



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

PDECEM



Escuela transformadora para la patria digna

3° PRIMARIA

UNIDAD 3. SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

SEMANA 13/DEL 17 AL 21 DE NOVIEMBRE



Educación popular, integral, humanista y científica

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL
3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA
CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 58

Hola buen día y feliz inicio de semana para ustedes y su familia. Deseo que trabajen con mucho entusiasmo.
FRASE DEL DÍA: ***“Las enfermedades no nos llegan de la nada, se desarrollan a partir de pequeños pecados diarios contra la naturaleza. Cuando se hayan acumulado suficientes pecados, las enfermedades aparecerán de repente”***
Hipócrates

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Los científicos chinos ya han realizado una investigación significativa sobre los posibles orígenes animales del virus SARS-CoV-2. China y otros países han contribuido con secuencias genéticas del coronavirus recolectadas de humanos a una base de datos para rastrear la evolución del germen. Al comparar las entradas, varios grupos de investigación han llegado a la conclusión de que el nuevo coronavirus “probablemente proviene de murciélagos, quizás a través de un animal huésped intermediario”. La multitud de virus similares al SARS que retienen los murciélagos de herradura los convierte en el principal sospechoso de los orígenes de la pandemia actual.

FRASE DE LA ESCUELA: “Educar no es imponer caminos, sino enseñar a caminar”.

José Martí

TEMA GENERAL
SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

Con nuestra ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR al realizar ejercicios de flexibilidad, tonificación, equilibrio, coordinación y relajación, estimulamos nuestro sistema nervioso central y periférico.

ruta DIDÁCTICA: Nos ponemos de pie, iniciamos cabeza al frente y atrás, derecha e izquierda, subimos hombros y los dejamos caer, movemos cadera, flexionamos rodillas y parados en un pie giramos un tobillo, cambiamos de pie y de tobillo. Enseguida, estiramos brazos hacia arriba y quedamos parados de puntas; hacemos arrastre de soldadito, gateamos, nos balanceamos, nos paramos en un pie como una garza, primero con ojos abiertos y luego cerrados, caminamos en nuestro lugar, trotamos y terminamos respirando profundamente. Cada ejercicio lo repetimos 8 o 12 tiempos. Estos ejercicios los vamos a repetir toda la semana.

El CANTO es un remedio natural para aliviar el estrés y la depresión

La Adelita Autor: Guadalupe Barajas Romero

En lo alto de una abrupta serranía
acampado se encontraba un regimiento
y una moza que valiente lo seguía
locamente enamorada del sargento.

Popular entre la tropa era Adelita,
la mujer que el sargento idolatraba
que además de ser valiente era bonita
que hasta el mismo coronel la respetaba.

Y se oía que decía
aquel que tanto la quería...

Si Adelita se fuera con otro

la seguiría por tierra y por mar,
si por mar en un buque de guerra
si por tierra en un tren militar.

Si Adelita quisiera ser mi esposa,
y si Adelita ya fuera mi mujer,
le compraría un vestido de seda
para llevarla a bailar al cuartel.

Y después que terminó la cruel batalla
y la tropa regresó a su campamento
por la vez de una mujer que sollozaba
la plegaria se oyó en el campamento.

Y al oírla el sargento temeroso
de perder para siempre su adorada
escondiendo su dolor bajo el rebozo
a su amada le cantó de esta manera...

Y se oía que decía
aquel que tanto se moría...

Y si acaso yo muero en la guerra,
y mi cadáver lo van a sepultar,
Adelita, por Dios te lo ruego,
que por mí no vayas a llorar.

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

¿Cuánta agua tomas al día? ¿La tomas pura o con alguna fruta, o como te? Recuerda que es necesario que tomes agua para que tu cuerpo pueda cumplir ciertas funciones, una de ellas es el mantenerte hidratado. Dependiendo de tu edad es la cantidad que debes tomar, porque en exceso también hace daño. Un niño de 4 a 8 años debe tomar 1 litro y medio. Y un niño de 8 a 14 años debe tomar cerca de 2 litros.

DIBUJO

Realiza un dibujo donde estés tomando agua.

CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

bebidas saludables

animales vertebrados

VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Has 5 binas con algunas bebidas saludables.

ORACIONES

Elabora enunciados con cada bina.

CONCEPTUALIZACIÓN

Busca en el diccionario y escribe en tu cuaderno el significado de las siguientes palabras.

Esqueleto

domestico

clasificar

RELATOS DEL ESTADO

Leyenda del volcán Paricutín en Michoacán.

En los alrededores de Uruapan, se encuentra el volcán más joven del mundo y el único que el ser humano ha visto nacer: el Paricutín.

Considerado como una de las maravillas naturales del mundo, el Paricutín, sigue atrayendo a gente que quiere verlo y aprovecha para conocer las poblaciones cercanas como Angahuan, para admirar la fachada de estilo mudéjar de su iglesia y ver la fisonomía de todas las casas con techos de teja.

En el mismo Angahuan se encuentra un mirador en un campamento turístico y desde ahí se puede apreciar el volcán Paricutín, la trayectoria que siguió el flujo de la lava y las torres de la iglesia de San Juan Parangaricutiro, único vestigio del sitio donde se encontraba el pueblo.

ASÍ NACIÓ

A pesar del tiempo que ha transcurrido desde que el volcán hizo erupción, todavía se ve el sendero donde antes había una gran vegetación y hoy es sólo un camino agreste debido a la lava, mismo que conduce a donde fueron enterrados los poblados de San Juan de las Colchas y Paricutín.

Dionisio Pulido fue la única persona que vio nacer el volcán en el mes de febrero del año de 1943. Según dicen, el mismo Dionisio contó que escuchó un fuerte ruido que provenía de las entrañas de la tierra mientras trabajaba su parcela, en las cercanías de la población de Paricutín; fue entonces cuando sintió cómo la tierra temblaba bajo sus pies. Asustado, corrió en busca de su familia, y pudo ver el humo que salía de entre los surcos, aunque no fue hasta el mes de mayo del mismo año en que el volcán hizo erupción.

Otros testimonios de los habitantes de los pueblos afectados decían que días antes a la erupción se desató una plaga de chapulines, que hubo temblores y hasta lluvia de cenizas.

CRECIMIENTO

Sobre el campo liso, el volcán creció siete metros en las primeras 24 horas, y en la primera semana, ya alcanzaba los 50 metros de altura, hasta llegar a los 600 que tiene actualmente.

La actividad del volcán Parícutín fue de 9 años, 11 días y 10 horas y sepultó dos poblados: Parícutín y San Juan Viejo Parangaricutiro. El primero desapareció quedando totalmente sepultado por la lava, y del segundo sólo se puede ver parte de la iglesia.

Hoy en día, es uno de los grandes atractivos de Michoacán y una de las muchas historias que se cuentan en este estado.

LOS VERBOS

Los verbos en infinitivo son aquellas palabras que manifiestan acciones y que no están determinados por un tiempo, ya sea presente, pasado, futuro, o ningún otro, las terminaciones del infinitivo son: ar, er, ir, por ejemplo

Soñar, cantar, comer, leer, dormir, compartir.

Vuelve a leer la leyenda del volcán Parícutín y encierra todos los verbos que encuentres. Y has una lista de todos los que encuentres.

Escribe 10 con algunos de los verbos que encontraste.

LOS ANIMALES VERTEBRADOS E INVERTEBRADOS

Para facilitar el estudio del reino animal, se suele dividir en dos grandes grupos: el de los vertebrados y el de los invertebrados. Los vertebrados son nuestros parientes más próximos, todos los animales con una columna vertebral. Los invertebrados son los demás animales.

Los Animales vertebrados

Son un grupo de animales con un esqueleto interno articulado, que actúa como soporte del cuerpo y permite su movimiento.

Características

Tienen columna vertebral, formada por un serie de piezas articuladas o vértebras, que permiten algunos movimientos y les dan cierta flexibilidad

El cuerpo está dividido en cabeza, tronco y extremidades

Hay individuos machos e individuos hembras, es decir, el sexo está diferenciado

Los vertebrados se clasifican en cinco grupos:

Mamíferos

Aves

Peces

Anfibios

Reptiles

Los Animales invertebrados

Los invertebrados carecen de columna vertebral y de esqueleto interno articulado.

La mayoría de los invertebrados tienen una protección externa, como si fuera una armadura, como los escarabajos, pero hay invertebrados que no tienen ningún tipo de protección, como los pulpos.

Los invertebrados se clasifican en varios grupos:

Los artrópodos

Los moluscos

Los gusanos

Los equinodermos

Las medusas

Las esponjas

Escribe en tu libreta tres características que diferencian un vertebrado de un invertebrado.

Los seres humanos: ¿a qué grupo pertenecemos a los vertebrados o invertebrados? ¿Porque?

De las siguientes imágenes encierra con un color rojo los animales invertebrados y de azul los vertebrados.



EL MURCIÉLAGO

Cuando era el tiempo muy niño todavía, no había en el mundo bicho más feo que el murciélago.

El murciélago subió al cielo en busca de Dios. Le dijo: -Estoy harto de ser horroroso. Dame plumas de colores. No. Le dijo: -Dame plumas, por favor, que me muero de frío. A Dios no le había sobrado ninguna pluma. -Cada ave te dará una pluma – decidió. Así obtuvo el murciélago la pluma blanca de la paloma y la verde del papagayo, la tornasolada pluma del colibrí y la rosada del flamenco, la roja del penacho del cardenal y la pluma azul de la espalda del martín pescador, la pluma de arcilla del ala del águila y la pluma de sol que arde en el pecho del tucán. El murciélago, frondoso de colores y suavidades, paseaba entre la tierra y las nubes. Por donde iba, quedaba alegre el aire y las aves mudas de admiración.

Dicen que el arcoíris nació de su vuelo. La vanidad le hinchó el pecho. Miraba con desdén y comentaba con desprecio. Se reunieron todas las aves y juntas volaron hacia Dios. –El murciélago se burla de nosotras– se quejaron. Y además sentimos frío por las plumas que nos faltan. Al día siguiente, cuando el murciélago agitó las alas en pleno vuelo, quedó súbitamente desnudo. Una lluvia de plumas cayó sobre la tierra. Él anda buscándolas todavía. Ciego y feo, enemigo de la luz, vive escondido en las cuevas. Sale a perseguir las plumas perdidas cuando ha caído la noche; y vuela muy veloz, sin detenerse nunca, porque le da vergüenza que lo vean.

Cuento zapoteca.

Escribe en tu cuaderno ¿qué te pareció este cuento zapoteca?

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 59

¡Buenos días los saludamos y les pedimos que siempre hagan cosas sencillas y que al final serán enormes!

FRASE DEL DÍA: ***“Libremos el cuerpo de sus toxinas y alimentémoslo correctamente y estará hecho el milagro de la salud”.***
Arbuthnot Lan

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Debido a que la transmisión domiciliaria del SARS-CoV-2 es común y puede ocurrir rápidamente después del inicio de la enfermedad del paciente índice, las personas deben aislarse inmediatamente al inicio de los síntomas similares al COVID, en el momento de la prueba como resultado, o bien de una exposición de alto riesgo, o en el momento de un resultado positivo de la prueba, lo que ocurra primero. Al mismo tiempo que el aislamiento, todos los miembros del hogar deberían usar una máscara cuando estén en espacios compartidos en el hogar.

Aunque muchas enfermedades respiratorias virales se transmiten dentro de los hogares, la base de evidencia para el SARS-CoV-2 es incipiente.

FRASE DE LA ESCUELA: El verdadero signo de la inteligencia no es el conocimiento. Sino la imaginación.
Albert Einstein

TEMA GENERAL

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes)

Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy martes haremos el siguiente ejercicio. Pequeña oruga, acostado boca arriba, se arquea sobre su espalda y se impulsa hacia adelante ayudándose de piernas y brazos.

Si te es posible toma un foto de cuando realizas el ejercicio y mándala a tu maestro.

Una sola imagen puede brindarnos muchos elementos de información para la reflexión.
Observa con atención las siguientes.



OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Debemos cuidar nuestro cuerpo, no tomando cosas que nos pueden provocar daño. No debemos tomar medicamentos sin que un medico nos los recetara, ya que esto puede ocasionar que nuestro hígado se dañe. De igual manera no debemos de consumir bebidas alcohólicas, porque también daña nuestro organismo.

DIBUJO

Realiza un dibujo de cosas que no debes consumir, porque hacen daño a tu cuerpo.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

animales invertebrados

personajes de la revolución mexicana

VOCABULARIO Y FRASES: TRINAS

Has trinas con los animales invertebrados.

ORACIONES

Elabora un enunciado con cada trina.

CONCEPTUALIZACIÓN

Busca el diccionario el significado de las siguientes palabras y escríbelos en tu cuaderno:

Territorio

miseria

ruina

desarrollo

converger

CONTENIDO: La Revolución Mexicana

Uno de los acontecimientos más importantes en la vida de nuestro país es la Revolución Mexicana. Para poder entender mucho de lo que acontece a nuestro alrededor es necesario conocer este importante hecho en la vida de México.

Antecedentes:

Después de la Guerra con Estados Unidos (1847-1848) que significó la pérdida de más de la mitad de nuestro territorio y de la invasión francesa (1862-1867) México se encontraba en una situación desastrosa; con una economía en ruinas y una sociedad mayoritariamente rural en la más completa miseria. Se creía entonces que lo que nuestro país requería era un gobierno fuerte que pusiera orden como base para el desarrollo.

En estas condiciones, Porfirio Díaz arribó al poder, de 1876 hasta 1910. Algunas de las características del gobierno porfirista fueron: que permitió la concentración de la tierra en pocas manos, es decir la conformación de grandes latifundios (que eran extensiones de tierra que se medían por miles, cientos de miles e incluso millones de hectáreas). Al interior de estas propiedades se encontraban los peones acasillados o libres quienes trabajaban para la hacienda y eran explotados en forma despiadada por los hacendados. Su jornal (salario), era miserable y no servía para cubrir las necesidades básicas de su familia, el cual, además, era pagado en especie en la tienda de raya. Es decir, se le pagaba con maíz, frijol, azúcar, (casi siempre de mala calidad) aunque el peón no tuviera necesidad de esos productos y por tanto tenía que endeudarse en la Tienda de Raya que era donde se llevaba el control de los préstamos, los cuales se heredaban de padres a hijos, viviendo una situación de esclavitud.

Otra característica del Porfiriato fue su política de puertas abiertas a los inversionistas extranjeros (ingleses, norteamericanos, franceses, alemanes, españoles, etc.) quienes se dedicaron a explotar los recursos naturales abundantes con que contaba nuestro país (la tierra, las minas, los bosques, el agua, petróleo, la mano de obra, etc.)

Otro aspecto que hay que resaltar durante este gobierno fue su mano dura para quien se opusiera al orden que él ponía en práctica. De esta forma reprimió movimientos campesinos e indígenas que lucharon por sus tierras, como los Yaquis en Sonora, los mayas en el sureste, entre otros. Tampoco permitió las huelgas. Lo más representativo fue la represión que sufrieron los huelguistas de Río Blanco en una fábrica textil en el Estado de Veracruz en 1907 así como los mineros de Cananea en 1906.

Una característica importante como causa de lo anterior era la enorme desigualdad que se vivía, así como la terrible injusticia que padecía la población tanto de la ciudad como del campo.

Inicio de la lucha armada

Una vez que en 1908 Porfirio Díaz informó a un periodista estadounidense que una vez que terminara su actual mandato él se retiraría ya que México estaba listo para la democracia. Francisco I. Madero un rico hacendado coahuilense se tomó en serio las palabras del viejo dictador y se dedicó a recorrer el país para dar a conocer su libro “La Sucesión Presidencial”, teniendo como lema “Sufragio Efectivo, No Reelección. Madero estaba en plena campaña por la presidencia de la República. Aunque al principio no era tomado en serio, poco a poco fue cobrando fuerza hasta convertirse en una amenaza para el Porfirismo y su grupo gobernante. Poco antes de las elecciones Madero fue hecho prisionero en el Estado de San Luis Potosí y una vez preso se enteró de que las elecciones se habían realizado resultando ganador Porfirio Díaz. Francisco I. Madero supo entonces que la vía para llegar a la Presidencia de la República no era por la electoral sino por las armas. De esta manera logró escapar de la cárcel y se dirigió a Estados Unidos desde donde proclamó el Plan de San Luis, el 5 de octubre de 1910.

Los puntos principales de este Plan eran que se desconocía a Porfirio Díaz como presidente de México; que se convocaba al pueblo mexicano a LEVANTARSE EN ARMAS contra el gobierno de Porfirio Díaz para el 20 de noviembre.

Aunque no hubo los resultados deseados al principio, poco a poco se fueron levantando contingentes numerosos, principalmente en el norte del país. Quienes secundaron el movimiento fueron Pascual Orozco, Francisco Villa, Emiliano Zapata.

La acción militar definitiva fue la Toma de Ciudad Juárez en mayo de 1911 donde los revolucionarios derrotaron al ejército porfirista. Una vez que Díaz renunció al poder en noviembre de ese año Francisco I. Madero es nombrado presidente de la República.

Desenlace

Después de diferencias serias entre los distintos grupos revolucionarios y después de la muerte de Madero en 1913 y una vez que se impuso Venustiano Carranza y Álvaro Obregón a Francisco Villa como a Emiliano Zapata muchos de los postulados que llevaron a los campesinos a levantarse en armas y aún contra la voluntad del mismo Venustiano Carranza el 5 de febrero de 1917 se dio a conocer la nueva Constitución que entre otros logros para el pueblo pueden citarse algunos:

Artículo 3º Derecho a la Educación. A partir de entonces este principio que era un privilegio para grupos económicos de poder eran a partir de entonces, para todo el pueblo.

Artículo 27, en su momento quizá el más relevante por las características de la lucha. De hecho, el levantamiento armado del pueblo fue por la restitución y dotación de tierras. Pasarían varias décadas para que se hiciera efectivo esta ley.

Artículo 123, derecho al trabajo. Se establecían garantías para los trabajadores, con horarios, sueldos, condiciones favorables en el espacio, entre otros.

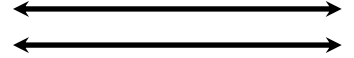
Haz un recuento por escrito de los principales hechos de la Revolución Mexicana, tomando en cuenta los antecedentes, la lucha armada y el desenlace. Si crees conveniente auxílate de más información.

Reflexiona con tus papás sobre los derechos ganados a partir de la Revolución Mexicana

Elabora algunos dibujos relativos a las distintas etapas de la Revolución Mexicana.

CONTENIDO: Líneas paralelas y perpendiculares

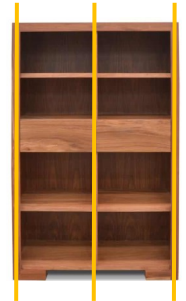
Las rectas paralelas son rectas que nunca se intersectan o chocan entre si.



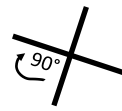
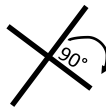
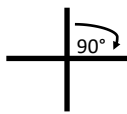
Como las que están a la derecha. Por mas que las alargáramos, en ningún momento se cruzarían.



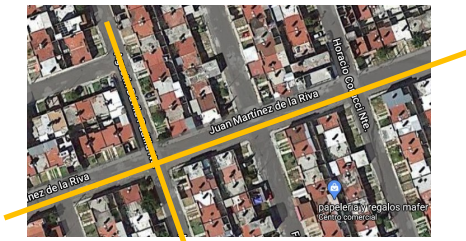
Las podemos encontrar en muchos lados en nuestra vida cotidiana, en los lados opuestos del marco rectangular de una pintura o en los estantes de un librero. Los ponemos marcados con una raya en las imágenes.



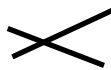
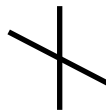
Las rectas perpendiculares son rectas que se cruzan en su camino o que llegan a intersectarse, justo donde se cruzan forman un ángulo de 90 grados. **Ejemplo 1**



También lo encontramos en todos lados, no sólo en una gráfica en papel, desde el patrón de cruce en las calles a la intersección de las líneas coloreadas de una camisa a cuadros.



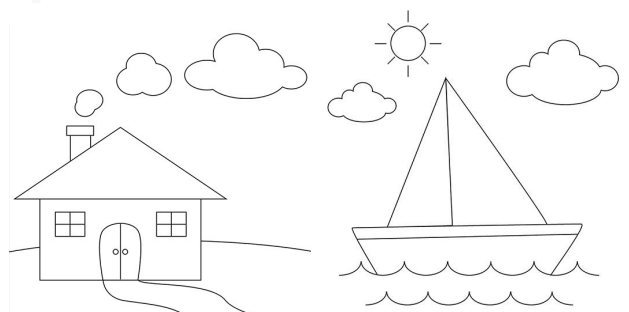
Las rectas oblicuas son rectas que se cruzan también, pero a diferencia de las perpendiculares, estas no forman un ángulo de 90 grados, estas pueden formar distintos ángulos con diferentes grados de inclinación en las rectas.



Las podemos encontrar en muchas partes, solo vasta ser un poco observador. Como en los tubos que sostienen a los columpios, o en los rayos de nuestra bicicleta.



Vas a dibujar en tu libreta los siguientes dibujos de un tamaño grande y vas a ponerles de color rojo las líneas paralelas, de color azul las líneas perpendiculares y de color amarillo las líneas oblicuas. Y coloréalo usando líneas.



PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 60

¡Hola buenos día! Que el día de hoy este lleno de alegría para todos.

FRASE DEL DÍA: ***“Observa profundamente la naturaleza, y entonces lo entenderás todo mucho mejor”.***

Albert Einsten

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

El mundo entero se pregunta cuándo podremos volver a hacer vida normal, sobre todo tras el anuncio de que la vacuna de Pfizer y BioNTech tiene una eficacia de más de un 90%.

Pues bien, parece que habrá que seguir teniendo paciencia, al menos si hacemos caso al director general de BioNTech y uno de los desarrolladores de la vacuna contra el covid-19 de Pfizer, Ugur Sahin, que apunta que no se podrá volver a la “normalidad” antes de un año.

Ugur Sahin asegura que se podrán empezar a entregar las primeras vacunas entre “finales de este año y principios del siguiente, pero no se podrá volver a la normalidad hasta que estén todos inmunizados.

FRASE DE LA ESCUELA: ***“Siempre que enseñes, enseña a la vez a dudar de lo que enseñas”.***

José Ortega y Gasset

TEMA GENERAL

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes)

Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy miércoles haremos el siguiente ejercicio. Caminata sobre cintas Pega dos líneas de cinta de color sobre el suelo para simular una barra de equilibrio

Si te es posible toma un foto de cuando realizas el ejercicio y mándala a tu maestro.

El canto es nombrar todo lo bello y encender el entusiasmo. Hoy vamos a cantar

Carabina 30-30

Autor: Gerardo Núñez

*Carabina 30-30
que los rebeldes portaban
y decían los federales
que con ellas no mataban.*

*Con mi 30-30 me voy a marchar
a engrosar las filas de la rebelión
si mi sangre piden mi sangre les doy
por los explotados de nuestra nación.*

*Gritaba Francisco Villa:
-Dónde te hayas Argumedo,
ven párateme aquí adelante
tú que nunca tienes miedo.*

*Con mi 30-30 me voy a marchar
a engrosar las filas de la rebelión
si mi sangre piden mi sangre les doy
por los explotados de nuestra nación.*

*Ya me voy para Chihuahua
ya se va tu negro santo
si me para alguna bala
ve a llorarme al campo santo.*

*Con mi 30-30 me voy a marchar
a engrosar las filas de la rebelión
si mi sangre piden mi sangre les doy
por los explotados de nuestra nación.*

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

¿Alguna vez te ha pasado que te dan ganas de orinar y no hay donde hacer? Y te toca aguantarte hasta llegar a un lugar donde puedas usar el baño. Que en ocasiones no muy seguidas te pase, no tiene problema, pero que lo hagas continuamente, tiene consecuencias. El almacenamiento excesivo y prolongado de la orina dentro de la vejiga va a favorecer el crecimiento de bacterias y provocar infecciones urinarias. Y a largo plazo puede causar que tu vejiga pierda su elasticidad y después ya no puedas vaciarla por completo, generando infecciones.

Receta

Pregunta a tus familiares algún remedio que ayuden a curar una infección en la vejiga. Y escríbelo en tu libreta con sus ingredientes y como se aplica.

Te vamos a recomendar un jugo rico en potasio, que ayuda a tu vejiga a mantenerse sana.

Únicamente tienes que poner en la licuadora los siguientes ingredientes: una zanahoria, un trocito de apio, dos espinacas, un poco de perejil y agua. Lo licuas todo y listo. A disfrutar.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

Jugos

figuras geométricas

VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Escribe en tu cuaderno binas con el campo semántico de jugos.

ORACIONES

Elabora un enunciado con cada bina.

CONCEPTUALIZACIÓN

Busca el diccionario el significado de las siguientes palabras y escríbelos en tu cuaderno:

Ilustración

secuencia

piel

musculo

hueso

Contenido: Las historietas

Las historietas son una secuencia o serie de dibujos que cuentan una historia narrativa; es por ello que se les incluye dentro de lo que se considera como narrativa gráfica: son textos que cuentan una historia a partir de una estructura visual compuesta de distintas imágenes.

La estructura del cómic o historieta se compone usualmente de:

Viñetas. Recuadros en los que se representa la acción y que distinguen al universo imaginario del resto de la página en blanco. Pueden ser de distinto tamaño, incluso abarcar la página entera.

Ilustración. Representación de la realidad imaginada, que tiene lugar dentro de las viñetas a través de un trazo artístico de estilo propio, dependiente del autor.

Fumetti o bocadillo. Globos de texto que aluden a las distintas representaciones del habla (de los personajes o del narrador) en el relato visual.

Líneas de expresión. Conjunto de caracteres gráficos que acompañan a la ilustración y afinan lo expresado, añadiendo sentidos difíciles de expresar visualmente como el movimiento, la sensación, etc.

Onomatopeyas. Expresiones verbales del sonido de las cosas, muy empleadas en la historieta.

MAFALDA



Realiza una historieta sobre un niño que se enfermo por aguatarse las ganas de orinar, o si no te gusta ese tema lo puedes hacer sobre la leyenda del Paricutín.

ESTRUCTURA DEL CUERPO HUMANO

El cuerpo humano se conforma en tres partes: cabeza, tronco y extremidades.

Cabeza: se componen por las estructuras craneales.

Extremidades: se hallan en las inferiores, que son las piernas y las superiores, que son los brazos.

Tronco: se divide en tórax, abdomen y zona pélvica; además articula las extremidades y la cabeza.

El cuerpo humano tiene diferentes niveles jerarquizados. Así, está compuesto de aparatos; estos los integran sistemas, que a su vez están compuestos por órganos conformados por tejidos, que están formados por células, que son construidas por moléculas.

El cuerpo humano posee más de cincuenta billones de células, estas se agrupan en tejidos, los cuales se organizan en órganos y estos en ocho aparatos o sistemas: locomotor (muscular, esquelético), respiratorio, digestivo, excretor, circulatorio, endocrino, nervioso y reproductor.

El sistema óseo consta en una primera instancia con tres funciones que se consideran de importancia: la primera de ellas es que funciona como la estructura para formar al organismo y para mantener su morfología, también con esta función es que el ser humano obtiene su posición bípeda, es decir, para caminar únicamente con las piernas.

La segunda función con la que cuentan el sistema esquelético es que le otorga al cuerpo la capacidad de soportar golpes sin que los órganos internos sufran daños severos, entre los huesos más importantes en este apartado se encuentran las costillas, sin ellas órganos como los pulmones y el corazón podrían sufrir heridas muy severas.

La tercera función del sistema óseo del ser humano es que el mismo posibilita que el cuerpo se movilice y esté en contacto con su medio ambiente, esto se produce con la acción en conjunto del sistema muscular y del sistema nervioso que conforman al sistema o aparato locomotor.

Vas a dibujar en grande un cuerpo humano y vas a señalar cada una de las partes en que se conforma.

Ejercicios

Copia a tu libreta y realiza las siguientes sumas de fracciones.

$$\frac{7}{14} + \frac{5}{14} =$$

$$\frac{9}{16} + \frac{2}{16} =$$

$$\frac{8}{11} + \frac{8}{11} =$$

$$\frac{9}{15} - \frac{6}{15} =$$

$$\frac{9}{19} - \frac{5}{19} =$$

$$\frac{3}{13} - \frac{9}{13} =$$

$$\frac{9}{17} + \frac{8}{17} =$$

$$\frac{4}{21} + \frac{13}{21} =$$

$$\frac{12}{26} + \frac{7}{26} =$$

$$\frac{16}{38} - \frac{9}{38} =$$

$$\frac{14}{27} - \frac{11}{27} =$$

$$\frac{26}{37} - \frac{14}{37} =$$

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 61

¡Buen día tengan ustedes y su familia!, recomendándoles se sigan cuidando, respetando las indicaciones de salud.

FRASE DEL DÍA: ***“Somos los que hacemos día a día de modo que la excelencia no es un acto sino un hábito”.***

Aristóteles

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Ninguna medida aislada de prevención que tratemos de implementar para combatir el covid funciona al 100%", pero cuando "comenzamos a juntar diferentes medidas creamos una barrera para prevenir ese riesgo.

Por eso es importante cumplir con todas las medidas para evitar el riesgo a contagiarnos. Principalmente el distanciamiento físico o sana distancia es el principal, pero también debemos de usar nuestro cubre bocas o mascarilla para evitar que aspiremos alguna gotícula que este en el aire, mantener limpias las manos para evitar que si tocamos algo contaminado de covid no lo dispersemos. Taparse al toser para evitar dispersión de nuestra saliva. Evitar tocarse la cara y sobre todo evitar pasar mucho tiempo en espacios concurridos y cerrados, ya que al no haber buena ventilación puede durar mas tiempo suspendido en el aire el estornudo de alguien infectado. Solo cumpliendo todas estas medidas podremos evitar contagiarnos ya que atacamos varias formas de contagiarnos.

FRASE DE LA ESCUELA: Una escuela debe ser un lugar para todos los niños, no basada en la idea de que todos son iguales, sino que todos son diferentes .

Loris Malaguzzi

TEMA GENERAL

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes)

Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos el siguiente ejercicio. EQUILIBRIO traza la figura con líneas y pídele a tu hijo que haga todos los saltos y movimientos con un solo pie.

Si te es posible toma un foto de cuando realizas el ejercicio y mándala a tu maestro.

Una sola imagen cuenta mas que mil palabras, piensa en lo que tratan de explicar las siguientes. Observa con mucha atención.



OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Cuidar las vías urinarias es algo muy necesario que tenemos que hacer por el bien de nuestro cuerpo. Algunas cosas que debemos de hacer son mantenernos hidratados. Es fundamental beber cerca 2 litros de agua al día. Evita la sal, el alcohol y medicamentos sin predicción medica, realiza actividad física. Y no retengas la orina. Algo que es recomendable aun que seas hombre es orinar sentado, ya que es la forma mas fácil de evacuar todo el liquido de nuestra vejiga.

DIBUJO

Realiza un dibujo de las cosas que debes de realizar para cuidar las vías urinarias.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:
medios de transporte

VOCABULARIO Y FRASES: Trinas

Has trinas con el campo semántico de medios de transporte.

ENUNCIADOS SIMPLES

Realiza un enunciado con cada una de las trinas que realizaste.

CONCEPTUALIZACIÓN

Busca el diccionario el significado de las siguientes palabras y escríbelos en tu cuaderno:

Estación astro código legado moneda billete

CONTENIDO: EL DESARROLLO DE LA TECNOLOGÍA DE LOS PUEBLOS ORIGINARIOS

Los mesoamericanos inventaron distintas formas de escritura, destacando los glifos de los mixtecos y nahuas: Éstos representaban ideas y cosas. En ellos se registraban fechas, lugares, personas, números y conocimientos sobre el hombre y la naturaleza. Una escritura más avanzada fue creada por los mayas, sus glifos y representaban palabras, sonidos y números.

Los mesoamericanos fueron grandes observadores, estudiaron los astros y sus movimientos, el sol y las estaciones, el tiempo de lluvias, los días, los meses y años en que ocurrían los acontecimientos astrales, esto les permitió elaborar dos tipos de calendarios: el solar y el Tonalpohualli. Los mayas crearon el Código Dresde, escrito en el siglo XIII, es el libro astronómico más importante sobreviviente de la cultura mesoamericana.

Cultivaron ciencias como la medicina, la botánica, la zoología, matemáticas, geografía, astronomía y ecología. Desarrollaron habilidades en las artesanías como la orfebrería.

Pero el legado más importante que dejaron a la humanidad las culturas mesoamericanas fueron tal vez sus tradiciones agro-gastronómicas: el cultivo y uso del maíz, tomate, frijol, calabaza, chile, cacao, aguacate, amaranto y otros productos que hoy conoce el mundo entero.

Descubrieron los mesoamericanos muchas plantas curativas que todavía en la actualidad se usan. A esta parte de la medicina se le llama herbolaria. También se han encontrado indicios irrefutables sobre conocimientos y prácticas médicas tales como neurocirugías.

Elabora un dibujo en tu libreta o una maqueta de al menos uno de los grandes aportes de los pueblos originarios de Mesoamérica a la humanidad : alimentación, medicina, astronomía, metalurgia, etc.

CONTENIDO: FRACCIONES DE IGUAL DENOMINADOR

Jorge quiere mucho a su papá; los días en que no hay clases va a la tienda para ayudarlo. Es amable y cortés con los clientes; los saluda, les ofrece asiento y avisa a los empleados que los atiendan.

Despide atentamente a los clientes y los invita a volver. Algunas veces su papá lo pone en la caja para que reciba el dinero de las ventas; esto obliga a Jorge a conocer bien las diferentes monedas mexicanas y el valor de cada una de ellas.

Como ayer, al salir de clases, le habló de eso al maestro, éste le explicó nuestro sistema monetario:

-Hay dos clases de moneda –dijo el maestro– la metálica conocidas como monedas y los billetes que se llaman papel moneda.



El billete de 20 pesos es el más utilizado, los billetes de 20 y 50 pesos son de plástico y los de 100, 200, 500 y 1,000 pesos de algodón.

Las monedas las encontramos desde 5 centavos, 10 centavos (aun que estas no son muy usadas), 50 centavos, 1 peso, 2 pesos, cinco pesos, 10 pesos y 20 pesos.

Hay varias formas de formar una cantidad utilizando las distintas monedas y billetes.

Por ejemplo para formar 23 pesos puedes utilizar las siguientes formas.

Forma 1.- 1 moneda de 20 pesos, 1 moneda de 2 pesos y una moneda de 1 peso.

Forma 2.- 2 monedas de 10 pesos y 6 monedas de 50 centavos.

Forma 3.- 4 monedas de 5 pesos, 3 monedas de 1 peso.

Y hay aun mas formas.

Escribe en tu cuaderno las siguientes cantidades y coloca 3 distintas formas de juntar esa cantidad con distintas monedas o billetes.

87 pesos

95 pesos

164 pesos

235 pesos

267 pesos

Recorta 5 productos de revistas, periódicos y colócale algún valor. Y dibuja el dinero que ocuparías para pagarlos. (Si no tienes de donde recortar algún producto, puedes dibujarlos).

EJERCICIOS

Utilizando las líneas paralelas, perpendiculares y oblicuas, colorea el siguiente dibujo. Utiliza una regla para que te queden derechas las líneas.

Ya tienes unas líneas de ejemplo para que continúes el patrón con algún color.

Ejemplo de dibujo realizado con líneas.

