

*Escuela transformadora para la patria digna*

# 4º DE PRIMARIA

*UNIDAD 3. SALUD COMUNITARIA INTEGRAL*

**DEL 9 AL 13 DE NOVIEMBRE/SEMANA 12**



*Educación popular, integral, humanista y científica*

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 4o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

# # 54

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Hola. ¿Qué me cuentas?

**FRASE DEL DÍA:** En cada amanecer hay un vivo poema de esperanza, y, al acostarnos, pensemos que amanecerá

#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

El lunes 9 de noviembre entra en vigor el Semáforo de Riesgo Epidémico que estará vigente hasta el 22 de noviembre. Dos entidades estarán en rojo -nivel de riesgo máximo-; 18 en naranja -nivel alto-; 11 en amarillo, riesgo medio, y una en verde, riesgo bajo o moderado, informó el director general de Epidemiología, José Luis Alomía Zegarra. Las personas que viven en los estados donde se incrementó el riesgo y pasaron de semáforo naranja a rojo, como Durango, o de amarillo a naranja -Sinaloa, Sonora y Guanajuato-, deben estar atentas a las indicaciones de las autoridades estatales.

**FRASE DE LA ESCUELA:** “Aprender a leer es lo más importante que me ha pasado en la vida”.

**TEMA GENERAL:** LA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y LA MEDICINA TRADICIONAL.



Iniciamos con los ejercicios del lunes. Todos los ejercicios son importantes. Dale fuerza a los estiramientos. Hoy vamos a realizar RODADA DE TRONCO, en un área plana o inclinada, recostados primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda, nos impulsamos para que nuestro cuerpo ruede, los brazos los colocamos al lado de las orejas. **Los beneficios son la mejora del sistema respiratorio, del equilibrio, el estímulo de los dos hemisferios cerebrales y el desarrollo adecuado de la lateralidad, ayudando a mejorar la escritura.**



**La POESÍA es el eco y el ritmo de la melodía del universo en el corazón de los seres humanos.**

#### ESTE AMOROSO TORMENTO

Juana Inés de Asbaje Ramírez de Santillana

Este amoroso tormento  
que en mi corazón se ve,  
se que lo siento y no se  
la causa porque lo siento

Siento una grave agonía  
por lograr un devaneo,  
que empieza como deseo  
y para en melancolía.  
y cuando con mas terneza  
mi infeliz estado lloro

se que estoy triste e ignoro  
la causa de mi tristeza. "

Siento un anhelo tirano  
por la ocasión a que aspiro,  
y cuando cerca la miro  
yo misma aparto la mano.  
Porque si acaso se ofrece,  
después de tanto desvelo  
la desazona el recelo  
o el susto la desvanece.

Y si alguna vez sin susto  
consigo tal posesión

(cualquiera) leve ocasión  
me malogra todo el gusto.

Siento mal del mismo bien  
con receloso temor  
y me obliga el mismo amor  
tal vez a mostrar desdén.

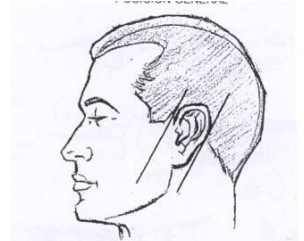


## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Vamos a guardar silencio por un momento. Pide a todos en casa no hacer ruido y escuchar con atención por un momento. Reconoce los sonidos, pueden ser de animales, del viento, de autos o música. Ahora escucha alguna melodía agradable. La oreja capta las ondas sonoras que se transmiten a través del conducto auditivo hasta el tímpano. El tímpano es una membrana flexible que vibra cuando le llegan las ondas sonoras. Esta vibración llega a la cadena de huesecillos que amplifican el sonido y lo transmite al oído interno a través de la ventana oval. Es muy importante cuidar nuestros oídos con los cuales apreciamos infinidad de sonidos.

## DIBUJO

Dibuja en tu cuaderno tu cara de perfil, no olvides la oreja.



## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO

SEMÁNTICO DE 12 NOMBRES PROPIOS CON M:

Martha

Mauricio

Magdalena

Magali

María

Manuel

## VOCABULARIO Y FRASES: ESCRIBE 3 ENUNCIADOS. USA LOS NOMBRES PROPIOS

|    |  |
|----|--|
| 01 | Mauricio escucha música instrumental clásica.                        |
| 02 | Magali Utiliza sus audífonos con moderación para no dañar sus oídos. |
| 03 |  |
| 04 |  |
| 05 |  |

## CONCEPTUALIZACIÓN

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

SONIDO:

MÚSICA:

TÍMPANO:

EJEMPLO. OÍDO INTERIOR: Es una de las tres porciones en que se divide el oído. Está formado por dos partes diferenciadas: Laberinto anterior, también llamado cóclea o caracol, que se encarga de la audición.

## TEMAS DEL DÍA

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL.

EJE TEMÁTICO: GRAMÁTICA

CONTENIDO: Uso de la "c", "z" y "s"

LECCIÓN DEL LIBRO: Las letras: C, Z, y S.

PÁGINA: 54

**PALABRAS CLAVE:** Conducir, aducir, rotación, dulcecito, mudanza, belleza, portazo, masivo, comprensión, lindísima.

**CONCEPTO. DIMINUTIVO:** Son afijos derivativos que modifican un sustantivo, para dar un matiz de tamaño pequeño, o bien como expresión de cariño o afecto.

Lee la lección de tu libro y escribe oraciones empleando palabras con C, Z y S.

**CIENCIAS EJE TEMÁTICO: EL UNIVERSO Y LA HUMANIDAD.**

**CONTENIDO:** Historia de la tierra: las eras geológicas.

**LECCIÓN DEL LIBRO: LAS ERAS GEOLÓGICAS: MESOZOICO Y SUS PERIODOS. PÁGINA: 79**

**PALABRAS CLAVE:** Periodos, Triásico, Jurásico, Cretácico, Laurasia, Gondwana, dinosaurios.

**CONCEPTO: ERA GEOLÓGICA:** Es una unidad de tiempo que sirve para identificar determinados períodos de conformación de la Tierra.

Lee la lección de tu libro y escribe dos características de cada periodo: Triásico, Jurásico y Cretácico.

**MATEMÁTICAS. ARITMÉTICA. CONTENIDO:** Representar números hasta centenas de millar.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Representar números hasta centenas de millar. **PÁGINA: 77**

Antes de resolver las SUMAS reconoce el valor de cada número según la posición que ocupa. En la primera SUMA un número 4 se ubica en las unidades, vale 4, otro se ubica en las centenas de millar, vale 400 mil.

|   | CM | DM | UM | C | D | U |
|---|----|----|----|---|---|---|
|   | 4  | 6  | 8  | 0 | 6 | 4 |
| + | 3  | 9  | 7  | 7 | 5 | 3 |

|   | CM | DM | UM | C | D | U |
|---|----|----|----|---|---|---|
|   | 6  | 6  | 5  | 4 | 8 | 2 |
| + | 3  | 5  | 6  | 7 | 9 | 9 |

**CULTURA. EJE TEMÁTICO: CIENCIA, TECNOLOGÍA Y SABERES VALIDOS EN LA CULTURA.**

**CONTENIDO:** El chapopotli.

**PALABRAS CLAVE:** Chapopote, petróleo crudo, petróleo refinado, yacimientos, antorchas.

**CONCEPTO. CHAPOPOTE:** Sustancia negra y espesa que se obtiene del petróleo y que se emplea principalmente para asfaltar caminos o como impermeabilizante; suele ser arrastrado por los ríos hasta las playas del mar o puede aflorar en las riberas fluviales.

Lee el ANEXO. En tu cuaderno anota tres ideas principales sobre el uso antiguo del petróleo.

**MODELO:** En tu cuaderno elabora un dibujo sobre como imaginas que fueron la eras geológicas.

**REFLEXIÓN FILOSÓFICA**

¿Por qué se dice que los Olmecas fueron los primeros petroleros?

¿Dónde aprendieron los Olmecas a usar el chapopote? ¿Qué usos le dieron?

**EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN:** Ahora que conozco un poema de sor Juana Inés de la Cruz

¿Quién fue ella? ¿Qué hizo? ¿Por qué se hizo monja?

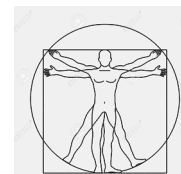
# ANEXO: El chapopotli

Los olmecas fueron los primeros mesoamericanos en recoger y procesar el petróleo que brotaba de los yacimientos naturales (comúnmente llamado chapopote, asfalto o betún), así como en utilizarlo para la ornamentación y sellado, como pegamento y en otros usos aún desconocidos.

Entre los olmecas, el chapopote era usado para sellar acueductos de basalto y las embarcaciones; como decoración de figurillas y en mangos de cuchillos; y como material de construcción, pues se utilizaba como recubrimiento de pisos, y tal vez de muros y techos. Dibuja en tu cuaderno un olmeca con una antorcha.







FECHA

Hola. Feliz día.

**FRASE DEL DÍA:** “Lee y conducirás, no leas y serás conducido”.

### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

El gobernador de Durango, informó que la entidad retrocede a semáforo rojo por COVID. El personal médico se encuentra cansado y desgastado, y ha crecido la velocidad de contagio. Desde el martes 3 y cuando menos hasta el 17 de noviembre, se aplicarán nuevas restricciones, como la prohibición de la venta de bebidas alcohólicas. Se sancionará a quien sea sorprendido vendiendo bebidas embriagantes. Se permitirán solo actividades económicas esenciales, como las del sector automotriz, minería, forestal, energético y de la construcción, con la aplicación de estrictos protocolos. Llamó a la población a cuidarse.

**FRASE DE LA ESCUELA:** Libros, caminos y días dan al hombre sabiduría

**TEMA GENERAL:** LA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y LA MEDICINA TRADICIONAL.

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy haremos el siguiente ejercicio: VOLTERETAS HACIA ADELANTE (MAROMAS), sobre pasto o cobijas. Dobla las piernas y pon las manos al lado de los pies, mirando hacia adelante y varios centímetros frente a cada pie. Tu pecho debe quedar sobre tus muslos. Dobla la espalda y baja la cabeza hasta ver tu ombligo. Recuerda que cuando realices una voltereta, tu cabeza nunca debe tocar el suelo. Realiza las maromas que puedas, cuidando tu cabeza y cuello.



**Una sola IMAGEN nos puede brindar muchos elementos de información para la reflexión. Veamos estas imágenes para motivar la imaginación.**



## Animales de la prehistoria en México

## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Observa el cono de tu oreja. Es la parte externa de tu oído. Es una parte viva de tu cuerpo. El oído constituye todo un sistema auditivo que requiere protección y cuidados. Con una toallita húmeda, un pañuelo o un poco de papel higiénico limpia la parte externa del oído. Ahí hay que lavar o limpiar diariamente sin introducir ni objetos ni líquidos que lo pueden dañar en sus partes internas.



Observa con atención la oreja de un familiar y dibújala en tu cuaderno.

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

OREJA:

TÍMPANO:

MEMBRANA:

Antes de resolver las RESTAS reconoce el valor de cada número según la posición que ocupa. En la primera RESTA un número 5 se ubica en las unidades, vale 5, otro se ubica en las centenas de millar, vale 500 mil.

| CM | DM | UM | C | D | U |
|----|----|----|---|---|---|
| 5  | 0  | 9  | 9 | 7 | 5 |
| -  | 3  | 6  | 4 | 4 | 1 |
|    |    |    |   |   | 3 |

| CM | DM | UM | C | D | U |
|----|----|----|---|---|---|
| 5  | 1  | 9  | 9 | 7 | 5 |
| -  | 4  | 2  | 7 | 6 | 5 |
|    |    |    |   |   | 2 |

| CM | DM | UM | C | D | U |
|----|----|----|---|---|---|
| 9  | 1  | 2  | 3 | 5 | 5 |
| -  | 6  | 7  | 4 | 3 | 4 |
|    |    |    |   |   | 4 |

## TEMAS DEL DIA

**MATEMÁTICAS. EJE TEMÁTICO: ARITMÉTICA. CONTENIDO: La multiplicación.**

**LECCIÓN DEL LIBRO: MULTIPLICACIÓN PÁGINAS: 78 y 79**

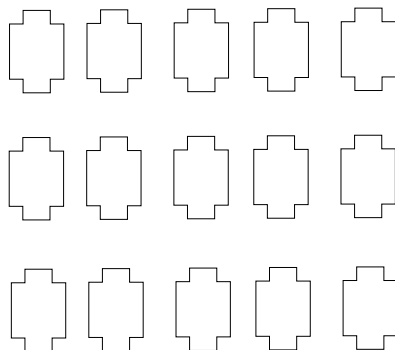
PALABRAS CLAVE: Número, cifra, suma, resta, multiplicación, división, aritmética, resultado.

Observa y cuenta los objetos en la fila y el número de filas. Realiza la multiplicación.



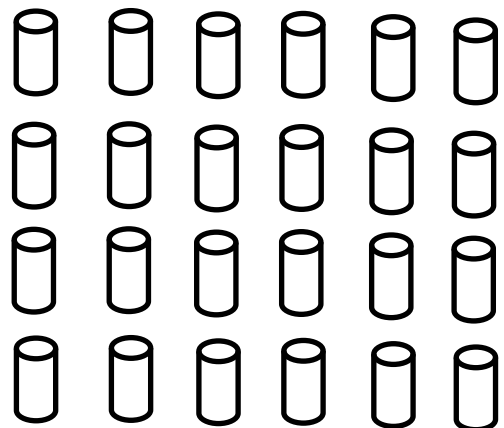
$$2 \times 3 = 6$$

$$3 \times 2 = 6$$



$$3 \times 5 =$$

$$5 \times 3 =$$



$$4 \times 6 =$$

$$6 \times 4 =$$

Lee la lección de tu libro y resuelve los dos problemas.

**SOCIEDAD. EJE TEMÁTICO: LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA ORGANIZACIÓN COMUNITARIA Y POPULAR.**

**CONTENIDO:** Algunas funciones de la asamblea escolar

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Algunas funciones de la Asamblea Escolar **PÁGINA:** 61

**PALABRAS CLAVE:** Autoestima, cooperación, jornadas, charlas, solidaridad, responsabilidad, organización.

Lee la Lección de tu Libro, escribe en tu cuaderno las preguntas y respuestas.

1. ¿Cuáles son las utilidades de la Asamblea Escolar?
2. Menciona 3 FUNCIONES de la Asamblea Escolar.
3. ¿Qué elementos son necesarios para la convivencia sana?
4. ¿Qué era el Telpochcalli?

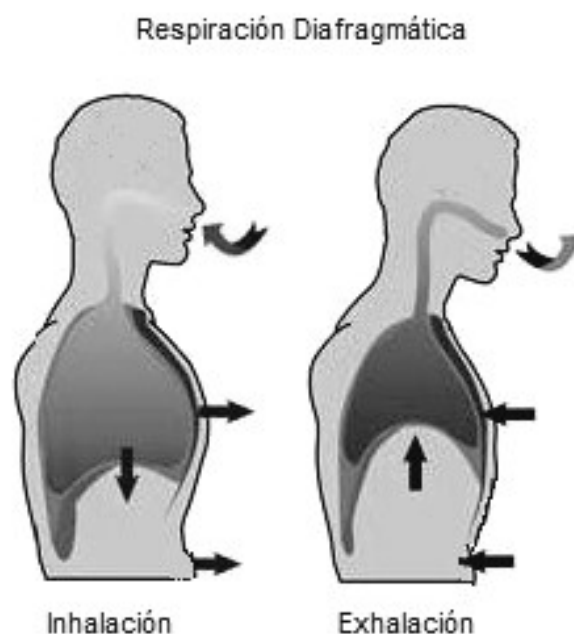
**SALUD COMUNITARIA INTEGRAL.**

**CONTENIDO:** PULMONES ÓRGANOS VITALES.

**PALABRAS CLAVE:** Pulmón, bronquio, tráquea, alvéolo, aire, respiración, oxigenación.

**CONCEPTO.** Los pulmones son los órganos en los cuales la sangre recibe oxígeno procedente del aire inspirado y se desprende del dióxido de carbono, el cual pasa al aire espirado. Debido al espacio ocupado por el corazón, el pulmón derecho es más grande que su homólogo izquierdo. Las arterias pulmonares son las únicas arterias del organismo que transportan sangre desoxigenada, mientras que las venas pulmonares, tras el intercambio gaseoso en los alvéolos, aportan sangre oxigenada hacia la aurícula izquierda. La ventilación es el proceso por el cual el aire atmosférico rico en oxígeno entra en los pulmones, los cuales expulsan a continuación aire pobre en oxígeno y rico en dióxido de carbono.

Copia el dibujo en tu cuaderno.



**MODELO:** Con ayuda de tu mamá canta una canción cuyo mensaje sea educativo, luego escribe la letra en tu cuaderno.

**REFLEXIÓN FILOSÓFICA:** COPIA EN TU CUADERNO LAS PREGUNTAS Y RESPUESTAS.

Desde tiempos remotos, los pueblos originarios edificaron una portentosa organización basada en asambleas comunitarias y en Consejos de ancianos. La primera fue la instancia de discusión, planeación y toma de acuerdos, la segunda (el Consejo), fue la instancia guía, la dirección colectiva, donde se reunía la gente con más conocimiento y experiencia. Las ASAMBLEAS se mantienen como formas de organización en muchas comunidades de México; le dieron vida a los ejidos y a las organizaciones de los trabajadores. ¿Pregunta a tu mamá si ha estado presente en alguna ASAMBLEA? ¿Qué temas se abordaron? ¿Qué opina de las ASAMBLEAS?

**EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN:** Ahora sé que las ASAMBLEAS son formas básicas de organización democrática que necesitamos promover para ejercer el derecho a opinar y decidir.



# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 4o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO



# #56

FECHA

Hola. Que cosas nuevas tienes para contar.

**FRASE DEL DÍA:** De los diversos instrumentos inventados por el hombre, el más asombroso es el libro.

#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Los rebrotes de coronavirus han provocado que varias zonas hayan impuesto nuevas restricciones, con el fin de controlar los nuevos casos. En lo que llamamos la segunda ola, la COVID 19 está poniendo en peligro de nuevo la estabilidad sanitaria, y por tanto, se han establecido diferentes protocolos para evitar que la curva de contagio siga subiendo. Es importante que todos, administraciones, sector sanitario y ciudadanía, colaboremos para evitar que los rebrotes de coronavirus sigan expandiéndose, si cumplimos las normas y los protocolos, podremos evitar que los centros de salud lleguen a colapsar.

**FRASE DE LA ESCUELA:** En muchas ocasiones la lectura de un libro ha hecho la fortuna de un hombre, decidiendo el curso de su vida.

**TEMA GENERAL:** LA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y LA MEDICINA TRADICIONAL.

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes). Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy 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.



**El CANTO** es nombrar todo lo bello y encender el entusiasmo. Usamos la laringe al cantar. Hoy vamos a cantar. Canta con claridad, cuida el ritmo, la melodía y la armonía.

#### TRABAJADORES DE LA SALUD

Este día quiero saludar,

y también felicitar,

a la gente de blanco,

que va a trabajar.

Médicos y enfermeras,

camilleros y analistas,

trabajadoras sociales,

cocineras y dentistas,

cirujanos y especialistas

que en la clínica y el hospital

se dedican a curar,

a los enfermos sanar,

siempre con una sonrisa

y palabras de esperanza

a todos nos dan confianza.

## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

¿Qué haz sentido el inicio de la temporada de frío? A esos cambios de temperatura nuestro cuerpo se va adaptando; en ocasiones los cambios son demasiado bruscos y nos provocan resfriados, catarro o gripe. Es importante la atención oportuna de esas enfermedades para evitar se conviertan en cuadros graves que puedan afectar el oído. De manera preventiva, en temporada de frío, nuestros antepasados acostumbraban tomar tecitos. ¿Conoces alguno? ESCRIBE LOS INGREDIENTES, LA FORMA DE ELABORACIÓN Y DE CONSUMO.

## DIBUJO

Dibuja cinco cítricos. Pueden ser limones, naranjas, limas, toronjas, guayabas, fresas o jitomates.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE CÍTRICOS.

Limón

Naranja

Mandarina

Toronja

Jugo

Gajo

Hoja

Bulbo

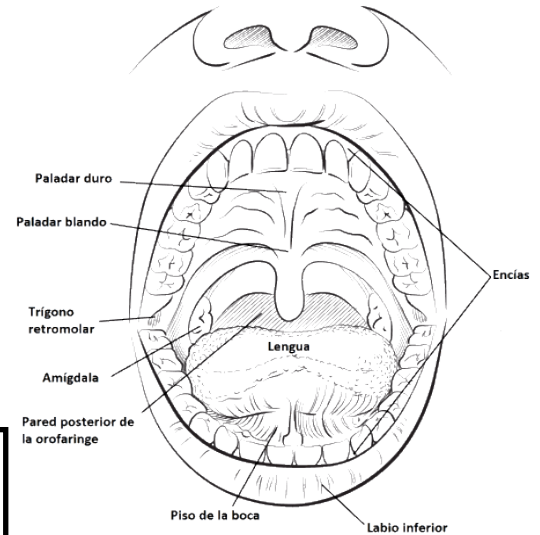
Hueso

Semilla

Zumo

Aceite

Esencia



## VOCABULARIO Y FRASES: ESCRIBE 3 ORACIONES COMPUESTAS (tienen más de un verbo conjugado).

|    |   |
|----|---|
| 01 | Laura <u>tomó</u> té de camelina, le <u>puso</u> jugo de limón y miel.              |
| 02 | Lázaro <u>limpia</u> su garganta, <u>hace</u> gárgaras con agua, carbonato y limón. |
| 03 |   |
| 04 |   |

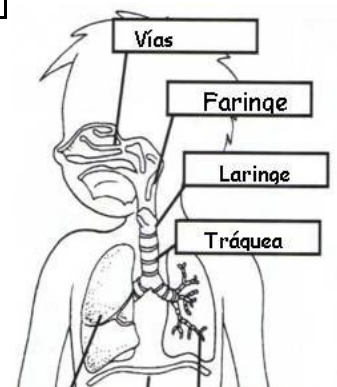
## CONCEPTUALIZACIÓN

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

**GANGLIOS:**

**GARGANTA:**

**FARINGE:**



## TEMAS DEL DÍA

**DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL. EJE TEMÁTICO: LENGUA Y CULTURA ORIGINARIA REGIONAL.**

**CONTENIDO:** Introducción al vocabulario purépecha.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Caracol.

**PÁGINA:** 55

**PALABRAS CLAVE:** Caracol, cansancio, camino, duro, liso, rasposo, áspero, confianza, seguridad.

Lee la lección de tu libro. Primero en purépecha: **UTUKXI**, después en español **CARACOL**.

Escribe un enunciado donde utilices la palabra **CHOPERI** (duro) y otro usando la palabra **PITSIPITI** (liso). **EJEMPLO:**  
El día amaneció con una punapeti (suave) brisa.

**CIENCIAS: EJE TEMÁTICO: UNIVERSO Y HUMANIDAD.**

**CONTENIDO:** Sistemas materiales homogéneos y heterogéneos.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Materiales homogéneos y heterogéneos. **PÁGINA: 81**

**PALABRAS CLAVE:** Materia, estados físicos, factores, presión, temperatura, propiedades, homogéneo, heterogéneo. Los objetos o cuerpos que existen en el universo están formados por materia, la cual puede encontrar en estado sólido, líquido o gaseoso. **LEE** la Lección de tu Libro, **COPIA** el esquema y **COMPLETA** la TABLA.

| MATERIA EN ESTADO SÓLIDO | MATERIA EN ESTADO LÍQUIDO | MATERIA EN ESTADO GASEOSO |
|--------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Roca                     | Agua                      | Oxígeno                   |
| Silla de madera          | Alcohol                   | Vapor de agua             |
|                          |                           |                           |
|                          |                           |                           |

**MATEMÁTICAS. EJE TEMÁTICO: ARITMÉTICA. CONTENIDO:** Comprobación de la operación.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Comprobación de la operación.

**PÁGINA: 80**

$$8 \times 7 = 56$$

Invertir el orden de los factores es una forma de comprobar el resultado de la multiplicación.

$$6 \times 9 =$$

En la Lección de tu Libro encontrarás otra forma de invertir los factores para comprobar el resultado. Resuelve las MULTIPLICACIONES.

$$7 \times 8 = 56$$

$$9 \times 6 =$$

**ACTIVIDAD TRANSFORMADORA. EJE TEMÁTICO: EL TRABAJO EN LA EVOLUCIÓN HUMANA.**

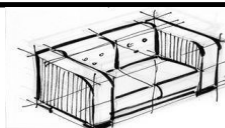
**CONTENIDO:** Los muebles para sentarse.

**PALABRAS CLAVE:** Sentarse, asiento, silla, banco, butaca, banca, sillón, sofá, reclinatorio, respaldo.

En los tiempos más antiguos, los seres humanos utilizaban piedra, troncos o relieves del suelo para sentarse y descansar. Al paso del tiempo se empezaron a labrar bancos exprofeso para sentarse. Actualmente la variedad de sillas, sillones o muebles para sentarse es muy variado; se utilizan una diversidad de materiales.

Dibuja tres tipos de asientos o muebles utilizados para sentarse. Cuida las características y detalles de cada uno.

**MODELO:** Piensa en un tipo de silla o sillón que te gustaría fabricar. Elabora el diseño en tu cuaderno.



**REFLEXIÓN FILOSÓFICA:** Las sociedades en sus distintas épocas han pensado y creado distintos inventos para atender a las necesidades de su tiempo. Piensa tres inventos que son indispensables para la humanidad en medio de las crisis: Medioambiental, ecológica, sanitaria, energética, económica y política.

**EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN:** Ahora entiendo que la **NECESIDAD** es uno de los principales factores que mueve-motiva a los pueblos a inventar.

# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## 4o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO



# #57

FECHA

Buen día. ¡ÉXITO!

**FRASE DEL DÍA:** La lectura es a la mente lo que el ejercicio al cuerpo.

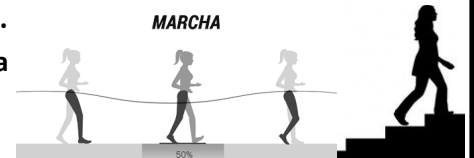
#### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Ante el riesgo de rebrote de Covid-19, existen una serie de recomendaciones para evitar el colapso de los centros sanitarios, y evitar más contagios, tanto entre el personal médico, como hacia otros pacientes. Es importante disponer en toda el área médica de los materiales que evitan el contagio, especialmente mascarillas y gel hidroalcohólico. Estos elementos deben estar tanto en la entrada como en otras zonas hospitalarias, y disponibles tanto para trabajadores como para pacientes. Es importante evitar la aglomeración de pacientes en espacios comunes. En ocasiones, las salas de espera se masifican, el centro debe emitir citas médicas que eviten la saturación hospitalaria. En lo posible, es recomendable tomar la temperatura a toda persona que acceda a la clínica u hospital. En caso de que una de las personas muestre síntomas de fiebre, será necesario llevar a cabo un protocolo de aislamiento. Sigue cuidándote.

**FRASE DE LA ESCUELA:** Los libros son amigos que nunca decepcionan.

**TEMA GENERAL:** LA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y LA MEDICINA TRADICIONAL.

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes). Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy 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.



Una sola IMAGEN nos puede brindar muchos elementos de información para la reflexión. Observa con atención las siguientes:



## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Observa con atención un cerillo. La cabeza esta hecha con pólvora, el pabilo puede ser de madera o de papel encerado. Al quemarse la pólvora genera unos gases y el pabilo otros, en ambos hay bióxido de carbono que en cantidades mayores es nocivo para nuestro sistema respiratorio y puede generar intoxicación de nuestro cuerpo. Personas con inhalación constante de humo de leña o de carbón, de smog de los autos e industrias o humo del cigarro, terminan con enfermedades pulmonares graves.

## DIBUJO

**Dibuja tres emisores de humos nocivos.**

El Doctor Leandro está elaborando una estadística de fumadores de su ciudad tomando en cuenta el número de cigarrillos y los cigarrillos consumidos. Vamos a ayudarlo con estas MULTIPLICACIONES:

|  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|--|----|---|---|---|--|---|---|---|--|--|---|---|--|----|---|---|---|--|---|---|---|--|--|---|---|--|----|---|---|---|--|---|---|---|--|--|---|---|--|----|---|---|---|--|--|---|---|---|--|--|---|--|---|
| <table style="margin: auto;"> <tr><td>UM</td><td>C</td><td>D</td><td>U</td></tr> <tr><td></td><td>3</td><td>6</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>X</td><td>5</td></tr> </table> | UM | C | D | U |  | 3 | 6 | 5 |  |  | X | 5 | <table style="margin: auto;"> <tr><td>UM</td><td>C</td><td>D</td><td>U</td></tr> <tr><td></td><td>3</td><td>6</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>X</td><td>2</td></tr> </table> | UM | C | D | U |  | 3 | 6 | 5 |  |  | X | 2 | <table style="margin: auto;"> <tr><td>UM</td><td>C</td><td>D</td><td>U</td></tr> <tr><td></td><td>3</td><td>6</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>X</td><td>7</td></tr> </table> | UM | C | D | U |  | 3 | 6 | 5 |  |  | X | 7 | <table style="margin: auto;"> <tr><td>UM</td><td>C</td><td>D</td><td>U</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>3</td><td>6</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>X</td><td></td><td>8</td></tr> </table> | UM | C | D | U |  |  | 3 | 6 | 5 |  |  | X |  | 8 |
| UM   | C  | D | U |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  | 3  | 6 | 5 |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  |    | X | 5 |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
| UM   | C  | D | U |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  | 3  | 6 | 5 |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  |    | X | 2 |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
| UM   | C  | D | U |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  | 3  | 6 | 5 |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  |    | X | 7 |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
| UM   | C  | D | U |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  |    | 3 | 6 | 5 |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |
|  |    | X |   | 8 |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |   |   |   |  |  |   |   |  |    |   |   |   |  |  |   |   |   |  |  |   |  |   |

## TEMAS DEL DÍA POR DISCIPLINA

**MATEMÁTICAS. ARITMÉTICA.**

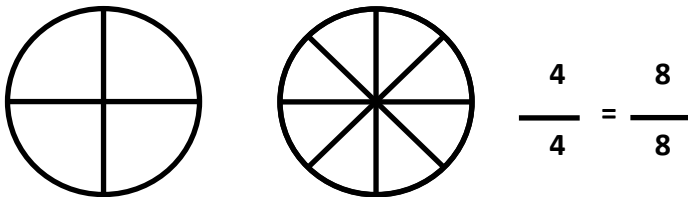
**CONTENIDO:** Comparación de fracciones.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Comparación de fracciones.

**PÁGINA:** 81

**PALABRAS CLAVE:** Fracciones, comparación, dividir, mayor, menor, equivalente, numerador, denominador.

Un círculo lo podemos dividir en cuatro cuartos; si queremos podemos dividir cada cuarto en octavos.



Una fracción equivalente se obtiene multiplicando por el mismo número el numerador y el denominador. Busca las equivalentes.

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| $\frac{5}{5} = \frac{10}{10} = \frac{15}{15}$ | $\frac{2}{2} = \frac{6}{6} = \frac{18}{18}$ | $\frac{7}{7} = \frac{\quad}{\quad} = \frac{\quad}{\quad}$ | $\frac{10}{10} = \frac{\quad}{\quad} = \frac{\quad}{\quad}$ |
|---|---|---|---|

AL COMPARAR FRACCIONES CON DENOMINADOR COMÚN, LA FRACCIÓN MAYOR ES LA DEL NUMERADOR MAYOR.

|   |                            |   |                                    |
|---|----------------------------|---|------------------------------------|
| $\frac{3}{6}$ , $\frac{8}{6}$ , $\frac{1}{6}$ | LA MAYOR ES: $\frac{8}{6}$ | $\frac{2}{3}$ , $\frac{9}{3}$ , $\frac{3}{3}$ | LA MAYOR ES: $\frac{\quad}{\quad}$ |
|---|----------------------------|---|------------------------------------|

LEE la Lección de tu Libro y resuelve las operaciones siguientes.

RESUELVE LAS SIGUIENTES SUMAS DE FRACCIONES CON DENOMINADOR COMÚN.

$$\frac{22}{11} + \frac{13}{11} = \frac{\quad}{11}$$

$$\frac{28}{14} + \frac{7}{14} = \frac{\quad}{14}$$

$$\frac{6}{21} + \frac{2}{21} = \frac{\quad}{21}$$

$$\frac{36}{48} + \frac{12}{48} = \frac{\quad}{48}$$

**SOCIEDAD. EJE TEMÁTICO:** PROCESOS SOCIALES, ECONÓMICOS, POLÍTICOS, IDEOLÓGICOS, ECOLÓGICOS Y CULTURALES **CONTENIDO:** Ruta Marítima, Llegada e invasión de América.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Ruta marítima, Llegada e invasión de América: Antecedentes. **PÁGINAS:** 65 y 66

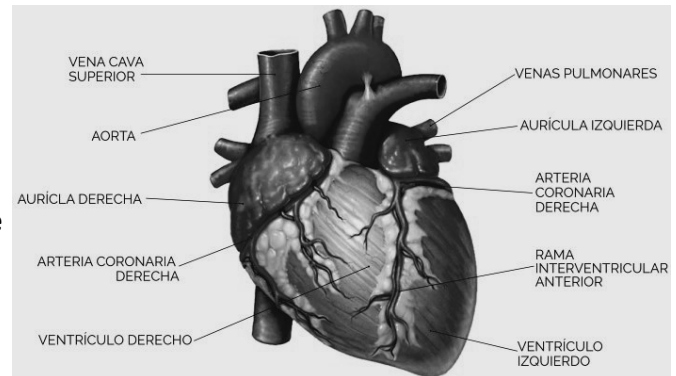
**PALABRAS CLAVE:** Especies, viajes, expedición, vías, marítima, terrestre, ruta, océano, puerto, golfo, Alejandría.

Lee la Lección de tu Libro y escribe ¿Por qué los turcos fueron responsables de la búsqueda de una nueva ruta de Europa a la India y a China.

**SALUD COMUNITARIA INTEGRAL. CONTENIDO:** ÓRGANOS VITALES: EL CORAZÓN.

**PALABRAS CLAVE:** Corazón, aurícula, ventrículo, válvula, arteria, vena, sangre.

**CONCEPTO. CORAZÓN:** Es un órgano del tamaño aproximado de un puño; compuesto de tejido muscular y bombea sangre a todo el cuerpo. La sangre se transporta a todo el cuerpo a través de los vasos sanguíneos por arterias y venas. El proceso se llama circulación. El corazón tiene cuatro cavidades (dos aurículas y dos ventrículos). Hay un tabique (septo) entre las dos aurículas y otro entre los dos ventrículos. Las arterias y las venas entran y salen del corazón. Las arterias llevan la sangre hacia afuera del corazón y las venas la llevan hacia adentro. El flujo de sangre a través de los vasos y las cavidades del corazón es controlado por válvulas. El corazón bombea sangre a todas las partes del cuerpo. La sangre suministra oxígeno y nutrientes a todo el cuerpo y elimina el dióxido de carbono y los elementos residuales. A medida que la sangre viaja por el cuerpo, el oxígeno se consume y la sangre se convierte en desoxigenada. En los pulmones, se le incorpora oxígeno y se le retira dióxido de carbono a la sangre durante el proceso de respiración. Después de que la sangre recibe oxígeno en los pulmones, se llama sangre oxigenada. El ventrículo izquierdo (VI) bombea la sangre oxigenada a través de la válvula aórtica (VAo) hacia la aorta (Ao), la principal arteria que transporta sangre oxigenada al resto del cuerpo.



**MODELO:** Elabora en tu cuaderno un modelo de chocolate rectangular dividido en 6 partes iguales, una galleta cuadrada en 4 y una pizza redonda en 8. **EJEMPLO:** Chocolate en forma de cuadrado dividido en 4 partes iguales:

**REFLEXIÓN FILOSÓFICA.** El cuerpo humano es complejo y extraordinario, la forma en que se coordinan el aparato respiratorio y el aparato circulatorio es sorprendente. Ponte cómodo en un sillón o en tu cama. Vamos a hacer un ejercicio de relajación con la técnica de respiración consciente. Cierra tus ojos, inhala profundamente por la nariz y exhala suavemente por la boca. Repite la acción inhala en 4 tiempos y exhala en 4 tiempos. Al respirar piensa en un paisaje tranquilo, con suave brisa y clima agradable. Piensa una frase apropiada para una sociedad serena y escríbela.

**EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN:** Seres humanos bien alimentados y sanos podemos ser serenos y felices.





FECHA

HOLA. Recibe mi afectuoso saludo.

**FRASE DEL DÍA:** La lectura nos regala mucha compañía, libertad para ser de otra manera y ser más.

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

Chihuahua se convirtió en el primer estado en retroceder en el semáforo de riesgo epidemiológico a rojo, debido a los rebrotes de COVID-19 en la entidad. Los últimos días han sido los más intensos en el nivel de transmisión, velocidad de diseminación y ocupación hospitalaria. Las dos fuentes principales de contagio han sido el transporte público y las fiestas de los fines de semana. Por ello se decretó ley seca, cierre de actividades a partir de las 10 10:00 p.m. El gobierno sigue llamando a la población a no confiarse y mantener las medidas de seguridad.

**FRASE DE LA ESCUELA:** Los libros son las abejas que llevan el polen de una inteligencia a otra.

**TEMA GENERAL:** LA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y LA MEDICINA TRADICIONAL.

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (Repetimos los ejercicios del lunes). Cada momento de nuestras activaciones es importante. Hoy vamos a MOVER LAS MANOS A MOVER LOS PIES. Cuando movamos la mano derecha movemos el pie izquierdo, cuando movamos la mano izquierda movemos el pie derecho. Cuando saltamos con el pie derecho, movemos la mano izquierda, cuando saltamos con el pie izquierdo, movemos la mano derecha. Repite series de 8 tiempos por cinco ocasiones.



La poesía construye un especial y raro vínculo entre el universo, el hombre y el mundo; va perfeccionando el lenguaje para interpretar y expresar cada experiencia con gran intensidad y belleza. Lucila Godoy Alcálá, nació en Vicuña, Chile en abril de 1889. Utilizó el seudónimo de Gabriela Mistral. La gran poetisa escribió hermosos poemas para niños. Aquí uno de ellos:

LA PAJITA

Esta que era una niña de cera;  
pero no era una niña de cera,  
era una gavilla parada en la era  
un rayito de sol pegado en la vidriera.  
No era un rayito de sol siquiera:  
Una pajita dentro de mis ojos era.

¡Alléguese a mirar como he perdido entera,  
en este lagrimón,  
mi fiesta verdadera!



## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Para protegerte del frío mañanero ¿Usaste hoy suéter o chamarra? Son prendas de algodón, lana o fibras sintéticas que ayudan a mantener la temperatura corporal. Recuerda que es muy importante evitar los cambios bruscos de temperatura, no salir de la casa o del auto cuando acabamos de despertar a menos que lo hagamos bien cubiertos; igualmente cuando comemos o tomamos alimentos o bebidas calientes debemos no exponernos al aire frío.

## DIBUJO

Dibuja en tu cuaderno 4 prendas de vestir diferentes que usamos para protegernos del frío.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO

DE PRENDAS DE VESTIR ABRIGABLES:

Rebozo

Chal

Gabán

Chaleco

Suéter

Sudadera

Chamarra

Bufanda

Chalina

Pañoleta

Mantón



## VOCABULARIO Y FRASES: BINAS Y ENUNCIADOS.

ESCRIBE EN TU CUADERNO 5 BINAS DE PRENDAS

DE VESTIR ABRIGABLES:

Chaleco y saco

Suéter y bufanda

Chamarra y pañoleta

Escribe 5 enunciados, usa las palabras en estudio.



|    |   |
|----|---|
| 01 | Leonardo y Leandro usan chamarras gruesas en temporada de frío. |
| 02 |   |
| 03 |   |
| 04 |   |
| 05 |   |
| 06 |   |

## TEMAS DEL DIA

**DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL. EJE TEMÁTICO: EXPRESIÓN ORAL Y CORPORAL.**

**CONTENIDO:** Aspectos lingüísticos de la lengua oral.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** La princesa Yunuén.

**PÁGINA:** 57

**PALABRAS CLAVE:** Pátzcuaro, lago, historia, isleños, chalupas, alcatraces, Yunuén, garza.

**CONCEPTO. LEYENDA:** Es una narración popular que cuenta un hecho real o fabuloso adornado con elementos fantásticos del folclore, que en sus orígenes se transmite de forma oral.

Lee en tu Libro la leyenda “La princesa Yunuén”, primero en silencio y luego en voz alta. Escribe una leyenda conocida en tu pueblo.

**CIENCIAS: EJE TEMÁTICO: SERES VIVOS.**

**CONTENIDO:** Tipos de plantas y su clasificación. **LECCIÓN DEL LIBRO:** Tipos de plantas y su clasificación. **PÁGINA:** 83

**PALABRAS CLAVE:** Plantas, clasificación, formas, tamaño, árboles, arbustos, herbáceas, leñoso, caduca.

**CONCEPTO. PLANTA:** Es un organismo vivo que crece fijo al suelo, se nutre de sales minerales y anhídrido carbónico que absorbe por la raíz o por los poros de las hojas.

Lee la lección de tu libro. Escribe una lista 10 de nombres de árboles, de arbustos y de plantas con flor, como en el ejemplo:

| ÁRBOLES | ARBUSTOS | PLANTAS CON FLOR |
|---------|----------|------------------|
| Sabino  | Granada  | Nardo            |
| Parota  | Higo     | Gladiola         |
| Olivo   | Tejocote | Buganvilia       |
| Fresno  | Jara     | Azucena          |

**DESARROLLO ECOLÓGICO. CONTENIDO:** Las selvas de México.

**PALABRAS CLAVE:** Selva, jungla, biodiversidad, flora, fauna, ecosistema, cadenas alimenticias, redes de la vida.

**CONCEPTO. SELVA:** Terreno extenso lleno de árboles. Se trata del bioma con vegetación muy densa, con una amplia variedad de especies.

Las selvas más importantes de México son: La Selva Lacandona de Chiapas, La Selva Sepultura de Chiapas, la Selva El Triunfo de Chiapas, La Selva Montes Azules de Chiapas, La Selva Calakmul de Campecha, La Selva Los Tuxtlas de Veracruz, La Selva Chamela-Cuixmala de Jalisco y la Sierra de Manantlán de Jalisco y Colima. Sus árboles llegan a medir de 45 a 60 metros de altura. Hay muchas hormigas, mariposas, cigarras, saltamontes, monos aulladores y jaguares. Elabora en tu cuaderno el dibujo de una selva de México, recuerda poner árboles muy altos y la fauna del lugar.

**ACTIVIDAD TRANSFORMADORA. EJE TEMÁTICO: EL TRABAJO EN LA EVOLUCIÓN HUMANA.**

**CONTENIDO:** La rueda y sus usos.

**PALABRAS CLAVE:** Rueda, antigüedad, época, eje, neumático, llanta, automóvil.

**CONCEPTO. RUEDA:** Objeto circular, de poco grosor respecto a su radio, que puede girar sobre un eje de múltiples aplicaciones. Fue inventada hace miles de años, inicialmente con la función de rueda de alfarero, luego se empezó a usar en carros y carretas. Ha sido y es de gran utilidad para la humanidad. En particular para el transporte. Los materiales con que se elaboran las ruedas son cada vez más complejos y sofisticados.

Escribe una lista de 10 usos de la rueda, puede ser también en forma de llanta o neumático. **EJEMPLO:**

**MODELO:** Dibuja tu modelo de un avión con LAS RUEDAS del tren de aterrizaje.

**REFLEXIÓN FILOSÓFICA:** Lograr que las selvas y su vida silvestre sobrevivan no es tarea fácil. Las selvas son los pulmones del mundo, absorben el dióxido de carbono y ayudan a estabilizar el clima. ¿Por qué se destruyen las selvas? ¿Cómo cuidar las selvas? **ESCRIBE** las preguntas en tu cuaderno, investiga y contesta.

**EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN:** Ahora sé que las selvas son el hogar de miles de plantas y animales.