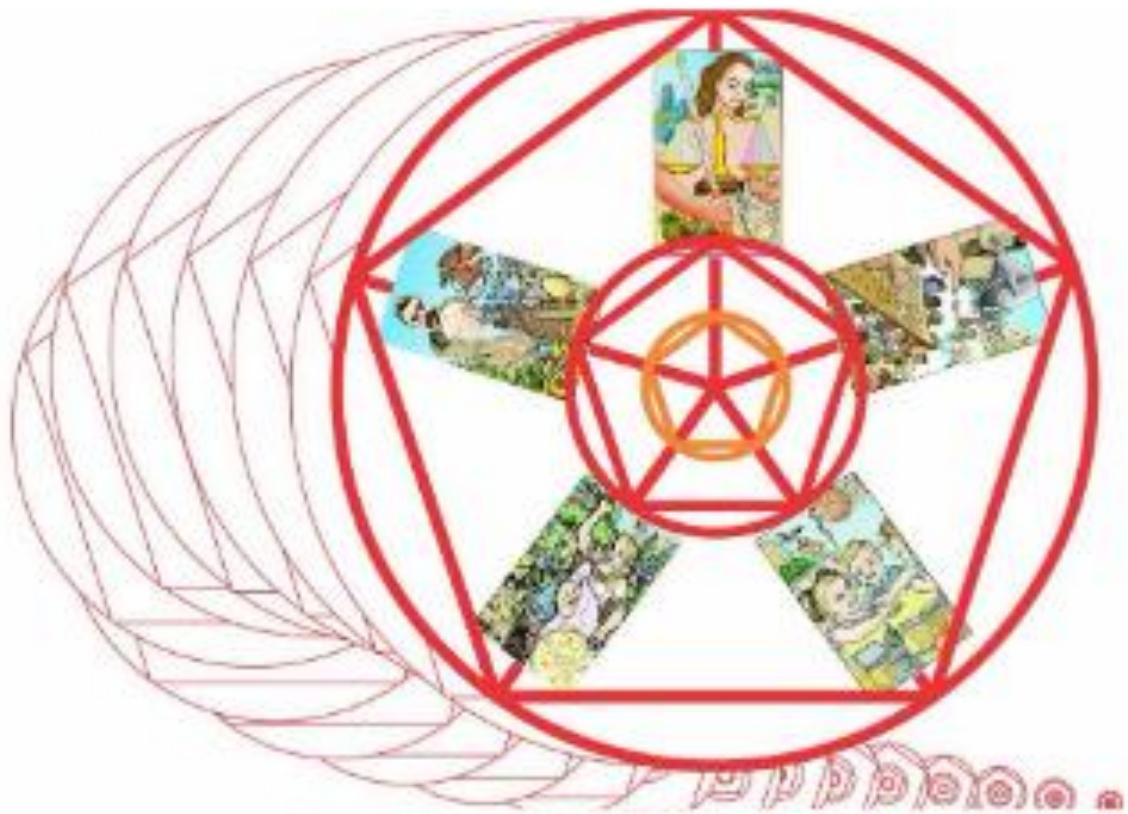


ESCUELA TRANSFORMADORA PARA LA PATRIA DIGNA

2do. de Preescolar



Educación popular, integral, humanista y científica

UNIDAD 3: La comunidad MÓDULO 1: La vivienda

Semana del 2 al 6 de noviembre 2020
(Lunes 2 de noviembre. Suspensión de labores)

MARTES 3 DE NOVIEMBRE 2020

SALUDO: Saluda a tu familia, di tu nombre y diles que te pica. Ejemplo: buenos días mamá, soy María y me pica la nariz... todos los integrantes de la familia se saludarán igual.

- FRASE DEL DÍA: "La salud humana es un reflejo de la salud de la tierra"
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: "Si la COVID-19 se propaga en su comunidad, manténgase seguro mediante la adopción de algunas sencillas medidas de precaución, por ejemplo, mantener el distanciamiento físico."
- FRASE DE LA ESCUELA: "Para lograr que la escuela sea útil y sabrosa, se planean acciones en las que no faltan los cantos, los juegos, la música llena de sentido popular y de expresión del desarrollo universal."
- TEMA GENERAL: SALUD INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL
- **Activación colectiva (comenzamos de arriba hacia abajo)**

*Lubricación de articulaciones: Mover la cabeza de un lado a otro de manera suave. 8 veces. Mover los hombros de arriba abajo suavemente. 8 veces. Elevar los brazos arriba- abajo. 8 veces. Con los brazos en la cintura mover de un lado a otro 8 veces. Flexionar las rodillas suavemente. 8 veces. Flexionar un pie arriba- abajo y cambiar de pie. 8 veces. Pararse de puntas. 8 veces. Balancearse mueva el cuerpo como si fuera una víbora que sube y baja

- Arrastre. 3 metros o más. Gatee 3 metros o más. Realice rodadas de leño 3 metros o más. Camine 3 metros o más. Trote 3 metros o más. Corra 3 metros o más. Hoy lunes haremos el siguiente ejercicio: Adoptar una postura cómoda sentado o parado. respire profundamente. Luego debe comenzar a mover la cabeza de derecha a izquierda con los ojos cerrados. De forma simultánea cerrar las manos y abrirlas.

- MISTICA:



- De pie, elevar una pierna flexionada al frente. La pierna de apoyo debe permanecer extendida y el tronco derecho
- Platica con tu familia sobre la importancia de cuidar la vista, para ello es importante tomar agua y alimentarse bien. Si consumes naranja, zanahoria, brocoli, pepino y arándanos te ayudan a tener una mejor salud visual. La manzanilla utilizala en baño ocular. Si tus ojos estan cansados ponte rodajas de pepino o papas.
- Realiza con tu familia el siguiente ejercicio para los ojos. Cerrar y abrir. Cierre los ojos lo más fuerte que pueda durante 5 segundos. Despues ábralos muchísimo, como si tuviera una expresión de sorpresa. Repita 5 veces.
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico **cuidado de la vista**: alimentación, iluminación, relajar, proteger, higiene, revisión.
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: vista protegida
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabra; ejemplo: vista protegida del sol

¿Qué es vista?

La vista es la habilidad para percibir las cosas, que se pueden observar o apreciar desde un lugar, especialmente paisajes, objetos, animales, flores, etc.

DISCIPLINA: DLI

- Lee las palabras :

Mario mirar mochila
salud vital cuerpo

- Elabora un dibujo lo que mas te gusta del lugar donde vives y escribe como se llama
- Coloca el dibujo que realizaste en algún lugar de tu casa
- Narra la historia de Mario

• Narra la historia de Mario (cuento) mostrando la lámina central.

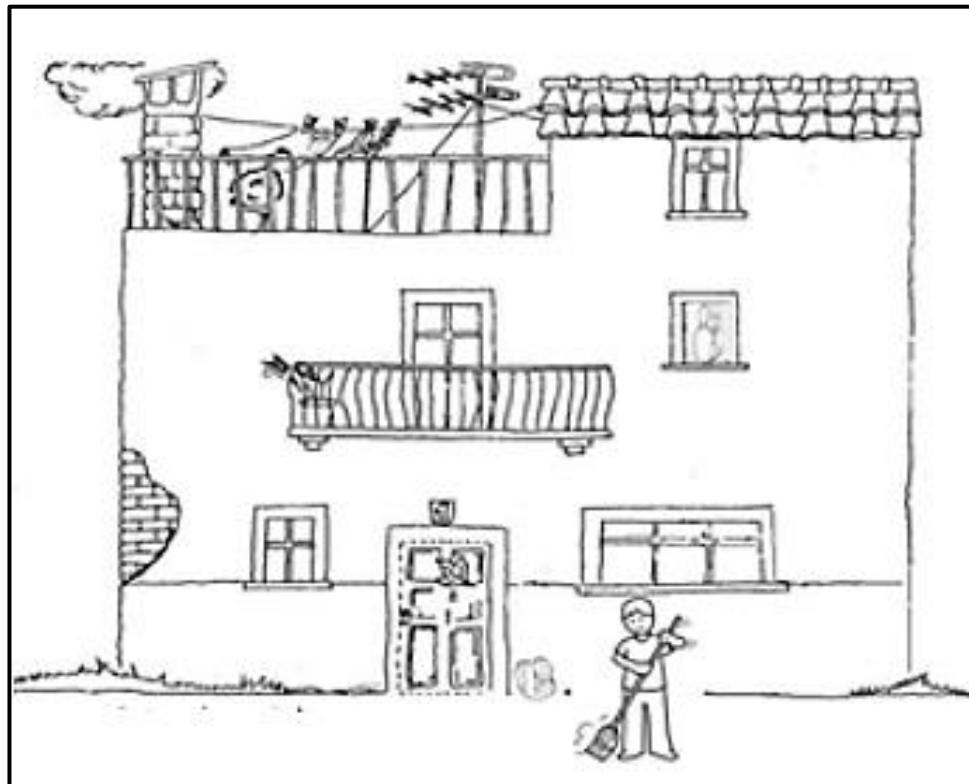
Mario es un niño que cuida su salud, porque se alimenta bien y hace ejercicio. A él le gusta el lugar donde vive, es un lugar pequeño, las viviendas son bonitas y pintorescas y limpio porque todas las personas limpian las calles, los parques y jardines. También le gusta el arroyo que pasa cerca de su casa, en ocasiones van de día de campo a ese lugar, **Mario** guarda en su **mochila** sus juguetes.

Su papá le dice que todos deben mantener limpio el campo y no tirar basura en el arroyo, porque es parte de la naturaleza y da vida, en las grandes ciudades hay mucha gente, no hay espacios naturales y viven en casas pequeñas, otras en condominios, porque las casas están construidas en edificios. Es importante tener una vivienda, aunque sea pequeña –dijo la mamá de Mario- para protegernos del frío, calor o lluvia, pero sobre todo para que la familia conviva. ¡Vamos a mirar los peces del arroyo! -Dijo la hermana de Mario- todos fueron a mirar que en la orilla del arroyo no sólo había peces, también miraron que hay plantas, insectos y árboles.

-vamos a la casa de tu abuelita- para comer con ella, y luego daremos otro paseo por la localidad, para que sigamos conociendo nuestra comunidad, y vamos a **mirar** cómo están construidas las viviendas.

Sabes que todos tenemos el derecho humano a una vivienda digna y adecuada consiste en el derecho a que tienan todas las personas a vivir en condiciones de seguridad, paz y dignidad en alguna parte.

- ¿Cómo es la casa donde vives y qué te gusta?
- **Actividad en libro,**
página 44
- Describe la imagen.



- Escribe la palabra Mario

Mario

Mario

Mario

Mario

DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

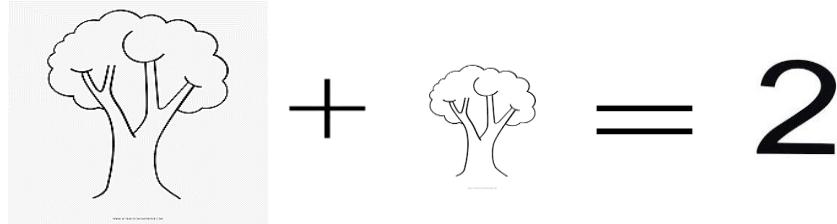
- Lee las palabras:

adición unir mas
juntar sumar

Una tarde Mario y su mamá están contando las ventanas, puertas y focos que hay en su vivienda. De pronto su mamá le dijo que ellos estaban sumando. Mamá, ¿qué es sumar? –pregunto Mario-. Su mamá le dijo que sumar es juntar, unir, o agregar 2 o más cosas para saber cuántas hay en total. También se le conoce como adición. Mario se puso feliz, porque estaba aprendiendo a sumar

- **Actividad: ¿Cuántos se miran?**
- **Jugar a contar todos los árboles, flores o carros que se miran alrededor de la casa. Cuenta los grandes y los dibujas, luego cuenta los pequeños y los dibujas y sumo el total. La suma se representa con el signo mas** 

Ejemplo:



DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

Mario puede correr, saltar, brincar, cantar y bailar, porque él como tú tiene dos pulmones, son los órganos más grandes del cuerpo y trabajan con tu aparato respiratorio, son los más importantes de nuestro cuerpo, así como también delicados, por lo que siempre es bueno mantenerlos sanos respirando aire fresco y evitando humos, vapores nocivos y demás elementos peligrosos.

Las partes de los pulmones son:

Tráquea:

Lóbulos

Bronquios

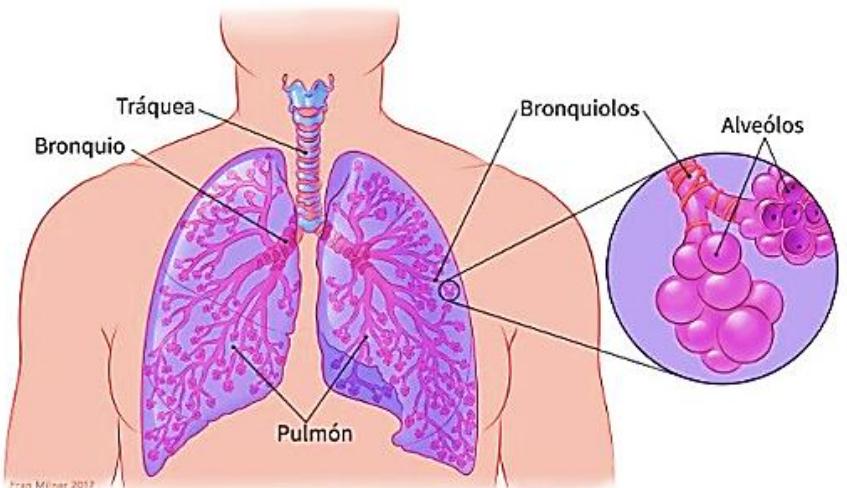
Bronquiolos

Alvéolos

Pleura

Diafragma:

Actividad: dibuja y colorea en tu cuaderno los pulmones.



¿Cuáles son las actividades que haces para cuidar la salud?
Las personas del lugar donde vives, ¿cómo cuidan la salud?

Miércoles 4 de noviembre 2020

- SALUDO: Saluda a tu familia diciendo tu nombre y haciendo un gesto y la persona que te conteste debe repetir el gesto que hagas
- FRASE DEL DÍA: "Mantener el cuerpo con buena salud es un deber, de lo contrario no seremos capaces de mantener nuestro cuerpo y mente fuertes y claros."
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Si el COVID-19 se propaga en su comunidad, manténgase seguro mediante la adopción de algunas sencillas medidas de precaución, por ejemplo, usa bien el cubre bocas
- FRASE DE LA ESCUELA: "En la escuela se fortalece el sentido de identidad."
- TEMA GENERAL: SALUD INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

ACTIVACIÓN FÍSICA: ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del martes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy miércoles haremos este ejercicio: Oreja-Barbilla: En este ejercicio, se toca la barbilla con una mano y, por afuera, la oreja con la otra mano, luego se cambia. Realiza este ejercicio marchando en tu lugar.

- MÍSTICA: **rimas**

Raro es, raro es
que estornudes
con los pies.

Dice la liebre teresa
Que te rasques las
orejas.

Dice el gato Roberto
Que bailes con todo el
cuerpo.

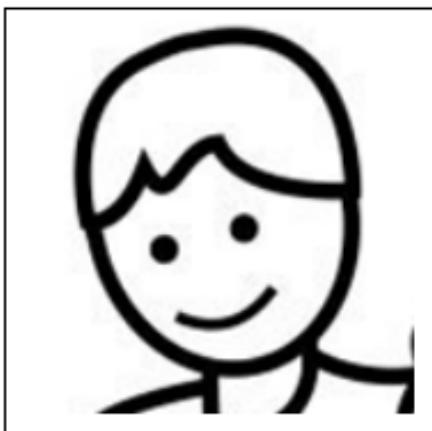
- De pie, elevar una pierna flexionada al frente. La pierna de apoyo debe permanecer extendida y el tronco derecho.
- Platica con tu familia cuál es la distancia adecuada que debemos tener para cuidar la vista; por ejemplo: del libro, computadora y tablet. La distancia de lectura adecuada para evitar enfermedades de superficie de la vista debe ser de al menos 35-40 centímetros entre nuestros ojos y el libro, tablet o teléfono, para ver programas televisivos o películas es recomendable tener un espacio de entre 1,5 metros y 2 metros. No debes tocarte ni frotarte los ojos con las manos, ya que podrías exponerlos a infecciones. La mejor luz para estudiar es la del sol, preferiblemente a través de su reflejo o de cortinas que atenúen su potencia.
- Con tu familia realiza los siguientes ejercicios con los ojos. Haga que sus ojos giren con sentido a la derecha cinco segundos y después a la izquierda.
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de nombres propios con **m**: Manuel, Mirna, Memo, Mónica, Mariana
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: Manuel cuida
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabra; ejemplo: Manuel cuida sus ojos

DISCIPLINA DLI

- Lee las palabras :

Mario mirar mochila
salud vital cuerpo

- **Narra la historia de Mario cambiando algunos hechos (cuento)**
- **Actividad en libro página 45**
- Lee y marca las palabras escritas en las líneas



Mario

mirar

Mochila

- Escribe las palabra mirar

mirar

mirar

mirar

Minikam

DISCIPLINA SOCIEDAD Y CULTURA

- Lee las palabras:

Comunidad tradición costumbre
fiesta convivir

En la comunidad donde vive Mario, celebran fiestas conocidas como tradiciones. ¿Qué es tradición? es una creación, actividad o costumbre, que se transmite de generación en generación al interior de una comunidad. Existen tradiciones familiares, tradiciones locales y tradiciones nacionales y que forma parte de la identidad. Por ejemplo; una tradición familiar puede ser: festejar cumpleaños, limpiar la casa los sábados, reunirse con los abuelitos, tíos, primos, en determinado tiempo, visitar algún lugar, asistir a la feria, etc. Pero también en la comunidad tiene tradiciones.

- Actividad: platica y dibuja en tu cuaderno o recorta cuáles son las tradiciones que festejan en tu familia

Investiga:

- ¿Qué se conmemora y festeja en mi colonia o comunidad?
 - ¿Cuándo, porqué y cómo?



DISCIPLINA ALIMENTACIÓN SANA

La familia de Mario todos los días comen algún cereal, son semillas o granos como el arroz, la avena, el centeno, la cebada, el trigo, sorgo y maíz

Los cereales son plantas de la familia de las gramíneas. Se caracterizan porque la semilla y el fruto son prácticamente una misma cosa: los granos de los cereales. Son importantes en la alimentación de las personas y de algunos animales.



Es una semilla formada por varias partes:



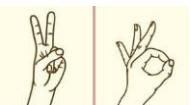
- Observa en tu cocina cuales cereales de grano entero tienes.
- ¿En que se parecen?
- ¿Los has probado alguna vez?
- ¿Cuál cereal te gusta más cuando lo prepara tú mamá?
- Recorta o dibuja el cereal que más te gusta

¿Cuál es la importancia de preservar la medicina tradicional para el cuidado de la vista?

¿Cómo es la vivienda donde vives y qué cambios te gustaría hacerle?

Jueves 5 de noviembre 2020

- SALUDO: saluda a tu familia haciendo una acción: brincando, saltando, cantando, bostezando, silbando,
- FRASE DEL DÍA: "La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no simplemente la ausencia de infecciones o enfermedades."
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Si el COVID-19 se propaga en su comunidad, manténgase seguro mediante la adopción de algunas sencillas medidas de precaución, por ejemplo, ventilar bien las habitaciones.
- FRASE DE LA ESCUELA: "En la escuela se recupera, crea y recrea las manifestaciones artísticas del pueblo".
- TEMA GENERAL: SALUD INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del martes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos este ejercicio: Haga con los dedos de la mano derecha el símbolo de la paz y con los de la izquierda, la señal de "está bien ". Después mude alternadamente la posición de los dedos para que la mano izquierda muestre" paz ", y la derecha, "está bien". Debe repetirlo varias veces con las dos manos, no se desespere y tómese su tiempo.
- MISTICA: OBSERVA LAS IMÁGENES y comenta con tu familia. Qué piensas sobre el cuidado de la boca



- De pie, elevar una pierna flexionada al frente. La pierna de apoyo debe permanecer extendida y el tronco derecho.
- Observa tus dientes y los de algún familiar, comenten en familia como debe ser el cuidado bucal, como: Cepillarse los dientes la lengua y encías tres veces todos los días, cambiar el cepillo de dientes con regularidad, usar hilo dental, visita a tu dentista, cuando las condiciones de la pandemia lo permitan y no representen riesgo, excepto urgencias.
- Cepilla tus dientes, la lengua y las encillas
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de plantas con **m**: malva, melisa, menta, maguey, mimosa
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: malva rosa
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabra; ejemplo: malva planta medicina

¿Qué es la higiene bucal?

La higiene bucal es muy importante, pues nos ayuda a eliminar estas bacterias y así prevenir enfermedades como la caries o la gingivitis (inflamación de encías). Los dientes deben cepillarse cada vez que se ingieren alimentos.

DISCIPLINA: DLI

Lee las palabras:

Mario mirar mochila
salud vital cuerpo

- Narración de la historia por los niños.
- Escriba en el cuaderno los enunciados que el niño le dicte con las palabras de estudio: **Mario, mirar, mochila**
- **Actividad en el libro. página 46**
 - Escribe la palabra mochila

mochila

mochila

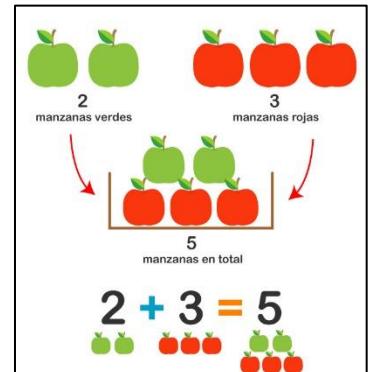
mochila

mochila

DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

adición unir mas juntar sumar

Mario recuerda que su mamá le comentó que sumar es unir, juntar o agregar, él quiere sumar todas las cosas que hay en su casa, las frutas, verduras, muebles, ventanas, puertas, hojas de los árboles, porque quiere aprender. Entonando una canción dijo en voz alta “Sumar es juntar dos o más cosas en un grupo, para saber cuántas hay en total”



Actividad: Cuenta los cuartos que tiene tu casa, dibújalos, a cada cuarto dibújale una puerta y una ventana.

¿Cuántas ventanas y puertas en total dibujaste?

DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

En La casa de Mario llegó una grata visita, ¡su abuelita!, ella estaba feliz al ver que su nieto está bien de salud. Le platico a Mario como proteger a los pulmones en esta época de contagios por la pandemia y por el cambio de clima. Ella le dijo que:

- Todos debemos tomar 8 vasos de agua al día. No debemos permitir que se reseque la mucosa de la nariz cuando baja la temperatura porque no hacen bien su función, con lo que llegan más impurezas al pulmón y hay más riesgo de enfermedades respiratorias. Cúbrete la boca y la nariz con una bufanda para evitar que el aire frío y seco llegue a los pulmones.
- Debemos preparar vaporización con eucalipto, tomar té de oregano, hierbabuena, romero, sauco, gordolobo, para cuidar a los pulmones o para curar las enfermedades respiratorias.

Actividad: Ejercicios para mejorar tu salud pulmonar

Colócate de pie con los brazos a ambos lados del cuerpo. Inhala por la nariz en tres respiraciones cortas, y levanta los brazos por encima de tu cabeza. Exhala por la boca, mientras que bajas los brazos hacia los lados. Repite este ejercicio de 10 a 15 veces.

¿Qué té s podemos tomar para prevenir enfermedades?
¿Por qué es importante que haya ventilación en las casas?

Viernes 6 de noviembre 2020

- SALUDO: Saluda a tu familia y haciendo el sonido de un animal: por ejemplo: buenos días mamá, croac, croac, croac. Miau, miau, miau. Gua, gua, gua, pio, pio, pio. Etc.
- FRASE DEL DÍA: " Una vida sin salud es como un río sin agua"
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Si el COVID-19 se propaga en su comunidad, manténgase seguro mediante la adopción de algunas sencillas medidas de precaución, por ejemplo, lavarse las manos y, al toser, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo".
- FRASE DE LA ESCUELA: "La escuela es un espacio cultural y promotora de una sociedad feliz."
- TEMA GENERAL: PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del martes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy viernes haremos este ejercicio: con música tocar enérgicamente la rodilla izquierda con el codo derecho y viceversa, girando hacia la derecha y luego a la izquierda, caminando hacia el frente y hacia atrás.
- MISTICA: **rimas**

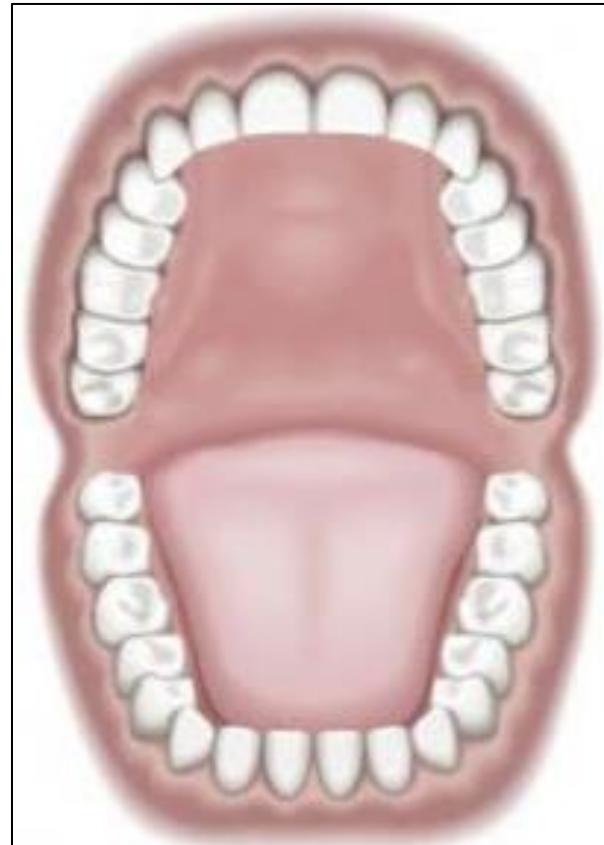
Raro es, raro es
que estornudos
con los pies

Dice la liebre teresa
Que te rasques las orejas

Dice el gato Roberto
Que bailes con todo el
cuerpo

- De pie, elevar una pierna flexionada al frente. La pierna de apoyo debe permanecer extendida y el tronco derecho.
- Platicar en familia sobre los alimentos para una buena salud bucodental como: la leche y todos sus derivados aportan calcio a los dientes, frutas y verduras facilitan la eliminación de la placa bacteriana y los restos de comida, el Agua, estimula la salivación, el té tiene una doble aportación: flúor, para el refuerzo del esmalte, y combatir las bacterias
- Observa la imagen y cuenta cuántos dientes y muelas tiene un ser humano
- Repite el siguiente trabalenguas: Tito toma té, Tito toma mate, y yo me tomo un rico chocolate.
- Escribe en tu cuaderno 2 palabras de campo semántico de cosas que comiencen con la letra **m** ejemplo: miel, mapa, meta, mesa, muslo
 - Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabra; ejemplo: mesa café

Escribe en tu cuaderno 2 Trinas palabra;
ejemplo: mesa café de madera



DISCIPLINA: DLI

- Lee las palabras

Memo mirar mochila
salud vital cuerpo

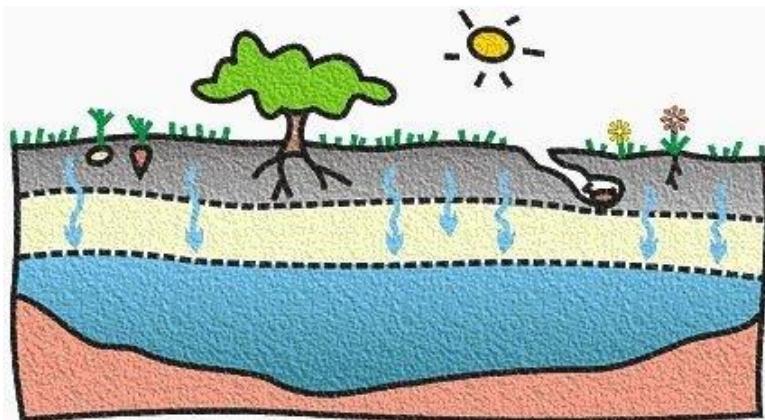
Leer los enunciados e identificar las palabras en estudio

Mario limpia su casa
Todos van a mirar el arroyo
La mochila está grande

- Dictar las palabras de estudio a los niños para que las escriban. Mario, mirar, mochila
- **Actividad en el libro 47**

DISCIPLINA: ECOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE

Mario aprende que en la comunidad donde vive hay agua subterránea es la que se encuentra bajo la superficie de la tierra y ocupa los poros y las fisuras de las rocas más sólidas. Se mueve lentamente hacia los niveles bajos, generalmente en ángulos inclinados (debido a la gravedad) y finalmente llegan a los arroyos, los lagos y los océanos.



- Actividad: En una coladera, tela delgada o tul coloca arena, luego vacía agua sobre la arena, observa como el agua se filtra a través de la arena y cae al suelo formando un charco o corre formando una corriente.

DISCIPLINA: ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

Con ayuda de mamá elabora una escoba con botellas recicladas
Así le daremos otro uso a lo que se pudo convertir en un contaminante para nuestra comunidad.

- 1.-Recupera 6 o más botellas de plástico largas del color que prefieras
 - 2.- A 4 botellas les cortaras la boquilla y la base como se muestra en cuadrito 1 y 2
 - 3.- A 5 botellas les harás cortes a lo largo como barbas, dejando una al final completa
 - 4.- en el cuadro 6 se muestra como las debes insertar sobre la botella que le dejaste boquilla
 - 5.- tomaras la última botella y dejaras boquilla y la cortaras a la mitad será la protectora de todas y la que va al final
 - 6.- calentarás un alambre y harás 2 perforaciones para sujetarlas con un alambre
 - 7.- calienta con una vela la boquilla para que puedas blandir el plástico e inserta un palo de escoba que reutilizaras.
- Listo ¡te sorprenderá su eficacia para barrer.



(Pense de novo)

- Composición literaria: Elabora un cuento adivinanza, poema, rima o una canción
- Elabora una pancarta sobre la importancia de la salud y medicina tradicional.
- Elabora un cartel “La comunidad y la buena salud”
- Prepara con tu familia pasta dental casera con sal marina

Reúne los ingredientes. Para esta receta, necesitarás 2/3 de taza de bicarbonato de sodio, una cucharadita de sal marina fina, 1 o 2 cucharaditas de extracto de menta o té de menta, agua purificada

Mezcla 2/3 de taza de bicarbonato de sodio y 1 cucharadita de sal marina. Agrega algunas gotas del té de menta. Puedes usar otros sabores.

