



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 12/DEL 9 AL 13 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 54

Buenos días estimados alumnos los saludamos con gusto al igual que a su familia, deseándoles tengan una semana exitosa y llena de salud.

FRASE DEL DÍA: ***“el arte de la medicina consiste en entretener al paciente mientras la naturaleza cura la enfermedad.”***  
Voltaire

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

El director de Epidemiología de la Ssa, José Luis Alomía, destacó que junto con Michoacán, los estados de Nayarit y Quintana Roo también pasaron de naranja a amarillo en este instrumento, que es un sistema de monitoreo para la regulación del uso del espacio público de acuerdo con el riesgo de contagio de COVID-19, implementado a partir de la nueva normalidad.

Dicha actualización del Semáforo de Riesgo de COVID-19 que estará vigente a partir del próximo lunes 9 de noviembre de 2020 y hasta el domingo 22 de este mismo mes.

**FRASE DE LA ESCUELA: “La ignorancia es el peor enemigo de un pueblo que quiere ser libre”. Hennessey**

**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**

**El patio de mi casa Autor: canción popular**

El patio de mi casa es particular  
se moja y se seca como los demás.  
Agáchense y vuélvanse a agachar  
las niñas bonitas se saben agachar.  
Chocolate, molinillo,  
chocolate, molinillo,  
estirar, estirar que la reina va a pasar.  
Dicen que soy, que soy una cojita  
y si lo soy, lo soy de mentiritas,  
desde chiquita me quedé,

me quedé padeciendo de este pie  
padeciendo de este pie.  
El patio de mi casa es particular  
se moja y se seca como los demás.  
Agáchense y vuélvanse a agachar  
las niñas bonitas se saben agachar.  
Chocolate, molinillo,  
chocolate, molinillo,  
estirar, estirar que la reina va a pasar.

## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

¿Algunas ves has escuchado algún ruido muy fuerte, que sientes que te lastima los oídos?. El cuidado de nuestra audición, es muy importante, ya que su perdida no es fácil de identificar, porque es muy lenta y sin dolor. Y lo mas grave, es que no se puede recuperar, sin importar la edad.

Si escucha música con audífonos y al retirarlos siente una especie de silbido, significa que los ha utilizado demasiado tiempo. Déjelos de usar al menos por media hora para que los tímpanos puedan descansar.

## DIBUJO

Realiza dibujos de aparatos o artefactos que generen ruido muy fuerte.

## CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

instrumentos musicales

## VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Has 5 binas con algunos instrumentos musicales.

## ORACIONES

Elabora enunciados con cada bina.

## CONCEPTUALIZACIÓN

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

Elementos      genero      articulo      univoco      histórico      evolución      sujeto

## LOS SUSTANTIVOS

Los sustantivos son la clase de palabras que dan nombre o identifican a todas las cosas que conocemos (elementos materiales o inmateriales que hay en la realidad). Por ejemplo: zapato, jardín, dientes, cepillo, agua, encía etc.

### *El género de los sustantivos*

En español, los sustantivos tienen género; es decir que pueden ser masculinos o femeninos. El género de los sustantivos se manifiesta a menudo por medio de su terminación, aunque no se trata de un criterio unívoco. Además, Los sustantivos van casi siempre acompañados de un artículo que concuerda con ellos en género y número.

### *Ejemplo:*

*un helado → masculino*

*una galleta → femenino*

### *El número de los sustantivos*

El español expresa en qué cantidad se da una entidad. En lingüística, esto se conoce como número: según su número, un sustantivo puede ser singular o plural.

### *Ejemplo:*

*un helado → singular*

*dos helados → plural*

*Escribe en tu cuaderno el la siguientes tablas con lo que se te pide en cada una.*

**Escribe el masculino de estos nombres.**

|          |  |
|----------|--|
| Rata     |  |
| Perra    |  |
| Elefanta |  |
| Osa      |  |
| Leona    |  |

**Escribe el femenino de estos nombres.**

|          |  |
|----------|--|
| Gato     |  |
| Perro    |  |
| Pájaro   |  |
| León     |  |
| Elefante |  |

*Escribe en tu cuaderno una lista de 5 sustantivos plurales y 5 sustantivos singulares.*

### EL SUJETO DEL CONOCIMIENTO

El sujeto del conocimiento es un ser histórico, social con unas cultura determinada, estos elementos constituyen una serie de condicionamientos y limitaciones que se filtran al cuerpo del saber. El cerebro es un producto del trabajo y la evolución, es el órgano del pensamiento, mas no la fuente, si el ser humano no vive en sociedad no se desarrolla en sentido humano. La fuente del conocimiento es la práctica, la relación social, el acoplamiento. Sin en el desarrollo histórico de las estructuras adecuadas no es posible entrar al dominio humano.

*Con lo leído anteriormente realiza un escrito sobre dos hechos o acontecimientos históricos que sucedieron en el presente año, y que enseñanza te deja. (Puedes apoyarte en tus papás o un familiar)*

### LAS ENSEÑANZAS

Lo que tenía que decirle un padre a su hijo cuando se hacía mayor de edad:

“hijo mío; reverencia y saluda a tus mayores y nunca les des señales de desprecio. No estés mudo para con los pobres y atribulados; antes bien date prisa a consolarlos. Honra a todos, a tus padres a quienes debes obediencia, temor y servicio...

“No vayas a donde no te llamen, ni te metas en lo que no te importa. En todas tus acciones y palabras debes demostrar tu buena crianza..

“cuando te pongas a la mesa no comas a prisa, ni des señal de disgusto si algo no te agrada. Si a la hora de comer viene alguno, comparte con él lo que tienes, y cuando alguno coma contigo no fijas en el tus miradas...

“Cuando te den alguna cosa, acéptala con demostraciones de gratitud. Si es grande no te envanezcas; si es pequeña, no la desprecies; no te indignes ni ocasiones disgusto a quien te favorece...

“Si te enriqueces, no te insolentes con los pobres ni los humildes... vive del fruto de tu trabajo, porque así será más agradable el sustento...

“No mientas nunca... No hables mal de nadie. Calla lo malo que observes en otros si no te corresponde corregirlo. No seas noticiero, ni amigo de sembrar discordias...

“Reprime tus apetitos, hijo mío, pues aun eres joven, y aguarda a que llegue a edad oportuna la mujer debes tratarla como tu igual.

“No hurtes ni te des al robo, pues serás la vergüenza de tus padres... si eres bueno, tu ejemplo confundirá a los malos. Con estos consejos quiero fortificar tu corazón. No los desprecies ni los olvides, pues de ellos depende tu vida y toda tu felicidad”

*Escribe en tu cuaderno alguna enseñanza que te hayan dicho tus papas, abuelos o algún familiar.*

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 55

¡Buen día como siempre los saludamos deseando que sean felices y que sigan sanos!

FRASE DEL DÍA: *"la naturaleza no se apresura, sin embargo todo se lleva acabo".*

Lao Tzu

#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

La detección de una mutación del coronavirus en Dinamarca ha alertado al gobierno y los expertos del país, pues podría suponer un gran revés para las vacunas que se están desarrollando y podría modificar su agresividad y transmisión.

La experta Tyra Grove explicó que ha detectado que el Sars-CoV2 se ha transmitido del ser humano a visones criados en granjas y que en estos animales se han detectado hasta cinco mutaciones distintas del patógeno. señaló que al menos 214 personas se han contagiado de vuelta con estas variantes del coronavirus en Dinamarca, entre los que destacan los trabajadores de estos centros de cría de visones.

**FRASE DE LA ESCUELA: El aprendizaje es un tesoro que sigue a su propietario durante toda la vida.**

#### 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. Ejercicios de marcha Andar hacia delante. Primero, apoyar el talón, después, todo el pie y, finalmente, terminar con la punta. Mantener la rodilla estirada cuando se apoya el pie en el suelo. Andar de lado sin cruzar las piernas. Andar de lado cruzando las piernas. Andar como los soldados. Levantar las rodillas en cada paso. Subir y bajar escalones de diferentes alturas. Apoyar bien el pie en el escalón y, al subir la otra pierna, estirar bien la rodilla y la cadera. Caminar hacia delante de puntillas y, después, con los talones.

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**

Observa como va el desarrollo de los frijoles que pusimos a germinar. Ahora lo puedes pasar a una maceta o una jardinera o directo al suelo. Ya que necesita nutrientes para poder seguir creciendo. Para su producción necesitan de 60 a 80 días. Cuida tu planta para que pueda producir.

### **DIBUJO**

Realiza un dibujo de como va el crecimiento de nuestras plantas.

### **VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS**

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:  
partes de la cara

### **VOCABULARIO Y FRASES: TRINAS**

Has trinas con las partes de la cara.

### **ORACIONES**

Elabora un enunciado con cada trina.

### **CONCEPTUALIZACIÓN**

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

### **CONTENIDO: El señorío purépecha.**

En el siglo XIII grupos de cazadores-recolectores purépechas, llegaron por la parte norte: el caudillo Hireti-Ticatema y su gente se establecieron en Naranxan, cerca de Zacapu.

Allí encontraron comunidades similares a la suya (idioma, creencias y costumbres) pero de mayor desarrollo económico y cultural de ellos.

Esto ocasionó contradicciones y enfrentamientos por las distintas formas de vida: por lo que Sicuirancha los llevó a Uayameo (ahora Santa Fe de la Laguna), de donde salieron y fundaron Pátzcuaro: centro ceremonial donde permaneció Curicaueri, su dios principal.

Tariácuri, en el siglo XVI, comandó un amplio y fuerte movimiento hasta lograr la unificación de la mayoría de los pueblos bajo mando único, así se inició la conformación del Estado Purépecha.

A su muerte, el imperio fue dividido en tres señoríos: Pátzcuaro, Tzintzuntzan e Ihuatzio, que fueron gobernados por Hiquíngare, Tangaxoan e Hiripan, respectivamente.

A mediados del siglo XV, alrededor de 1450, el señorío purépecha, en vez de tres señores tuvo un solo monarca. El señorío de Pátzcuaro fue el primero en extinguirse y Hiquíngare tuvo numerosos hijos pero como “les dio por ser malos, emborracharse y matar a la gente”, el señor Hiquíngare dispuso la muerte de ellos.

En Ihuatzio Hiripan fue sucedido por Ticateme, pero pronto su señorío fue absorbido por Tzitzipandácuare, señor de Tzintzuntzan, quien se convirtió en jefe o Cazonci único y absoluto de su señorío que bajo su dirección y teniendo como capital Tzintzuntzan, fue más grande que el actual estado de Michoacán y más fuerte que el entonces señorío Azteca. Su extensión abarcaba además de Michoacán, los territorios que hoy ocupan Colima, Nayarit, Querétaro, Guanajuato, Guerrero, Jalisco, parte de San Luis Potosí y Sinaloa.

Por el año de 1470 a Axayácatl, rey de los aztecas, trató de conquistar sin éxito al reino purépecha. Al victorioso Tzitzipandácore le sucedió en el trono su hijo Zuangua, quien a su vez fue dos veces atacado por los mexicas. El apogeo del reino purépecha se atribuye a este gran Cazonci, que murió en 1520, sucediéndole en el poder Tangaxoan II, que fue vilmente asesinado por Nuño de Guzmán, conquistador español, en 1530.

El reino purépecha al que no pudieron conquistar los aztecas, no tuvo la grandeza monumental de la cultura azteca, ni sus monarcas vivieron en medio de lujo y grandes riquezas. Los purépechas fueron maestros en el arte plumario, las lacas y la cerámica y no eran afectos a las grandes estatuas.

Las representaciones de sus dioses las hicieron de caña de maíz. Sus deidades principales fueron: Curicaueri, dios del Sol y Cueravaperi, Diosa de la Naturaleza.

Su gobierno ha sido llamado teocrático-militar. El señorío era administrado por una nobleza hereditaria y un cuerpo de sacerdotes. El cargo militar y religioso más sublime lo poseía el Cazonci quien encarnaba al Dios Curicaveri.

**De acuerdo al texto anterior establece la relación entre las dos columnas colocando la letra que corresponda en los paréntesis.**

- |  |  |
|--|--|
| ( ).- Caudillo que en el siglo XIII se estableció en Naranxan, Cerca de Zacapu.                    | A.- Teocrático-militar                 |
| ( ).- Dios principal de los purépechas   | B.- Tangaxoan II                       |
| ( ).- Dirigente purépecha que logró la unificación de su Gente hasta conformar el Estado Purépecha | C.- Tzintzuntzan                       |
| ( ) A la muerte de Tariácur su imperio fue dividido en 3 reinos                                    | D.- Pátzcuaro, Tzintzuntzan e Ihuatzio |
| ( ) A mediados del siglo XV el imperio purépecha se consolidó y su capital fue..                   | E.- Tariácuri                          |
| ( ) Tipo de gobierno de los purépecha  | F.- Curicaveri                         |
| ( ) Nombre del cazonci que fue asesinado por el español Nuño de Guzmán                             | G.- Hireti Ticateme                    |

### CONTENIDO: los números hasta el 10 000

Hoy vamos a utilizar números hasta el diez mil, primero recordaremos el valor posicional de los números con la siguiente tabla.

|            | Decena de millar | Unidad de millar | Centena | Decena | Unidad |
|------------|------------------|------------------|---------|--------|--------|
|            | 1                | 1                | 1       | 1      | 1      |
| Representa | 10 000           | 1 000            | 100     | 10     | 1      |

Ya recordado el valor posicional, vamos a ver algunos ejemplos de la lectura de ese tipo de cantidades.

12754 = doce mil setecientos cincuenta y cuatro.      75499 = setenta y cinco mil cuatrocientos noventa y nueve.

*Siempre es recomendable separar de 3 en 3 de derecha a izquierda para facilitar su lectura, ya que cuando están todos juntos puede equivocarse uno, o se te puede dificultar mas su lectura.*

46 399 = cuarenta y seis mil trescientos noventa y nueve    56 743 = cincuenta y seis mil setecientos cuarenta y tres.

**Escribe en tu cuaderno las siguientes cantidades y después escribe la misma cantidad con texto, como en los ejemplos anteriores.**

|              |              |              |              |              |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>26305</b> | <b>61784</b> | <b>95365</b> | <b>31579</b> | <b>24950</b> | <b>12976</b> | <b>34591</b> | <b>62497</b> |
| <b>63451</b> | <b>18964</b> | <b>53498</b> | <b>74561</b> | <b>18645</b> | <b>65494</b> | <b>95651</b> | <b>35610</b> |

## Arte: Dibujo en 3D

Hoy vamos a realizar un trabajo sencillo, aun que lleva un rato realizarlo, vale la pena ver el resultado ya que mientras mas detalle le pongas mejor será el efecto.

Vamos a realizar el dibujo de nuestra mano con relieve o en tercera dimensión.

Lo primero que realizaremos será calcar el contorno de nuestra mano en la hoja.

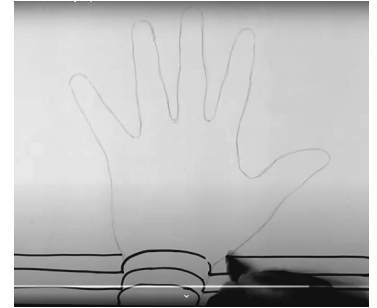
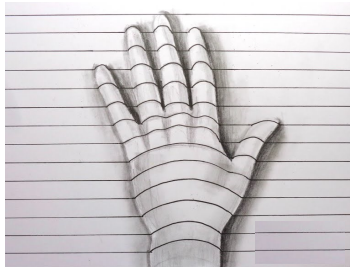
Enseguida vamos a hacer líneas rectas hasta llegar a la mano (puedes ayudarte de una regla o de las líneas de las hojas de tu libreta), dentro de la mano hacemos un arco que une ambas partes de la línea. (como la segunda imagen)



Para terminar el dibujo, solo tienes que marcar mas las líneas. Pero si quiere que quede aun mejor el efecto, puede colorear cada línea y agregarle sombras a la mano.

***Puedes ver un ejemplo en youtube buscando  
Como Dibujar una Mano en 3D - Facil y rápido***

***Tu dibujo debe verse parecido a este.***



## Salud comunitaria

Las personas sufren pérdida de audición a una edad cada vez más temprana. Para que no seas una de ellas, los especialistas te aconsejan.

*Aprenda a hablar por teléfono.*

No presione el auricular contra la oreja porque puede causar adormecimiento. Si tiene conversaciones largas es mejor pasar el teléfono de una oreja a otra, así las manos no se cansan y no compromete su audición.

*Sea cuidadoso en el agua.*

Al sumergirse en el agua, hágalo lentamente, sobre todo en aguas profundas así evita que se almacene agua en el oído y provoque otitis que es una infección en el oído.

*Evite la exposición a ruidos fuertes.*

exponer los oídos a sonidos intensos continuos o súbitos puede causar pérdida auditiva de carácter irreversible.

*No introducir ningún objeto en el oído.*

No utilice aplicadores o cotonetes. Los oídos poseen un mecanismo de autolimpieza que elimina las partículas de cerumen que se forman en su interior sin necesidad de ayuda alguna. Si vas a limpiarlo, que sea únicamente por la parte exterior para evitar cualquier problema.

*Hágase una audiometría.*

El riesgo de la pérdida de audición es que es un proceso lento que no presenta dolor. El problema es que es irreversible sin importar la edad, así que es mejor prevenir. Puedes acudir al doctor a que te realice una audiometría que sirve para medir tu capacidad de escuchar sonidos. Alrededor de los 40 años las células ciliadas del oído interno comienzan a morir, causando que a partir de esa edad nuestra capacidad auditiva vaya perdiéndose, en algunos con mayor rapidez y en otros con menor. Esto lleva a que la mitad de las personas de más de 80 años sufran pérdida de audición.

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 55

¡Buen día tengan ustedes y su familia, deseando que estén bien y trabajando con mucho entusiasmo.

FRASE DEL DÍA: ***“la primer riqueza es la salud”.***

***Ralph Waldo***

#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Una de las principales revistas médicas internacionales ha revisado los datos presentados y divulgados los resultados de los ensayos clínicos de la vacuna Sputnik V que han demostrado su eficacia. Obtuvo resultados positivos de los ensayos clínicos de fase I y II. Y actualmente, están en curso los ensayos de fase III a gran escala y se espera que los primeros resultados se publiquen en una revista médica en noviembre.

Como se publicó en The Lancet, el 100% de los adultos sanos participantes en los ensayos clínicos de Fase I-II de Sputnik V demostraron una fuerte respuesta inmune frente al SARS-CoV-2.

**FRASE DE LA ESCUELA: “Lo mejor que un padre puede dar a su hijo es una buena educación”.**

#### 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. Figuras geométricas: Dibujas con la mano derecha un cuadrado en el aire, 10 veces. Luego dibujas un triángulo en el aire con la mano izquierda, otras 10 veces. Finalmente realizas ambos movimientos al mismo tiempo.

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**

**Tu cuerpo      Autor: El show de Susana**

Para que tu cuerpo este de buen humor

Haz ejercicio es la solución

Muy desoacito y con control

Si lo cuidas se sentirá mejor

Si tu lo cuidas se sentirá mejor.

**Ven conmigo, mueve la cabeza (coro)**

**Sigue el ritmo, las manos al sol**

**Da una vuelta, suelta la cadera**

**Deja a tu cuerpo seguir esta canción.**

*Ai bada ba dubi, dubi dubi dubi da*

*Yo mi cuerpo lo muevo pa elante*

*Yo mi cuerpo lo muevo pa tras.*

Para que tu cuerpo este de buen humor

Bebe mucha agua y protégelo del sol

Toma vitaminas y recuerda lo mejor

Cuida mucho tu alimentación

Cuida mucho de tu alimentación

Para que tu cuerpo este de buen humor

Para que tu cuerpo este de buen humor

Para que tu cuerpo este de buen humor

Cuida mucho su alimentación

Cuida mucho su alimentación.

**Coro 2 veces**

*Ai bada ba dubi, dubi dubi dubi dubi*

**Coro 2 veces**

## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

¿Alguna vez te has enfermado de gripe o resfriado? ¿te han hecho algún te para curarte de esas enfermedades?, o ¿te han dado algún remedio casero, o untado algún ungüento?. Y te has mejorado o curado con lo que te dieron o te pusieron.

### Receta

Pregunta a tus familiares algún remedio que ayuden con los síntomas de la gripe o resfriado. Y escríbelo en tu libreta con sus ingredientes y como se aplica.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

Infusiones o té

### VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Escribe en tu cuaderno binas con el campo semántico de infusiones o té.

### ORACIONES

Elabora un enunciado con cada bina.

## CONCEPTUALIZACIÓN

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

Cualidad      abstracto      biogenética      átomo      molécula

### Contenido: adjetivos calificativos

Los adjetivos calificativos señalan una cualidad del sustantivo, ya sea concreta o abstracta. Por ejemplo: “El coche es azul” incluye un adjetivo calificativo “azul” que refiere a una característica concreta el color del “coche”.

**Lee las siguientes oraciones, escríbelas en tu cuaderno y encierra en un circulo los adjetivos calificativos y subraya los nombres o sustantivos a los que califican.**

**Ejemplo :** Ese (lindo) perrito se comió su comida en un segundo.

Juan y yo subimos un enorme cerro nevado.

Anita esta leyendo un cuento larguísimo.

María tiene el pelo rubio y los ojos verdes.

Me estoy comiendo una jugosa manzana.

Manche de lodo mis tenis blancos.

Unas grandes nubes taparon el sol.

Ese pequeño niño baila muy bien.

**Inventan 5 enunciados donde utilices algún adjetivo calificativo y encierra el adjetivo.**

## EL SISTEMA SOLAR

En nuestro sistema solar hay una estrella, el sol, que mantiene a muchos astros y materiales diversos girando a su alrededor por influencia de la gravedad: ocho grandes planetas (Mercurio, Venus, Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano y Neptuno), junto con sus satélites, planetas menores, asteroides, cometas, polvo y gas interestelar. Pertenecen a la galaxia llamada Vía Láctea, formada por miles de millones de estrellas, situadas a lo largo de un disco plano de 100.000 años luz. El Sistema Solar está situado en uno de los tres brazos en espiral de esta galaxia, llamado Orión, a unos 25.800 años luz del núcleo, alrededor del cual gira a la velocidad de 250 km por segundo, empleando 225 millones de años en dar una vuelta completa. A este tiempo le llamamos año galáctico.

Los cuerpos celestes son todos los objetos naturales que forman parte del universo y que pueden interactuar con otro cuerpo, debido a la fuerza de gravedad (orbitándolo o siendo orbitados), como los planetas, cometas, estrellas, satélites naturales, constelaciones, cometas, meteoros, etc.

*En una hoja blanca realiza el dibujo de un cuerpo celeste y mediante la técnica del rasgado, que consiste en recortar pequeños pedazos de papel no mayores a un centímetro, ya sean de revistas, libros, periódico etc., de acuerdo a los colores que correspondan al cuerpo celeste realizado, y estos se irán pegando para formar de esta manera nuestra figura. En la imagen se muestra una casa con la técnica de rasgado.*



## Ejercicios

Realiza la descomposición de valores de las siguientes cantidades en tu cuaderno.

Ejemplo:  $15253 = 10\,000 + 5\,000 + 200 + 50 + 3$

65432

25484

42591

69857

64851

87512

26541

96541

50851

15056

Copia a tu cuaderno y realiza las siguientes sumas.

35646

43687

34516

10265

6431

+ 48410

+ 13401

+ 54031

+ 45144

+ 93512

21654

61321

26545

34675

43216

+ 65134

+ 32654

+ 21564

+ 16245

+ 26440

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 56

Como cada día los saludo nuevamente recordándoles que sigan respetando las recomendaciones sanitarias.

FRASE DEL DÍA: *“Los medicamentos no siempre son necesarios. La creencia en la recuperación siempre lo es”.*  
**Norman Cousins**

#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

La Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE) dio a conocer que este domingo arrancó en Guerrero la fase III de prueba clínica de la vacuna contra el Covid-19 desarrollada por CanSino Biologics, la cual se llevará a cabo en centros de salud de esa entidad. Participarán entre 10 y 15 mil voluntarios mexicanos, mayores de 18 años, para la aplicación de las dosis en 20 centros de salud distribuidos en 12 entidades del país.

Esta estrategia ha incluido la colaboración con el sector salud a través de la coordinación de nuestras representaciones en el exterior para el aprovisionamiento de insumos médicos para los trabajadores de la salud, primera línea de defensa en el combate a la pandemia, así como la ampliación de la capacidad hospitalaria especializada para la recepción de los casos agudos de la enfermedad.

FRASE DE LA ESCUELA: **Disfruta de la vida y ayuda a otros a vivir una vida digna de ser disfrutada.**

**Mario Bunge**

#### 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.

Marcha cruzada: Tocas la rodilla derecha con la mano izquierda y luego la rodilla izquierda con la mano derecha. Lo puedes realizar parado, sentado o acostado.

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**

¿Has oído alguna vez el humo de algún camión, o carro? O algunos gases como los que sueltan las pinturas de aceite, el thinner u otros solventes. O el humo de un cigarrillo. Todos estos te causan daño.

### **EXPERIMENTACION**

Uno de los más trágicos efectos del humo de segunda mano (el de fumadores) en los bebés es el aumento del riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante. Los bebés también tienden a enfermarse más de neumonía, bronquitis, y sí, hasta de infecciones del oído.

A medida que los niños crecen, aquellos que están expuestos al humo de cigarrillo sufren con más frecuencia de resfriados e infecciones como la neumonía y les toma más tiempo recuperarse.

Si inhalas humo, pueden entrar en tu cuerpo sustancias tóxicas dañinas. Esto es más probable si el humo procede de plásticos o materiales sintéticos que están ardiendo.

Por eso es necesario cuidarnos de lo que respiramos, y de los olores que están a nuestro alrededor. Ya que podrían llegarnos a dañar o hasta causarnos enfermedades que no tienen cura.

### **VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS**

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

muebles de tu cuarto

materias de la escuela

### **VOCABULARIO Y FRASES: Trinas**

Has trinas con el campo semántico de muebles de tu cuarto.

### **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:

Nobles

plebeyos

igualitario

metalurgia

indumentaria

politeísta

### **CONTENIDO: RELACIÓN DE LOS PUEBLOS ORIGINARIOS CON LA NATURALEZA.**

El Señorío Purépecha

Organización Social: existían varias categorías sociales entre los purépechas: nobles, grandes señores y plebeyos o machuales, cada uno con determinadas obligaciones que también incluía a las mujeres (ésta fue la única cultura igualitaria en América)

Su indumentaria era distinta según la clase social a la que perteneciera. La gente del pueblo usaba un camisón largo; en los días de fiesta usaban mantas anudadas sobre el hombro. Generalmente andaban descalzos y descubiertos de la cabeza.

Tenían una prenda de lujo que consistía en un pequeño manto bordado con vivos colores y adornado con pelo de conejo o plumas, que usaban los nobles. Las mujeres usaban un lienzo que se enrollaba en la cintura y les cubría hasta debajo de las rodillas, sostenida por una faja o ceñidor; las de categoría superior se cubrían los hombros con mantos bordados de plumas.

El Comercio: los purépechas practicaban el comercio interior entre diversos pueblos que formaban el reino y el exterior con los otros reinos y provincias lejanas, pues los comerciantes purépechas solían llegar por el norte hasta Nuevo México y por el sur hasta Yucarán y Guatemala. El transporte de mercancías se efectuaba por medio de canoas en los lagos o por medio de cargadores en los caminos de tierra.

Organización Política: tenían un gobierno teocrático: el rey, al mismo tiempo que era la autoridad política suprema, representaba también a la religión; su deber principal consistía en mantener el culto al dios Curicaveri. La sucesión al trono era hereditaria entre los miembros de la familia real: hijos, hermanos o sobrinos del rey, quien tenía derecho a nombrar a su heredero.

Fueron también grandes guerreros y llevaron a cabo extensas conquistas, disponiendo de grandes contingentes armados con arcos, flechas y macahuit (macanas erizadas con punta de pedernal)

Religión: la religión tarasca era politeísta. Su dios principal era Curicaveri, el dios que los chichimecas opusieron a la deidad de los pueblos agrícolas de Naranxan. Curicaveri es el dios del fuego y personificaba también al sol.

Xaratanga era la deidad que hace crecer y reproducirse a los seres; está representada por la luna y como tal es la esposa de Curicaveri; era también diosa del sustento y recibía a los muertos en sus brazos.

La Metalurgia: los purépechas fueron esencialmente metalurgistas, principalmente de cobre, con una gran variedad de técnicas: el repujado, la fundición, el vaciado a “cera perdida”, filigrana, soldadura y dorado en cobre.

**Copia a tu cuaderno y responde a las siguientes preguntas de acuerdo al texto anterior:**

- a.- ¿cuáles eran las categorías sociales había en la sociedad purépecha?
- b.- ¿cómo vestía la gente del pueblo?
- c.- ¿cómo vestían las mujeres?
- d.- ¿qué productos crees que comerciaban los purépechas con otros pueblos?
- e.- ¿cuál era el deber principal del rey purépecha?
- f.- ¿quién era Xaratanga?

### CONTENIDO: FRACCIONES DE IGUAL DENOMINADOR

Recordemos que una fracción representa el número de partes que tomamos de una unidad que está dividida en partes iguales.

En esta ocasión vamos a realizar sumas y restas de fracciones.

Cuando tenemos dos o más fracciones con el mismo denominador, se suman los numeradores y se mantiene el mismo denominador. Recordemos las partes de la fracción.

Por ejemplo: tenemos  $\frac{3}{5} + \frac{1}{5} = \frac{4}{5}$

$\frac{1}{4}$  Numerador  
4 Denominador

Sumamos los numeradores  $3 + 1 = 4$  y el denominador es el mismo 5.

En pocas palabras, se suman los números de arriba y el de abajo se queda igual.

En el caso de la resta son las mismas reglas pero restando.

$$\frac{4}{5} - \frac{1}{5} = \frac{3}{5}$$

**Escribe en tu cuaderno las siguientes sumas y restas de fracciones y resuélvelas.**

$$\frac{2}{4} + \frac{3}{4} = \quad \frac{4}{8} + \frac{2}{8} = \quad \frac{3}{9} + \frac{5}{9} = \quad \frac{5}{7} - \frac{3}{7} = \quad \frac{4}{4} - \frac{2}{4} = \quad \frac{3}{3} - \frac{2}{3} =$$

$$\frac{4}{7} + \frac{3}{7} = \quad \frac{2}{5} + \frac{3}{5} = \quad \frac{2}{6} + \frac{7}{6} = \quad \frac{6}{8} - \frac{3}{8} = \quad \frac{4}{5} - \frac{1}{5} = \quad \frac{6}{7} - \frac{4}{7} =$$

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 57

¡Buenos días! hoy que terminamos una productiva semana más de trabajo. Recordándote que cuides tu salud.

FRASE DEL DÍA: ***“La mejor medicina es un ánimo siempre gozoso”.***

***Salomón***

#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Las autoridades sanitarias mexicanas, así como otras internacionales, cuentan con toda la información de la vacuna aplicada previamente y contarán con información en tiempo real del desarrollo de la fase III en México. Nuestra autoridad sanitaria ya tiene acceso a los resultados de ensayos preclínicos y clínicos de las fases I y II. El protocolo y la autorización de los centros de salud participantes pasaron por un riguroso proceso de evaluación liderado por la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios, entidad reguladora de nuestro país.

Nuestro país da un paso importante para garantizar el derecho a la salud de nuestra población, así como el acceso universal a la vacuna contra el Covid-19 de una manera eficaz y segura.

**FRASE DE LA ESCUELA: Una buena educación no solo tiene que enseñar cómo leer, sino qué merece la**

#### 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 viernes haremos el siguiente ejercicio. A MOVER LAS MANOS A MOVER LOS PIES cuando movamos mano derecha, movemos pie izquierdo, cuando movamos mano izquierda, movemos pie derecho, cuando saltamos con pie derecho, movemos mano izquierda, cuando saltamos en pie izquierdo, movemos mano derecha.

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

**El acto de cantar hace que el cuerpo libere endorfinas, que están asociadas con el placer.**

**Hoy vamos a cantar**

#### Como me gusta la fruta — El show de Susana

Todas las mañanas al desayunar  
Tomo mis zumito sano y natural  
Luego por la tarde y tras merendar  
Una buena fruta nunca ha de faltar.

Como me gusta la fruta (coro)  
El plátano, el melón  
Manzana o mandarina  
Piña o melocotón.

Tiene tantas vitaminas  
Me encanta su sabor  
Y siempre que la como  
Mi cuerpo está mejor.

Te da mucha energía y tan fresquita es  
Que en cualquier momento la puedes comer  
Siempre hay que pelarla o lavarla bien  
Y veras que fuerte te vas a poner.

Como me gusta la fruta (coro)  
El plátano, el melón  
Manzana o mandarina  
Piña o melocotón.

Tiene tantas vitaminas  
Me encanta su sabor  
Y siempre que la como  
Mi cuerpo está mejor.

Como me gusta la fruta...

## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Ya comienzan a llegar lo fríos, y con ello llegan algunas enfermedades que podemos evitar procurando algunos cuidados. El frío provoca que las barreras naturales de defensa de la nariz pierdan su eficacia. O permanecer en lugares cerrados en contacto con otros niños facilita el contagio de los virus.

Si bien uno de los principales consejos para evitar los efectos del frío es abrigarse, abrigarlos demasiado puede ser contraproducente, ya que un exceso de tela les impide regular su temperatura corporal con la del ambiente, por eso solo ponte lo necesario para mantenerte caliente y no poner de mas.

Se recomienda abrir las ventanas de las habitaciones al menos 10 minutos al día para que estén ventilados.

Lavarse las manos con frecuencia, especialmente antes de comer, al entrar en casa y si ha estado en contacto con otros niños. No ingerir bebidas frías, y en cambio tomar caldos y bebidas calientes o agua a temperatura ambiente.

## DIBUJO

Dibuja algunas de las recomendaciones para evitar enfermarte con la llegada del clima frío.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

Sistema solar

alimentos enlatados

## VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Escribe en tu cuaderno binas con el campo semántico del sistema solar.

## ENUNCIADOS

Realiza enunciados con cada una de las binas que hiciste.

## CONCEPTUALIZACIÓN

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

Reemplazar

sustituir

Monómero

polímero

coacervado

elipse

## Contenido: Los pronombres personales

Los pronombres personales son palabras que remplazan al sujeto, nombre o sustantivo de la oración y se utilizan para sustituir a las personas, animales o cosas, sin necesidad de nombrarlos, estos son: yo, tú, el, ella, nosotros, ustedes, ellos.

Por ejemplo: **Yo** cepillo mis dientes

**Tú** usas hilo dental

**El** se tapara la nariz al estornudar.

**Ella** toma te de menta.

*Escribe dos enunciado con cada uno de los pronombres personales.*

## UNIVERSO Y HUMANIDAD

Realiza la siguiente lectura

Los planetas del Sistema Solar tienen una trayectoria en forma de elipse alrededor del Sol que constituye uno de los centros de la elipse; el otro centro es un punto imaginario que necesitamos para trazar la órbita de los planetas. Todas las elipses descritas por los planetas parecen un círculo. Solamente Mercurio, el más cercano y Plutón, el más alejado, están en ciertos momentos más lejos del Sol. La Tierra ni se aleja ni se acerca mucho del Sol cuando gira. Por eso podemos decir que nuestro planeta está situado, más o menos, a 150 millones de kilómetros del Sol.

**Realiza el siguiente experimento.**

| <b>Materiales.</b>  | <b>Procedimiento</b>   |
|---|--|
| Un pedazo de cordel de 32 cm<br>Dos tachuelas<br>Un lápiz<br>Una hoja de papel<br>Una regla<br>Una tabla más grande que la hoja de papel. | Haz un nudo en los dos extremos del cordel. Coloca la hoja sobre la tabla y traza una línea a lo largo, que divida la hoja en dos.<br>Con la ayuda de las tachuelas, fija los extremos del cordel a 5 cm. de los bordes de la hoja de papel, sobre la línea.<br>Coloca la punta del lápiz sobre la hoja de papel de manera de tensar el cordel.<br>Luego haz girar el lápiz sobre la hoja, manteniendo el cordel tenso.<br>Realiza nuevamente el dibujo, acercando 2 cm cada vez más las tachuelas una de otra. ¿Qué observas? |

## Ejercicios

*Escribe en tu cuaderno las siguientes sumas y restas de fracciones y resuélvelas.*

$$\frac{5}{9} + \frac{4}{9} = \quad \frac{4}{8} + \frac{6}{8} = \quad \frac{7}{9} + \frac{5}{9} = \quad \frac{9}{7} - \frac{7}{7} = \quad \frac{7}{4} - \frac{5}{4} = \quad \frac{7}{3} - \frac{3}{3} =$$

$$\frac{5}{7} + \frac{3}{7} = \quad \frac{4}{5} + \frac{3}{5} = \quad \frac{5}{6} + \frac{7}{6} = \quad \frac{7}{8} - \frac{6}{8} = \quad \frac{6}{5} - \frac{3}{5} = \quad \frac{9}{7} - \frac{4}{7} =$$

## Arte

*Ya realizaste tu mano con relieve, ahora intenta dibujar alguna otra cosa, como una esfera, un corazón o incluso tu nombre.*

