



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 utilízala 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. Después 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.**

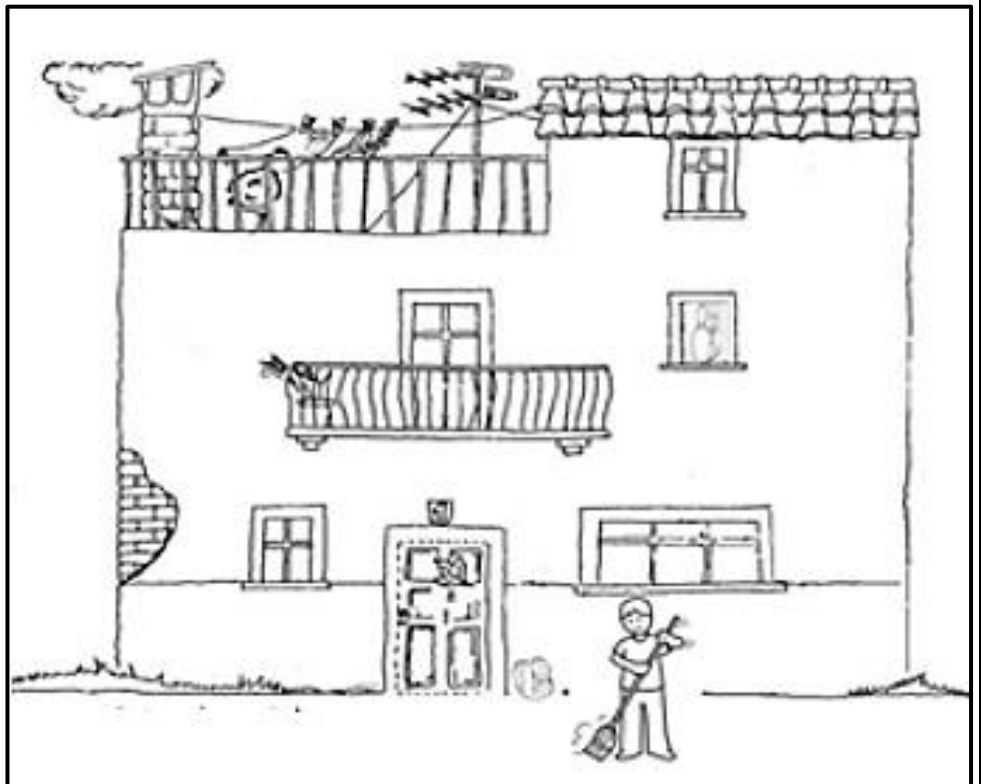
Mario es un niño que cuida su salud, porque se alimenta bien y hace ejercicio. A él le gusta el lugar donde vive, es un lugar pequeño, las viviendas son bonitas y pintorescas y limpio porque todas las personas limpian las calles, los parques y jardines. También le gusta el arroyo que pasa cerca de su 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 tienen 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

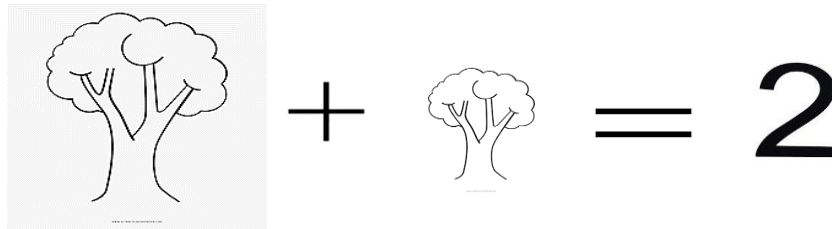
DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

- 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

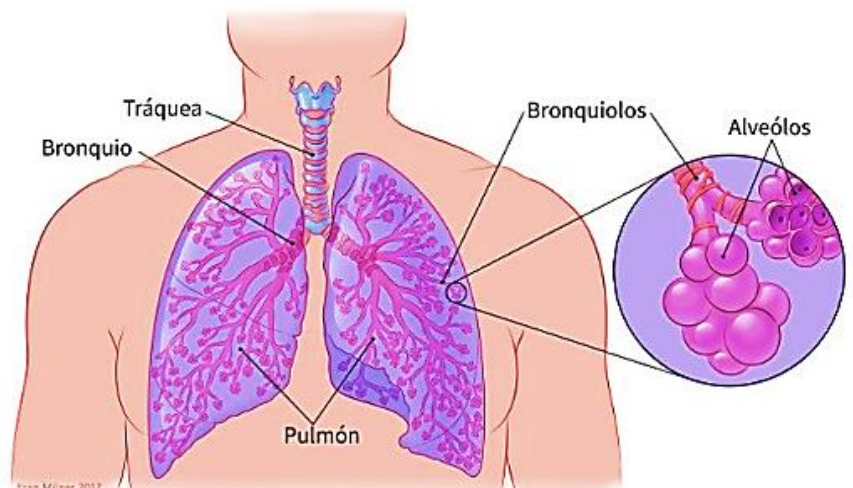
Bronquiolos

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.

- MISTICA: **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.

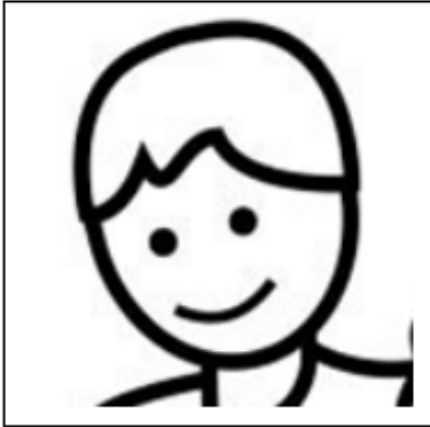
- De pie, elevar una pierna flexionada al frente. La pierna de apoyo debe permanecer extendida y el tronco derecho.
- Platica con tu familia cuál es la distancia adecuada que debemos tener para cuidar la vista; por ejemplo: del libro, computadora y tablet. La distancia de lectura adecuada para evitar 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

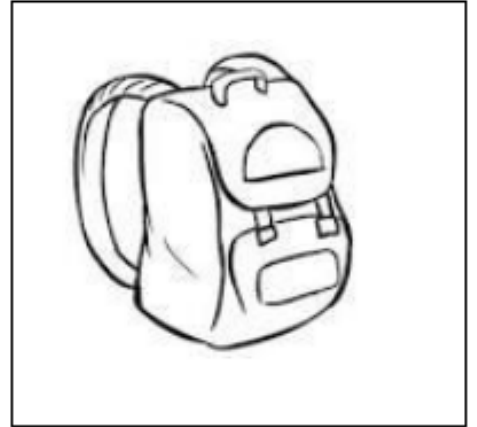
- Narra la historia de Mario cambiando algunos hechos (cuento)
- Actividad en libro página 45
- Lee y marca las palabras escritas en las líneas



Mario



mirar



Mochila

- Escribe las palabra mirar

mirar

mirar

mirar

mirar

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?

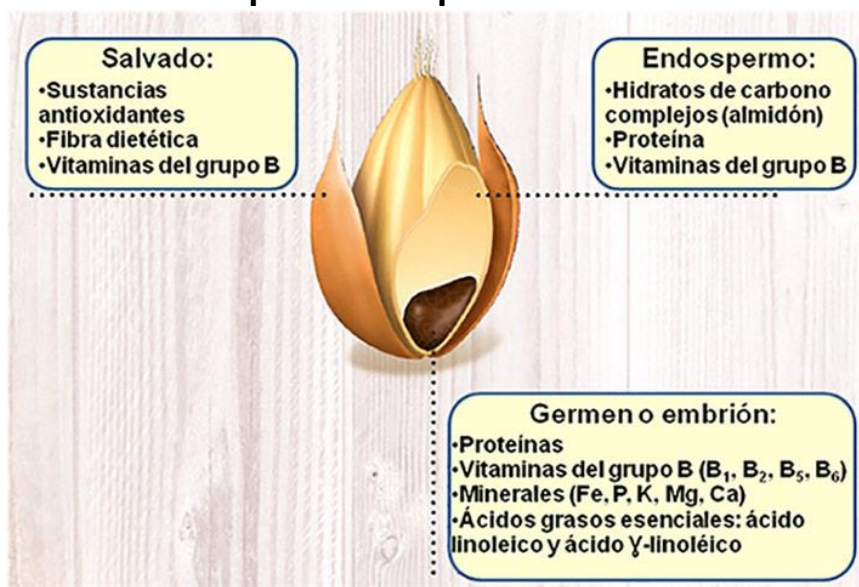
DISCIPLINA ALIMENTACIÓN SANA

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:

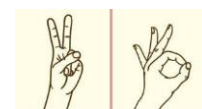


- Observa en tu cocina cuales cereales de grano entero tienes.
- ¿En que se parecen?
- ¿Los has probado alguna vez?
- ¿Cuál cereal te gusta más cuando lo prepara tú mamá?
- Recorta o dibuja el cereal que más te gusta

¿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 encías
 - 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

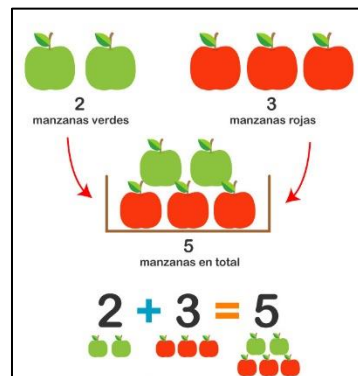
mochila

mochila

DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

adición unir mas juntar sumar

Mario recuerda que su mamá le comento 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 esta bien de salud. Le platico a Mario como proteger a los pulmones en está 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 tés 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, caminado hacia el frente y hacia atrás.

- MISTICA: **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.
- 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

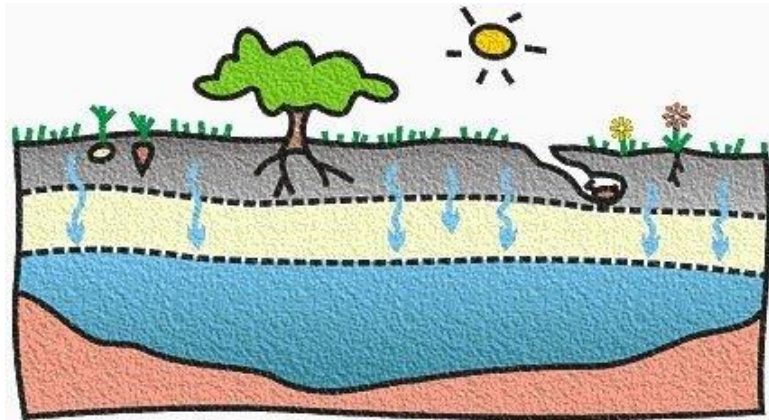
Leer los enunciados e identificar las palabras en estudio

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 cuadrado 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.- calentaras un alambre y harás 2 perforaciones para sujetarlas con un alambre
- 7.- calienta con una vela la boquilla para que puedas ablandar 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.

