación de la salud, al alcance de todos
- ¿Qué hacer?

Ejercitarse con regularidad

Seguir una dieta saludable

Mantener un peso saludable

Dormir lo suficiente

Cepillarse los dientes y usar hilo dental

No escuchar música fuerte

¿Por qué es importante no desperdiciar los alimentos?

Viernes 25 de septiembre 2020

- **Saludo del día:** saludo de Wuhan", el toque de un codo contra otro
- **Frase del día:** "Realizar un consumo responsable, una dieta integral completa y sana,
- **Contexto acerca de la pandemia:** Cuida a tu familia- aliméntate sanamente
- **Frase de la escuela:** "La escuela se preocupa por tu salud"
- **Tema general:** Alimentación sana
- **Activación física:**
- **Mística:** Frijoles Saltarines. (Cri-cri)

En el norte hay frijoles
muy curiosos de mirar
porque tiemblan, se estremecen
y se mueven sin cesar.

Por el porte son iguales
al fríjol que hay por acá,
pero saltan, brincan, danzan
y se agitan sin parar.

Ese gran misterio
un buen sabio estudió,
y al abrir el frijolito
toda su ciencia se sorprendió.

Porque hay un insecto
chaparrito y bailador
que se mete, no sé cómo,
a divertirse en cada fríjol

- Reconoce cada parte de su cuerpo, función y utilidad
- Observa y comenta las formas y tamaños de las verduras y legumbres
- Dibuja las verduras y legumbres más pequeñas que tengas en casa
- Escribe en tu cuaderno 2 palabras de campo semántico de cosas que comiencen con la letra **a** ejemplo: alas, aldea, anillo, aula
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: anillo grande
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas palabra; ejemplo: anillo grande y redondo

DISCIPLINA: DLI

- Lee las palabras

Adela blanco nadar
Alimento agua arroz

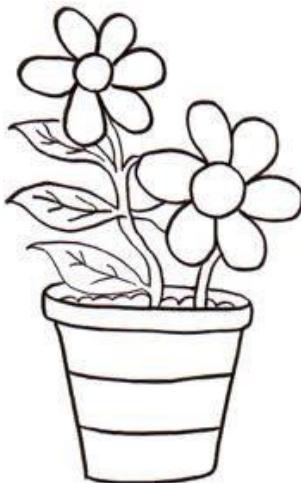
Leer los enunciados e identificar las palabras en estudio

Adela tiene un anillo
El diente es color blanco
Los niños saben nadar

- Dictar las palabras de estudio a los niños para que las escriban.
Adela, blanco, nadar.
- **Actividad en el libro 25**

Disciplina: Actividad transformadora

- Observa las imágenes y comenta que pasa con las plantas y cómo te gustan



- Colorea la planta que tiene vida

- **Huertos familiares: un camino hacia la soberanía alimentaria**

Los huertos familiares, como sistemas productivos tradicionales, representan uno de los espacios más importantes en la transmisión y generación de conocimientos. La soberanía alimentaria propone el ejercicio político de la autodeterminación y el autoabastecimiento de productos alimenticios sanos para las personas y el ambiente; abarca la libertad de colectivos, familias e individuos para elegir sus alimentos y las formas de producirlos e intercambiarlos

- Para cuidarlo

Utiliza tus residuos orgánicos de plantas y verduras, así como las cáscaras de huevo para crear una composta que después podrás añadir a tus sembradíos.

Riega tus plantas por el atardecer para evitar la evaporación y favorecer la infiltración del agua en el sustrato.

Poda periódicamente tu huerto para que se potencien los brotes auxiliares y fructifique mejor.

Ayuda a tus plantas dirigiéndolas con ramas o guías de madera para evitar que sus tallos toquen el suelo.

Rota de lugar los cultivos que tengas de acuerdo a la temporada, así los nutrientes del suelo no se agotarán.

Las catarinas y abejas son grandes aliados de tus plantas, no las ahuyentes. Existen plantas como el romero, la citronela y la menta que alejan a las plagas.

Disciplina desarrollo ecológico:

- **¿Por qué tenemos que valorar nuestros suelos?**

Los suelos hacen cosas increíbles que a veces damos por sentadas. Sostienen la producción de alimentos, filtran el agua, son la fuente de nuestras medicinas y nos ayudan a combatir y adaptarnos al cambio climático.

- Actividades de aprendizaje al aire libre

Caminata para observar el suelo: Salga a dar una caminata para que experimente los diferentes tipos de suelo en el patio de su escuela o vecindario, lleve consigo una pala y bolsas plásticas (Ziploc) o frascos pequeños para recolectar muestras y luego llevarlas al aula. Trate de

recolectar tierra de diferentes lugares para tener varios tipos de suelo, por ejemplo: un área con suelo compacto, debajo de los árboles, una zona arenosa, pedregosa, etc.

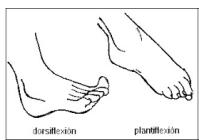
A medida que recoge las muestras de suelo observe lo siguiente:

- ¿Es fácil o difícil de excavar?
- Si es duro, ¿cómo puede aflojarlo?
- ¿El suelo es húmedo o seco?
- A medida que excava más hondo ¿es más húmedo o más seco?
- ¿Cómo se siente el suelo?
- ¿A qué huele?
- En sus muestras ¿Ve otras cosas además de tierra? ¿semillas, hojas, insectos?

Etiquete sus muestras de suelo. Mejor aún, puede traer un mapa y escribir en el mapa un número indicando el lugar donde recogió cada una de las muestras que tiene en los frascos.

- Composición literaria: elabora un poema a la familia
- Elabora una pancarta que informe los consejos para tener Buena Alimentación
- Elabora un cartel. Tema “La familia consume alimentos sanos”.

Activación colectiva



Mover el pie derecho de arriba hacia abajo 8 veces

Mover el pie izquierdo de arriba abajo 8 veces



Pararse de puntas 8 veces



Flexionar las 2 rodillas 8 veces

Mover la cintura de un lado a otro 8 tiempo

Hacer círculos con la cintura 8 tiempos



Mover los brazos 8 veces

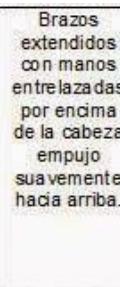
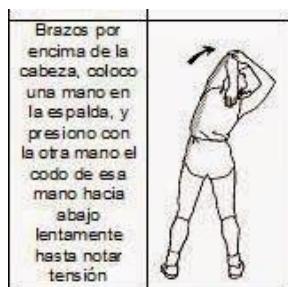


Mover los hombros de arriba abajo, mover el hombro derecho-izquierdo



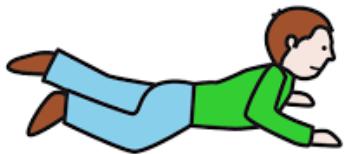
Mover la cabeza de arriba abajo, de un lado a otro, de un costado a otro 8 veces

realice los siguientes estiramientos de 10 a 15 segundo



Realizar los siguientes ejercicios

Balancearse mueva el cuerpo como si fuera una víbora que sube y baja



Repte 3 metros o mas



Gatee 3 metros o mas



Realice rodadas de leño 3 metros o mas



Con la ayuda de un adulto realizar maromas

Ejercicios



haga un circulo con los dedos de la mano derecha y señale con el índice de la mano izquierda la mano derecha con el pulgar hacia arriba... cambi, con los dedos de la mano izquierda haga un circulo y con el dedo índice de la mano derecha señale la mano derecha con el pulgar arriba



toque su nariz con la mano derecha y con la mano izquierda toque su oreja

toque su nariz con la mano izquierda y con la mano derecha toque su oreja

repita el ejercicio

pasos de baile. Balanceo

