

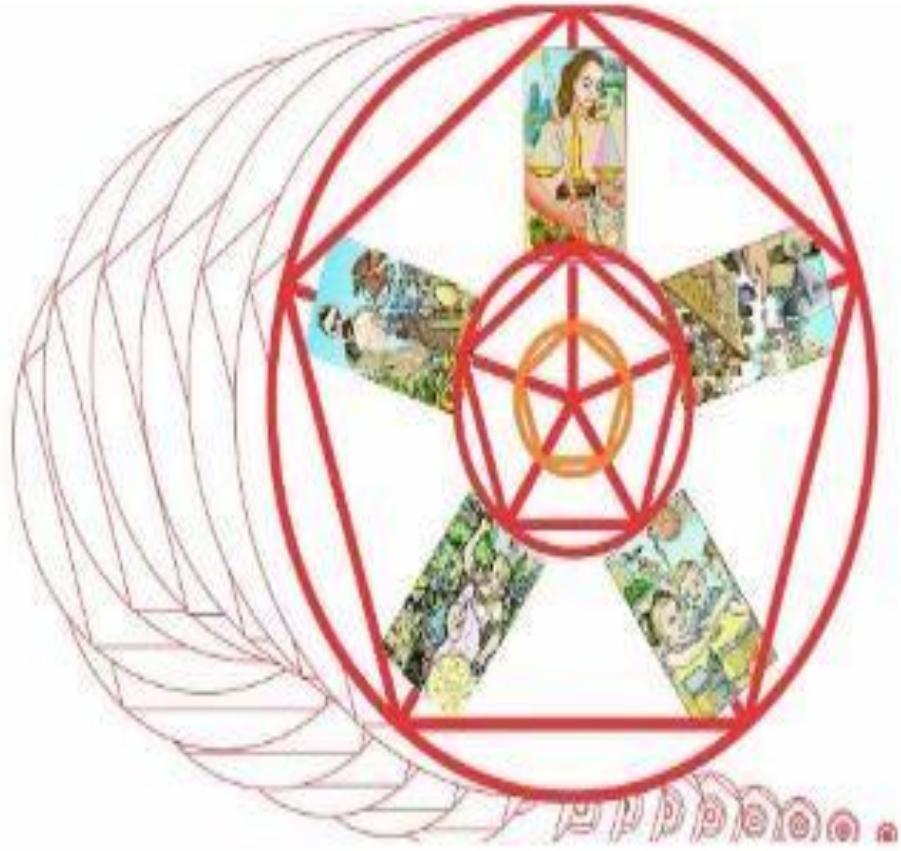
RECORDEMOS LA 1^a. Y 2^a. UNIDAD

RUTA DIDÁCTICA O CARTILLA DE TRABAJO EN CASA

del 02 al 06 de noviembre 2020



3^{ro}. de Preescolar



Educación popular, integral, humanista y científica

“Escuela transformadora para la patria digna”

Lunes 02 de noviembre (suspensión)

* **Activación física:** Se recomienda para este momento contar con el espacio necesario para realizar todos los días la ruta metodológica para el desarrollo neuronal pleno

1.-FLEXIBILIDAD Y ESTIRAMIENTO. Seguir esquema



2.-CALENTAMIENTO (El calentamiento consiste en la preparación de nuestro cuerpo para realizar cualquier actividad física. El calentamiento debe de ser progresivo, de menos intensidad a más intensidad. Debemos estar concentrados para evitar movimientos bruscos que puedan lesionarnos y seguir una rutina para que no quede ninguna parte del cuerpo fría)



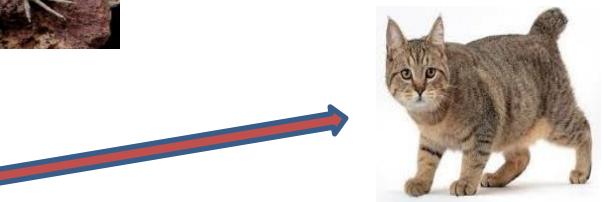
3.-MOV. TRONQUIAL O MECIDA (ANFIBIO)



4.-REPTAR O ARRASTRE (REPTIL)



5.-GATEAR (CUADRUPEDO)



6.-POSICION TOTALMENTE ERGUIDA (HUMANO)



7.-BRAQUEO (PASAMANOS)



8.-CAMILATA, MARATON Y CARRERA. (CORRER ES LA FUNCION MÁS ELEVADA DEL SER HUMANO EN MOTRICIDAD).

9.-RESPIRACION (CON EL EJERCICIO PODEMOS DESARROLLAR LA RESPIRACION PROFUNDA)



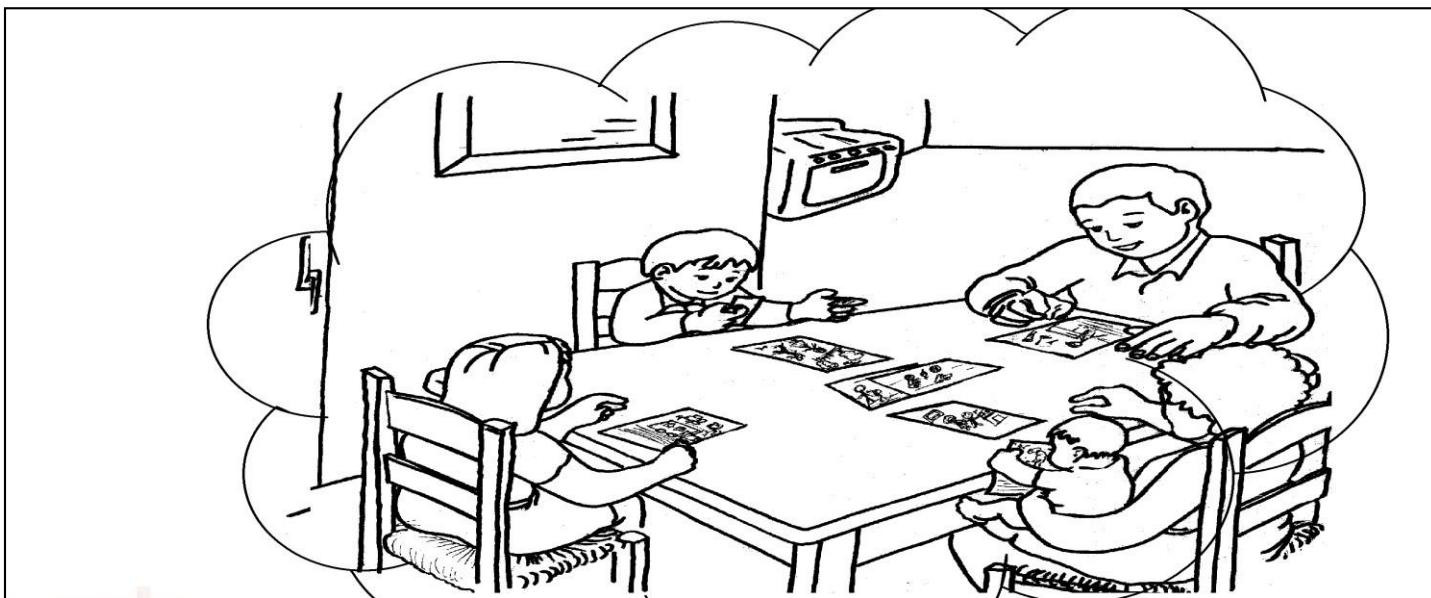
10.-HIDRATACION



Martes 03 de noviembre 2020

Retomaremos toda la semana la ruta metodológica.

Disciplina: DLI



¿Recuerdas cómo se llama cada uno de los miembros de la familia de **Omar**?
Escribe el nombre de cada uno.

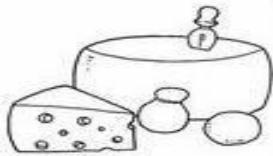
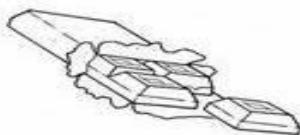
Disciplina: ciencia

La tierra planeta donde vivimos: identifica y marca con una X color rojo



Disciplina: Alimentación Sana

¿Cuál alimentación prefieres ¿ ilumina

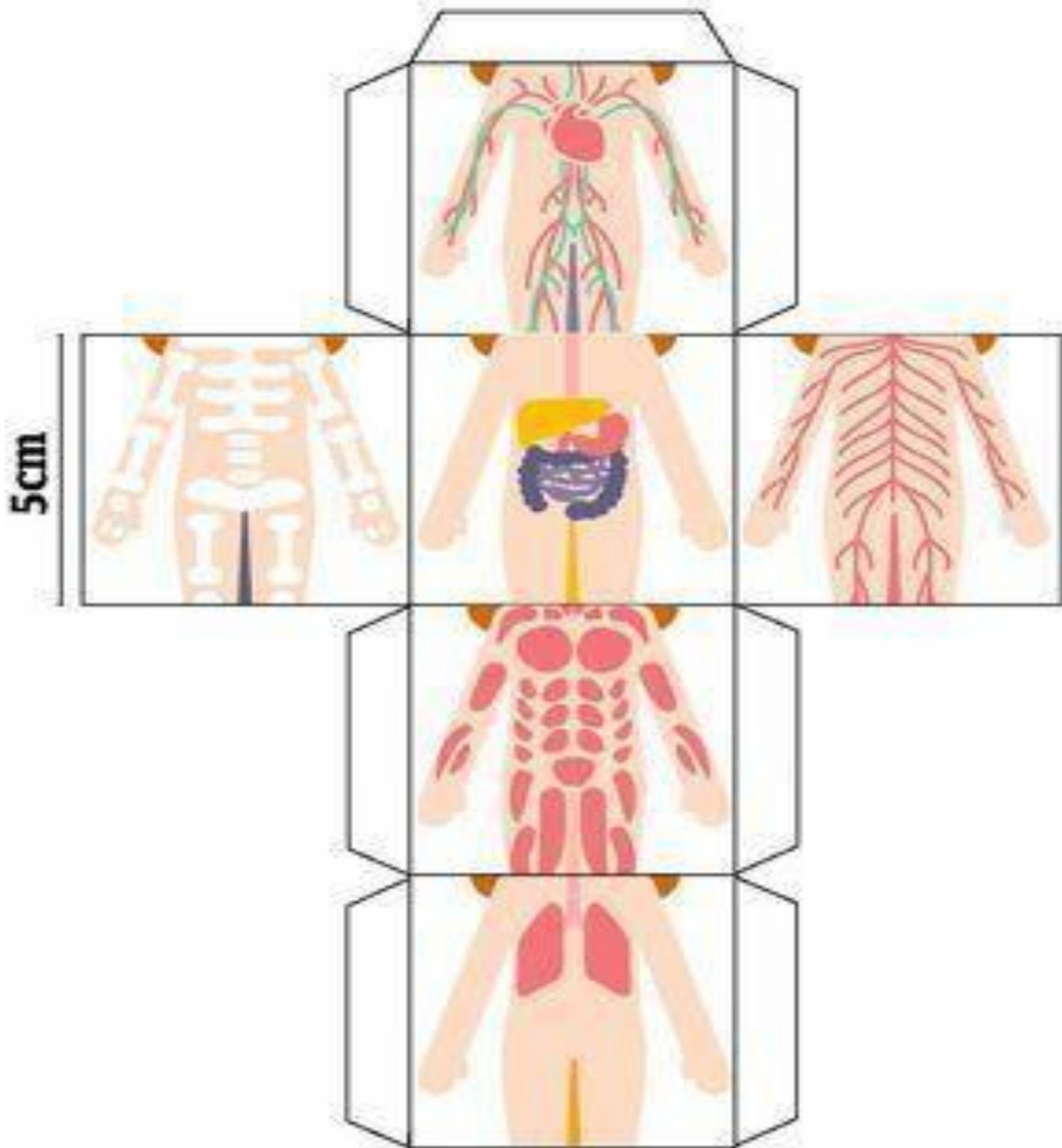


Dibuja libremente .

Miercoles 04 de Noviembre

- Activación física familiar; **Se retomará la ruta del día lunes para todos los días.**

DISCIPLINA: MATEMATICAS



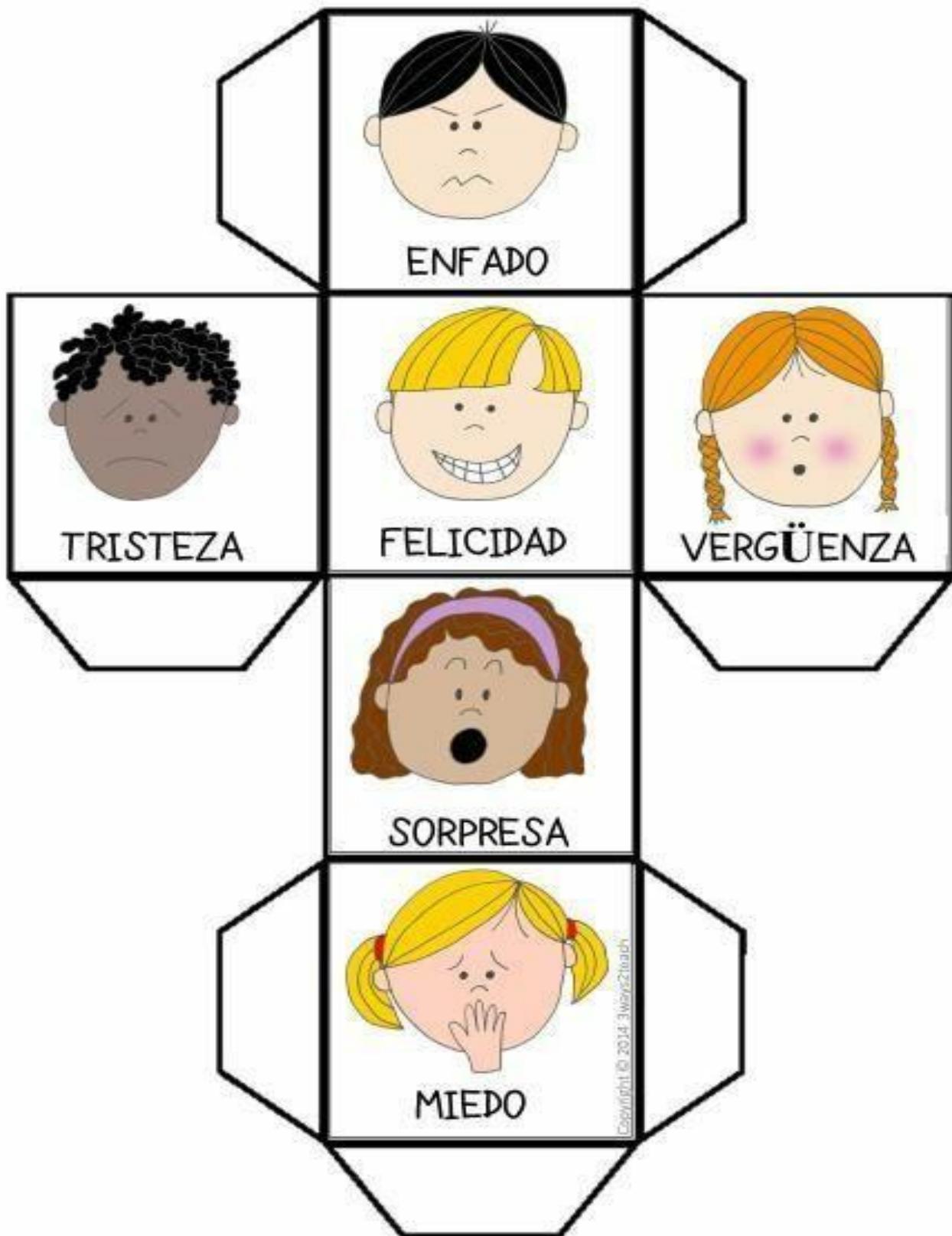
Recorta, arma el cubo con el rompecabezas del cuerpo humano y comenta con tu familia cuales sistemas están representados

Concepto:

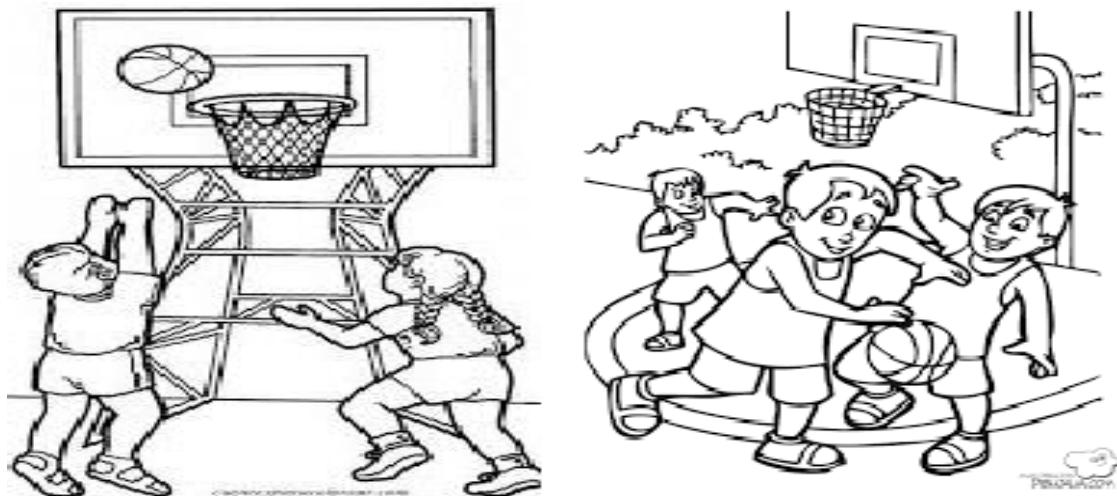
Un sólido o **cuerpo geométrico** es una figura geométrica de tres dimensiones (largo, ancho y alto), que ocupa un lugar en el espacio y en consecuencia, tienen un volumen. Son sólidos **geométricos** de muchas caras, que contienen los siguientes elementos: caras, aristas, vértices.

Disciplina: Salud Comunitaria Integral

Recorta, arma el cubo con el rompecabezas de las emociones y comenta con tu familia cuales prefieres tu.



Abraza muy fuerte a cada uno de los miembros de tu familia y expresa que es lo que te agrada de ellos.



¿Recuerdas a Natalia y sus amigos deportistas?

Pega recortes de revistas, folletos o periódicos con el deporte que más te gusta o que prácticas.

Escribe **tu nombre** en la hoja de los tres momentos



Jueves 05 de noviembre

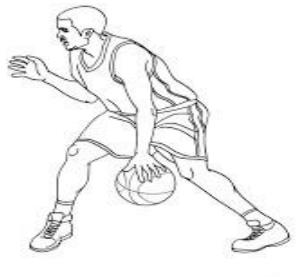
Disciplina: DLI

Para practicar deportes se ocupan ciertas herramientas o materiales, incluso lugares determinados

Relaciona la imagen con la palabra.



Futbol



Beisbol



Volibol

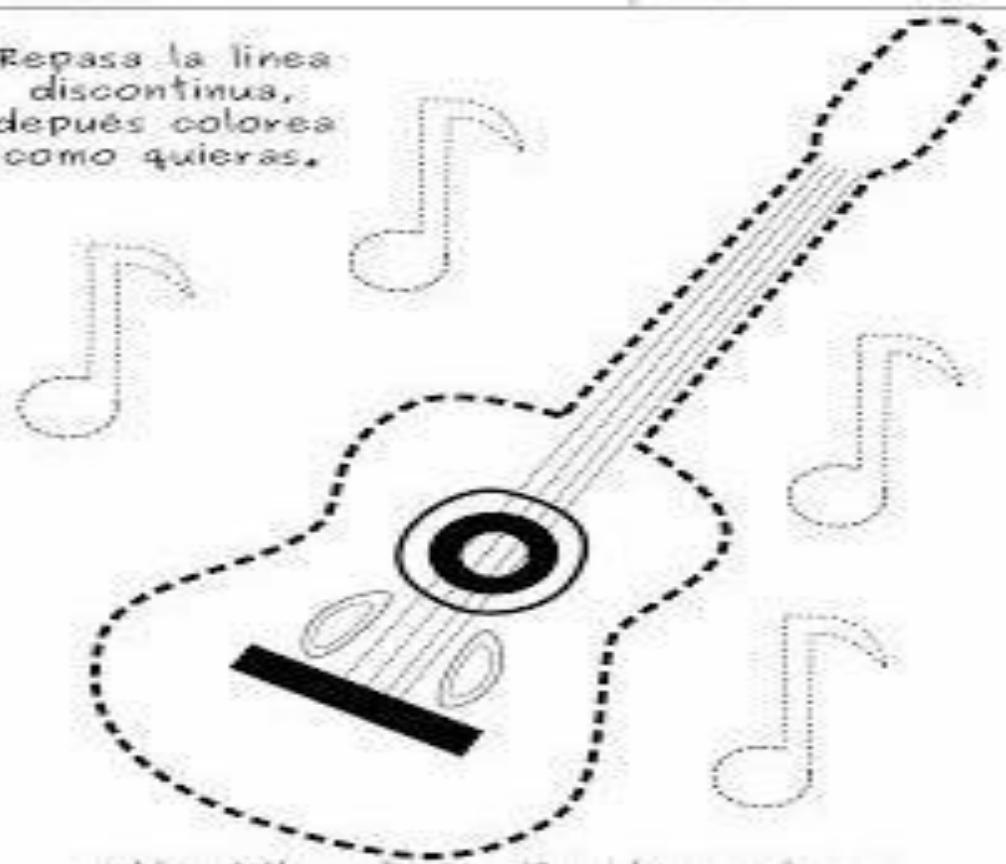


Básquetbol

Escribe el nombre de una de las partes del cuerpo que recuerdes en la libreta de 3 momentos

→

Repasa la linea discontinua, después colorea como quieras.

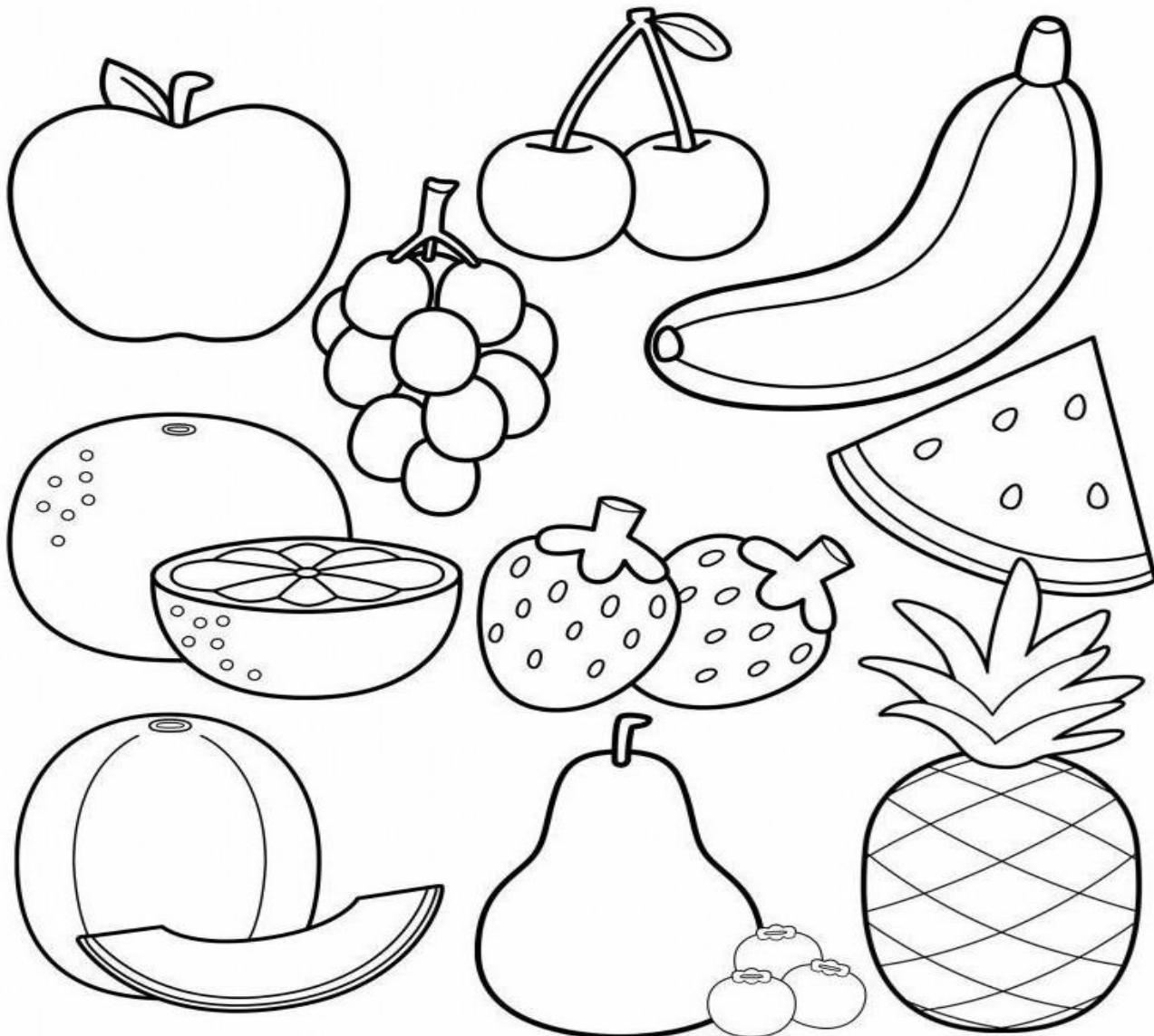


Dibuja uno de los instrumentos que recuerdas, trabajamos en nuestro cuadernillo de ejercicios.

Disciplina: Alimentación Sana

Los frutos **carnosos** son aquellos en los que la parte exterior que se encarga de recubrir a las semillas (pericarpio) es jugosa, en ocasiones fibrosa.

Observa las frutas, ilumínalas con el color que les corresponde y encierra con color rojo las más carnosas



Viernes 06 de Noviembre

Disciplina: DLI

Encuentra las palabras de las frutas y enciérralas **con el color de la fruta**

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P | Ñ | D | P | F | S | E | V | L | Y |
| A | M | P | F | M | A | K | C | Ñ | Z |
| P | O | L | L | E | N | P | N | X | L |
| A | E | A | Y | L | D | E | X | V | I |
| Y | A | T | L | O | I | R | U | M | M |
| A | Y | A | G | N | A | A | J | O | O |
| M | A | N | Z | A | N | A | U | C | N |
| N | A | O | H | B | A | N | A | N | O |
| F | M | A | N | D | A | R | I | N | A |
| G | W | C | N | A | R | A | N | J | A |

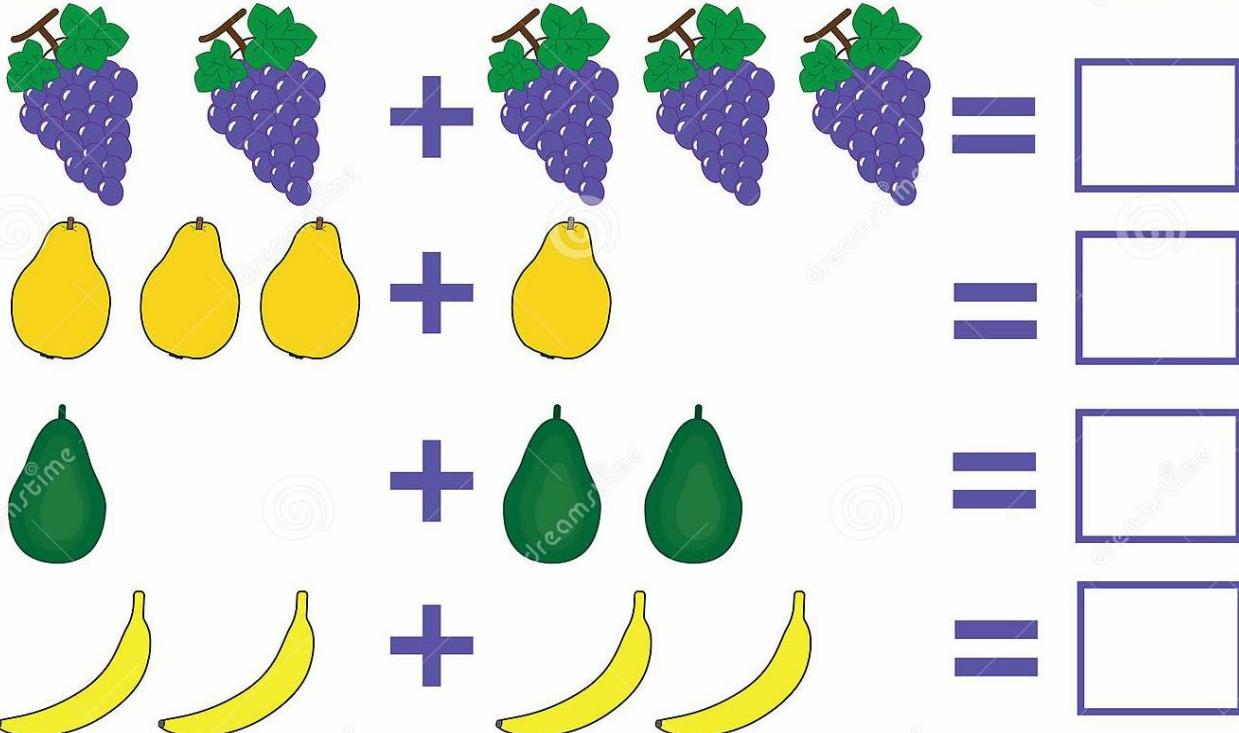
BANANO
LIMON
MANDARINA
MANZANA
MELON
NARANJA
PAPAYA
PERA
PLATANO
SANDIA

Escribe en tu libreta de los tres momentos la palabra **mandarina**.

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |

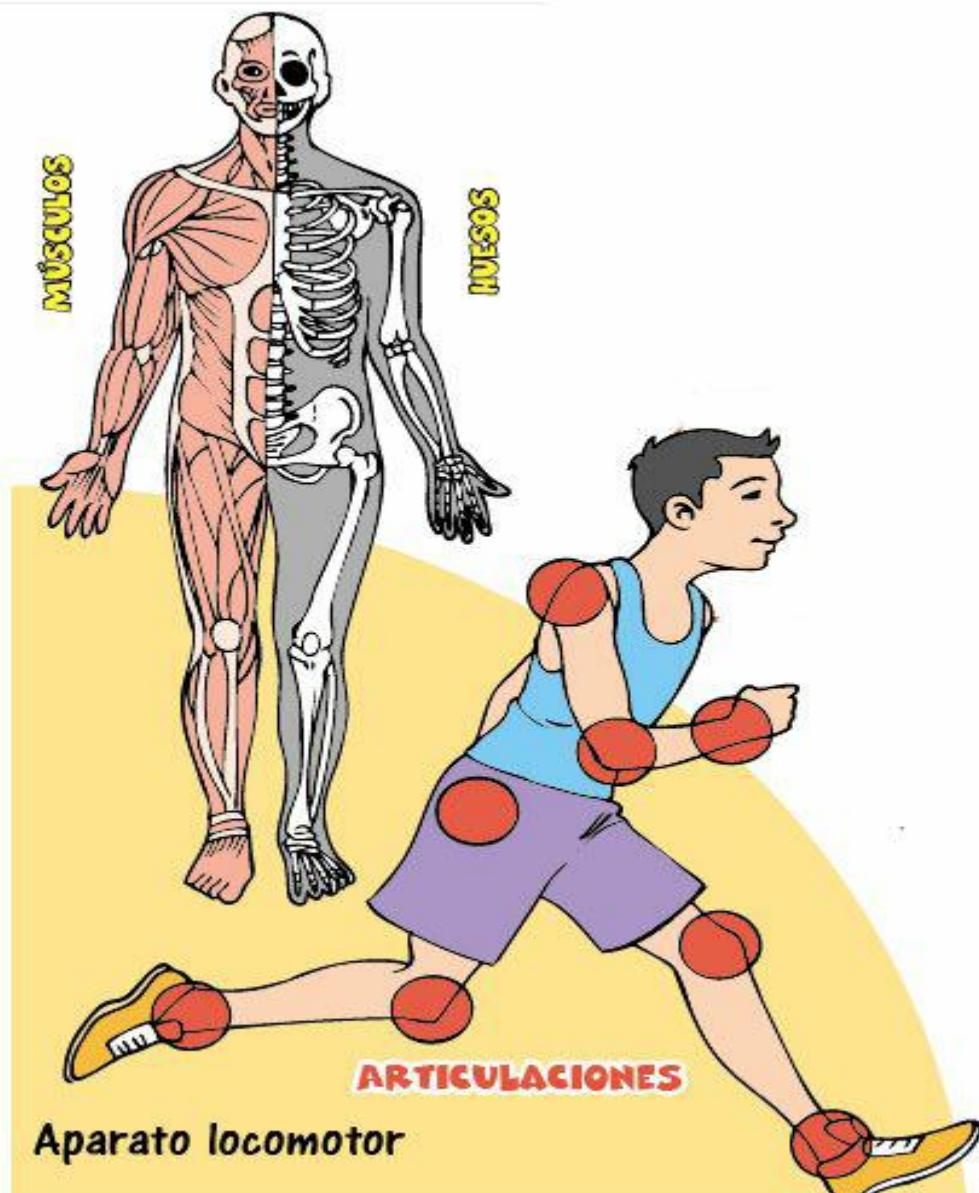
Disciplina: matemáticas

Realiza las operaciones de adición y escribe el resultado en el cuadro

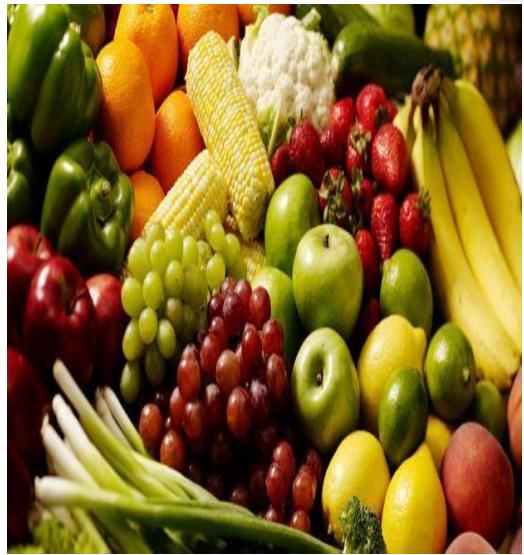


DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA

Las articulaciones son el punto de unión entre dos o más huesos, que se encarga de constituir puntos de unión entre los componentes del sistema óseo y facilitar movimientos mecánicos, proporcionándole elasticidad y plasticidad al cuerpo, además, permiten el crecimiento del encéfalo.



Actividad transformadora



La importancia de aumentar el consumo de frutas y verduras durante el covid 19

La Universidad Nacional Autónoma de México explica que es necesario aumentar el consumo de vegetales y disminuir el uso de tabaco y alcohol para mejorar el sistema inmune

En México nos encontramos en la pandemia ocasionada por el nuevo [coronavirus](#) o Covid-19 en la que se espera el mayor número de

contagios por esta enfermedad, por lo que debemos mantener las medidas implementadas con la Jornada Nacional de la Sana Distancia.

La [alimentación](#) juega un papel importante para mantener nuestro [sistema inmune](#) fuerte y es necesario aumentar el consumo de frutas y verduras durante esta tercera fase de acuerdo con especialistas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

En el programa “La UNAM responde” del canal universitario, el académico Carlos Rosales, del Instituto de Investigaciones Biomédicas (IBM) de la UNAM señaló que es importante aumentar el consumo de [frutas](#) y verduras para reforzar el sistema inmunológico y estar mejor preparados para combatir el nuevo [coronavirus](#).

“La mejor forma de mejorar el sistema inmune es tener un estado general de salud bueno. Hay que tratar de comer bien, comer más frutas y [verduras](#) beber mucha agua, si mantenemos un estado de ánimo positivo nuestro sistema inmunológico estará mejor preparado para responder y defendernos de cualquier agente infeccioso incluyendo este nuevo coronavirus.”, señala el especialista.

Dada la importancia del sistema inmunológico para combatir enfermedades y virus es necesario mantener una [buena alimentación](#), rica en frutas y verduras que nos ayuden a reforzar nuestro sistema inmune.

!Juguemos al detective o investigador!



- 1.- Elaboremos una lupa siguiendo el modelo Que se te sugiere con un cartón recortado en Forma circular y sacamos el centro circular del Mismo, y colocamos al centro un cuadro de mica, acetato o Plastico transparente y por ultimo pegamos un abatelenguas o palito de Madera plano y pegamos los dos circulos y ¡listo!



2.- elaboremos nuestro **miralejos, gemelos o binoculares** Con dos tubos de carton de papel higienico y cordón Como los de modelo puedes pintar con un poco de pintura mezclada con pegamento.



3.- Por ultimo **Nuestra camara** conseguimos una caja pequena de carton y un tubo de papel sanitario con recortes de papel y pegamento añadimos medio tubo de papel sanitario (hacemos cortes en un extremo previamente) y pegamos con trozos de papel y cuando este fijo podemos forrar con papel de colores o pintar nuestra camara y realizamos un corte vertical con ayuda de la parte superior hasta la inferior muy delgada donde deslizaremos nuestro "rollo de fotografias" como se muestra en la imagen.

Para conseguir nuestra acreditación como detective investigador, damos respuesta a las siguientes incógnitas:

¿Cuantas frutas come mi familia a la semana? _____

¿Cuáles son esas frutas que comemos? _____

¿Cuántos árboles frutales hay en mi comunidad _____ y que producen?

¿Cuál es la fruta que más gusta a Papá _____ mamá _____ a mis hermanos _____ a mi abue _____

¿En casa tengo algún árbol frutal? _____ jQué produce? _____ ¿ y cómo llego a casa? _____

¡ FELICIDADES

SI LOGRASTE RESOLVER LAS INCOGNITAS

TE HAS GANADO TU CREDENCIAL Y PLACA DE DETECTIVE!

| | |
|-------------------------|--------------|
| DETECTIVE | |
| FOTO | Nombre |
| | Edad |
| | Ciudad |
| | Fecha |
| Número de Placa 1587634 | |

Recorta
PEGAR TU FOTO
O DIBUJA TU ROSTRO

