

RUTA DIDACTICA O CARTILLA DE TRABAJO EN CASA

3ro de PREESCOLAR

PRIMERA UNIDAD

MODULO 3



LUNES 07 DE SEPTIEMBRE 2020

SALUDO: Un saludo de mano acompañado de un abrazo.

FRASE DEL DIA: Hasta el momento no hay un mejor día que el de hoy,¡¡¡¡¡ disfrutémoloslo!!!!

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA: La mejor prevención ante la pandemia es la responsabilidad.

FRASE DE LA ESCUELA: En la escuela respiro la alegría de mis compañeros, somos felices juntos.

TEMA GENERAL: ALIMENTACION SANA

La nutrición es importante para todos, y dentro de toda alimentación no deben faltar las verduras y legumbres, las cuales combinadas con la actividad física obtendremos un peso saludable; la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a nuestro cuerpo para mantenernos fuertes y sanos.

ACTIVACION COLECTIVA: Todos los presentes cantar la canción de "LA TIA MONICA"

Yo tengo una tía , llamada Mónica que cuando va al mercado me dice hola la la, hola la la así mueve la cabeza, a si así, así mueve la cabeza para el frente y para atrás, para un lado y para el orto, se comienza el coro de nuevo y se cambia la parte del cuerpo con hombros, brazos, cadera, piernas, corre brinca, etc.

MISTICA: Canción: "[COMER VERDURAS https://www.youtube.com/watch?v=NH3kqcGDCII](https://www.youtube.com/watch?v=NH3kqcGDCII)

DISCIPLINA: Desarrollo Lingüístico Integral (DLI)

***Observa** las verduras que hay en casa y menciona el nombre de cada una describiendo la forma, su color y la textura.

***Dibuja** las verduras observadas en tu cuaderno

***Vocabulario y frases:** Campo semántico de la palabra "verdura".

espinaca	verdolaga	berros
acelga	endivias	lechuga

***Escribe** 3 palabras del campo semántico

***Escribe** 3 binas con palabras del campo semántico

espinaca _____ verdolaga _____ berros _____

***Escribe** 3 trinas con palabras del campo semántico

lechuga verde china

espinaca _____

acelga _____

***Concepto de verduras de hojas largas:** Se llama **verduras de hoja** a aquellas plantas que cuentan con **hojas** comestibles, y a veces también peciolo y brotes.

***Importancia de las verduras con hojas:**

1. Ayudan a bajar los niveles de colesterol en el organismo.
2. Son una rica fuente de calcio, lo cual beneficia al sistema óseo.
3. Tienen funciones antioxidantes, evitan el deterioro celular.
4. Previenen infecciones oculares, cataratas y conjuntivitis
5. Fortalecen el sistema inmunológico y también favorecen la reparación de tejidos infectados.

***¿Quién compra las verduras que hay en casa?**

***Trabajar página 16 del libro del alumno**

Disciplina: CIENCIAS

Júpiter, Saturno y Urano — son los planetas más grandes del sistema solar,

Marte y Mercurio son los planetas más pequeños del sistema solar.

***Desarrolla la actividad que está en la pág. 25 del cuadernillo de ejercicios.**

***Observar las Imágenes de la pág. 25 del cuadernillo de ejercicios y coméntalas**

DISCIPLINA: ALIMENTACION SANA

Las plantas de hojas comestibles son bajas en calorías y en grasa; altas en fibra, en hierro, calcio y muy buena fuente de fotoquímicos". Además son fuente de antioxidantes, por ende, es importante que consideres agregar **verduras de hoja verde** a tu dieta diaria como el brócoli, acelga, apio, col rizada, espinacas, pápalo, lechuga, rúcula, berros, kale y achicoria.



***Dibuja e ilumina la verdura de hoja que más te agrada.**

REFLEXION FILOSOFICA: Antes de preparar las verduras que tengas disponibles en casa para comer – debes lavarla muy bien-

MARTES 8 DE SEPTIEMBRE /2020

SALUDO: Nos saludamos de mano acompañado de un abrazo

FRASE DEL DIA: Hasta el momento no hay un mejor día que el de hoy ¡ disfrutémoslo!

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA: La mejor prevención está en mis manos, ¡me lavo frecuentemente!

FRASE DE LA ESCUELA: En la escuela respiro la alegría de mis compañeros, somos felices juntos.

TEMA GENERAL: Alimentación sana.

La nutrición es importante para todos, y dentro de toda alimentación no deben faltar las verduras y legumbres, las cuales combinadas con la actividad física obtendremos un peso saludable; la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a nuestro cuerpo para mantenernos fuertes y sanos.

ACTIVACION COLECTIVA: Todos intentemos rodar como troncos de árbol.

M
I
S
T
I
C
A



*Observa la imagen y comenten si han comido de todos estos alimentos.

DISFRUTANDO LA FAMILIA

Elena recibía clases virtuales de su maestra Remedios, quien en una ocasión al finalizar la sesión le dejó una tarea muy interesante, que consistió en poner atención en las actividades que realizaba cada uno de sus familiares en su casa durante el transcurso del día. **Elena** observó que su mamá utiliza mucho tiempo en asear la casa, ya que tiene que hacer la comida, atiende al bebé y al final del día termina muy agotada; por la noche **Elena** se acercó a ella y le dijo –mamá, te admiro por todo el esfuerzo que haces por toda la familia día tras día-, en ese momento estaba junto a su mamá su hermano, quien traía puesta una playera **verde** nueva, ya que no se la había visto anteriormente; se fueron a descansar todos para continuar con las distintas actividades al siguiente día. Por la mañana, vio un **peine** aún en su empaque sobre el tocador de su mamá, que aún no **estrena**; de pronto escuchó a su mamá que pidió rebanara el último **elote** que estaba sobre la mesa para preparar la sopa, lo cual fue muy rápido y enseguida continuó con su tarea, mientras tanto su hermano salía a pasear al perro; y por la tarde vio su programa favorito en la televisión disfrutando de un rico y sabroso esquite que compró su papá al salir del taller donde trabaja, lo que ella agradeció.

*Observemos si hay en casa otro tipo de verduras, como las de bulbo



*Dibuja en la libreta una de las verduras de bulbo, la que te guste más.

***Vocabulario y frases:** Lectura de las palabras de estudio.

Elena elote verde estrena peine

Campo semántico de verduras de bulbo:

*Lectura rápida de las palabras

Cebolla betabel puerro chalote cebollín
Cebolleta

[illegible][illegible]

Ernesto	Esmeralda	Emiliano	Edgar
Eréndira	Eva	Estela	Emanuel

Emanuel baila Eréndira _____ Emiliano _____ Eva _____

Ernesto corre y silva Edgar _____ Estela _____

*Concepto de bulbo: Los **bulbos** son órganos subterráneos de almacenamiento de nutrientes.

*Desarrollar la actividad que este en la pag 17 del libro del alumno.

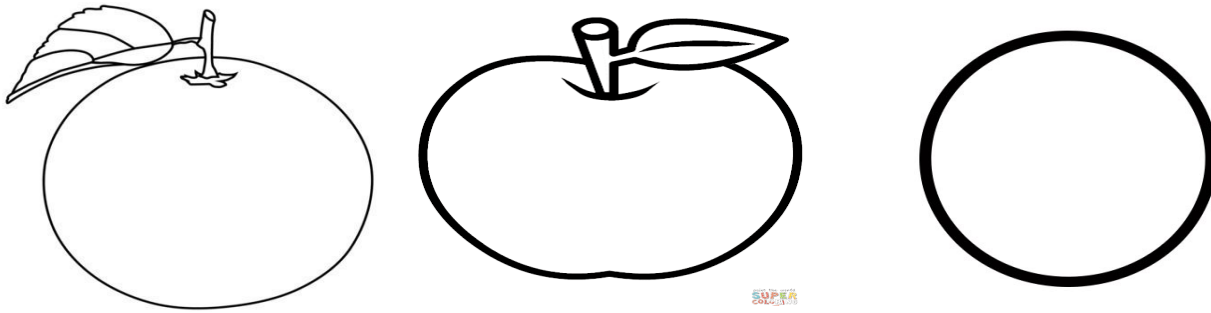
DISCIPLINA: **MATEMATICAS.**

Eje temático: Lógica y conjuntos.

Tema: Degradación de colores primarios

* Concepto: En pintura, **degradación de colores** o degradé se refiere a transformar paulatinamente, un determinado tono de un **color** específico en otra tonalidad diferente, pero del mismo **color** o uno totalmente opuesto

*Ilumina con color amarillo la naranja, con rojo la manzana y con amarillo y rojo el círculo y comenta el color que resulto.



*¿Cuántas frutas hay en la imagen? Escribe la cifra en el cuaderno

* Concepto: **cifra**, signo gráfico simple que expresa un número en un sistema de numeración, puede combinarse con otros para representar una cantidad. 1, 2, 3.....

*lectura rápida de cifras:

0 1 2 3 4 5

DISCIPLINA: **SALUD INTEGRAL**

*Realiza movimientos con tus:

-labios	-dedos de las manos	-lengua	-codos
-ojos	-dedos de los pies	-cejas	
-oídos	-piernas	-cabeza	
-manos	-nariz	-hombros	

*Comenta cómo te sientes después de hacer todos estos movimientos.

REFLEXION FILOSOFICA. Deja que la mente se calme y el corazón se abra; entonces todo será muy diferente.

MIERCOLES 9 DE SEPTIEMBRE /2020

SALUDO: Nos saludamos de mano acompañado de un abrazo

FRASE DEL DIA: Hasta el momento no hay un mejor día hoy, ¡disfrutémoslo!

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA: La mejor prevención está en mis manos, ¡las lavo frecuentemente!

FRASE DE LA ESCUELA: En la escuela respiro la alegría de mis compañeros, somos felices juntos.

TEMA GENERAL: Alimentación sana.

La nutrición es importante para todos, y dentro de toda alimentación no deben faltar las verduras y legumbres, las cuales combinadas con la actividad física obtendremos un peso saludable; la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a nuestro cuerpo para mantenernos fuertes y sanos.

ACTIVACION COLECTIVA: Todos gateamos hacia adelante y hacia atrás.

MISTICA: Canción: "La comida buena" <https://www.youtube.com/watch?v=MwVeIZpb4MM>

DISCIPLINA: **Desarrollo Lingüístico Integral (DLI)**

*Que el niño (a) comente lo que recuerda de la historia del día de ayer: **DISFRUTANDO LA FAMILIA.**

[illegible]

■



cúrcuma



salsifí

*Dibujar en tu cuaderno verduras de raíz que ya hayas comido.

Vocabulario y frases: Lectura rápida de las palabras en estudio

Elena elote verde estrena peine

+Campo semántico de verduras de raíz.

jengibre remolacha yuca hinojo cúrcuma
rábano

*Campo semántico de plantas medicinales

Eucalipto menta romero perejil orégano
ajeno verdolaga jengibre agave

*Escribir 3 binas con las palabras del campo semántico anterior.

Romero delicioso menta _____ orégano _____

*Escribe 3 trinas con palabras del mismo campo semántico

Verdolaga suave y sabrosa agave _____

Perejil _____

Concepto: Las verduras de raíces crecen bajo tierra, y vienen en una variedad de tonos rojos, anaranjados, amarillos, y blancos. Al crecer en el suelo, estos vegetales absorben una buena cantidad de los minerales que la madre tierra tiene para ofrecernos. Por eso, a las personas que buscan mantenerse saludables se les recomienda incorporar estos alimentos a su dieta y comenzar a experimentar sus beneficios.

DISCIPLINA: CULTURA Y SOCIEDAD.

Eje temático: El medio social en que vivimos.

Identidad nacional

*Observar las imágenes y comentar lo que nos inspira cada una de ellas



*Realiza la actividad solicitada en la **pág. 27** del cuadernillo de ejercicios.

DISCIPLINA: **ALIMENTACION SANA**

Eje temático: Verduras y legumbres, ¿Cuáles son las diferencias entre ellas?

***Propiedades que aportan las verduras de raíz a la salud**

Existe una fuerte evidencia de que algunos de los nutrientes vitales que se encuentran en muchas hortalizas de raíz, como la vitamina A, la vitamina C, el potasio, el magnesio y la fibra dietética, pueden ayudar a combatir el cáncer, la diabetes, la obesidad y los trastornos inflamatorios como las enfermedades cardíacas y la artritis.

Proporcionan carbohidratos complejos y almidón, Altas en fibra, Son buena fuente de vitaminas A y C Puede ayudarle a perder peso.

REFLEXION FILOSOFICA

Por salud fisica, mental y economica, conozcamos y consumamos estas verduras.

JUEVES 10 DE SEPTIEMBRE /2020

SALUDO: Nos damos un abrazo con entusiasmo

FRASE DEL DIA: Hasta el momento no hay un mejor día que hoy, ¡disfrutémoslo!

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA: La mejor prevención está en mis manos, ¡las lavo frecuentemente!

FRASE DE LA ESCUELA: En la escuela respiro la alegría de mis compañeros, somos felices juntos.

TEMA GENERAL: Alimentación sana.

La nutrición es importante para todos. Combinada con la actividad física y un peso saludable, la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a nuestro cuerpo para mantenernos fuertes y saludables.

ACTIVACION COLECTIVA: Caminamos, trotamos, corremos con precaución con puntas de los pies en espacios cómodos en casa.

MISTICA: Es importante hacer un esfuerzo por alimentarnos de forma equilibrada



***Observación** de verduras de bulbo que se tengan en casa

DNP: Tomar 2 diferentes, siente la textura, dificultad o facilidad para pelarla, poner atención en el aroma y finalmente probarla; comenta la experiencia.

DISCIPLINA: **Desarrollo Lingüístico Integral (DLI)**

***Alterando** algunas palabras de la historia (leer nuevamente la historia al niño)

DISFRUTANDO LA FAMILIA

Melania recibía clases virtuales de su maestra Remedios, quien en una ocasión al finalizar la sesión le dejó una tarea muy interesante, que consistió en poner atención en las actividades que realizaba cada uno de sus familiares en su casa durante el transcurso del día. **Melania** observó que su mamá utiliza mucho tiempo en asear la casa, ya que tiene que hacer la comida, atiende al bebé y al final del día termina muy agotada; por la noche **Melania** se acercó a ella y le dijo –mamá, te admiro por todo el esfuerzo haces por toda la familia día tras día-, en ese momento estaba junto a su mamá su hermano, quien traía puesta una playera color **amarillo** nueva, ya que no se la había visto anteriormente; se fueron a descansar todos para continuar con las distintas actividades al siguiente día. Por la mañana, vio un **peine** aun en su empaque sobre el tocador de su mamá, lo que significaba que aún no lo **estrena**, escuchó a su mamá que le pidió que rebanara el último **jengibre** que estaba sobre la mesa para preparar la sopa, lo cual fue muy rápido y enseguida continuó con su tarea, mientras tanto su hermano salió a pasear al perro y por la tarde vio su programa favorito en la televisión disfrutando de un rico y sabroso coctel de frutas que compró su papá al salir del taller donde trabaja.

***Preguntar** al niño (a) ¿Cuáles han sido los cambios en la historia?

Vocabulario y frases: Lectura rápida de las palabras en estudio

Elena	elote	verde	estrena
peine			

*Escribir la *palabra* **verde** en cuaderno de los tres momentos

[illegible]

***Campo semántico** de verduras de bulbo (ajo)

Forma	aroma	textura	tamaño
diente	color	nutrientes	cabeza

***Concepto** de ajo: Se le describe como una planta perenne bulbosa que alcanza hasta 60 centímetros de altura. El bulbo es redondo y está formado por 5-15 bulbillos coloquialmente llamados dientes, todo envuelto en una capa delgada de color ligeramente rosado. La planta posee entre 4 y 12 hojas largas y aplanadas unidas al tallo subterráneo.

*Escribir 3 binas de palabras del campo semántico anterior.

Color rosado cabeza aroma

*Escribir 3 trinas

Forma ovalada dentada textura _____

tamaño _____

*Campo semántico de animales

Elefante

camaleón

cebra

león

escorpión

erizo

venado

alicante

reno

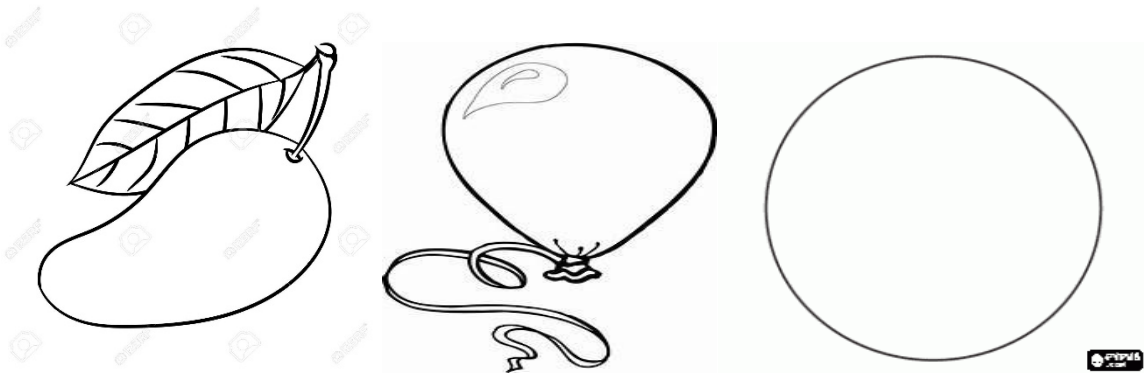
*Desarrollar la pag. 18 del libro del alumno.

DISCIPLINA: **MATEMATICAS.**

Eje temático: **Lógica y conjuntos.**

*Degradación de colores.

*Colorear mango con amarillo y globo con azul y círculo con los 2 colores



*¿Qué color resultado de la combinación?

*¿Cuántas imágenes hay? Escribe la cifra en el cuaderno

* Concepto: **cifra**, signo grafico simple que expresa un número en un sistema de numeración, puede combinarse con otros para representar una cantidad. 1, 2 ,3.....

*lectura rápida de cifras:

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

DISCIPLINA: SALUD INTEGRAL

Eje temático: Promoción de la higiene personal (a su vez reflexión filosófica)



VIERNES 11 DE SEPTIEMBRE/2020

SALUDO: Nos damos un abrazo con entusiasmo

FRASE DEL DIA: Hasta el momento no hay un mejor día que el de hoy, ¡¡¡¡¡ disfrutémoslo!!!!!!

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA: La mejor prevención está en mis manos, ¡las lavo frecuentemente!

FRASE DE LA ESCUELA: En la escuela respiro la alegría de mis compañeros, somos felices juntos.

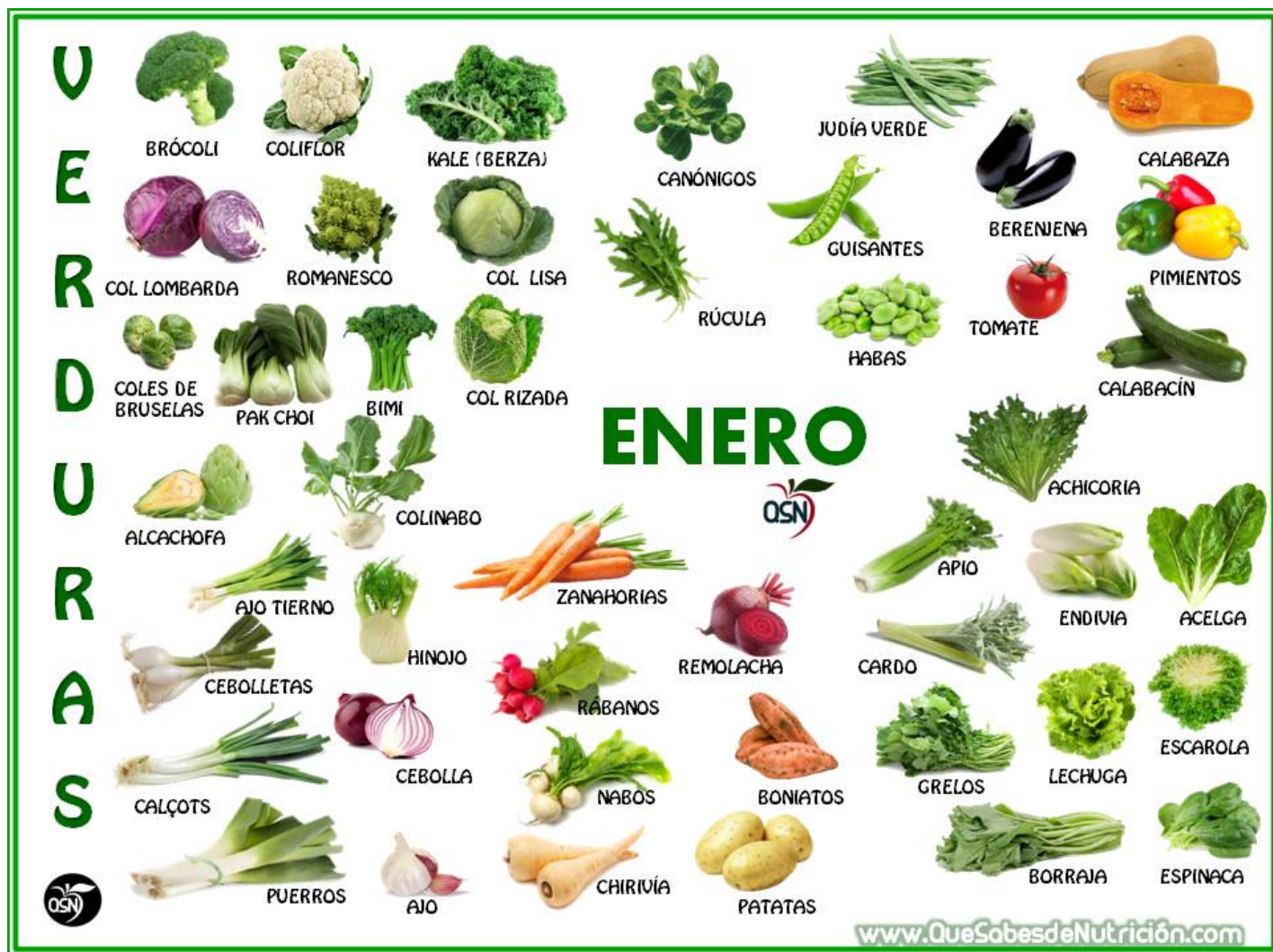
ACTIVACION COLECTIVA: Caminamos, trotamos, corremos con precaución con puntas de los pies en espacios cómodos en casa.

MISTICA: Canción: "La comida buena" <https://www.youtube.com/watch?v=MwVeizpb4MM>

TEMA GENERAL: Alimentación sana.

La nutrición es importante para todos, y dentro de toda alimentación no deben faltar las verduras y legumbres, las cuales combinadas con la actividad física obtendremos un peso saludable; la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a nuestro cuerpo para mantenernos fuertes y sanos.

***Observación** de verduras, ¿cuáles **no** conoces ? ¿Cuáles conoces, pero **no has probado**?



Vocabulario y frases: Lectura rápida de las palabras en estudio

Elena elote verde estrena
peine

[illegible][illegible]

Escuela escritorio mesa estufa escoba trapeador
sartén ropero refrigerador

Elena _____ peine _____ elote _____

Elena _____ peine _____

Elote _____

*Lectura rápida de campo semántico de alimentos sanos

Avena centeno verdura carne verdolaga acelga
lechuga

Elote cebolla

*Concepto alimentos nutritivos: es aquel que aporta al organismo los nutrientes, las vitaminas, las calorías y demás componentes necesarios para tener un rendimiento óptimo a lo largo del día.

Disciplina: **Actividad transformadora**

Receta: ENSALADA DE VERDURAS

<https://www.youtube.com/watch?v=qY2fTNOOa-A>

Ingredientes: 1/2 pepino. 4 rábanos. 1/2 repollo o lechuga . 1 color naranja. Media rebanada de col morada. Sal, limón y aceite al gusto. Con las manos desarme el repollo y póngalo en la base para la ensalada. Corte el pimiento morrón en tiras. Los rábano en rodajitas que después cortará de modo que parezcan palitos. Haga lo mismo con el pepino. Corte la col y desmenúcela. Ponga los vegetales sobre los repollos y adorne las orillas con la col. Alíñela con limón, aceite.

Disciplina: **Desarrollo ecológico**

*Cultivemos verduras, aunque sea en macetas de no haber espacio de tierra disponible en casa



REFLEXION FILOSOFICA: Con el incremento de conocimiento en relación con las verduras, nos permitimos vivir nuevas aventuras alimenticias nutritivas.

De ser posible: HAY QUE INCREMENTAR EL CONSUMO DE VEDURAS EN NUESTRA ALIMENTACION DIARIA.