



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

PDECIM

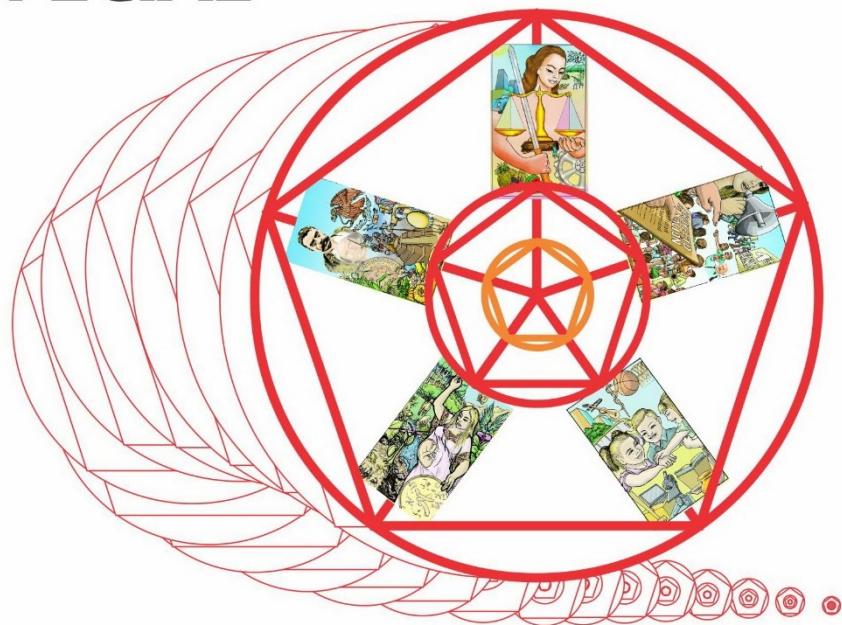


Escuela transformadora para la patria digna

6° PRIMARIA

UNIDAD 3. SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

SEMANA 12/DEL 9 AL 13 DE NOVIEMBRE



Educación popular, integral, humanista y científica

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

TEMA GENERAL: Salud comunitaria integral y medicina tradicional

FECHA:

Buenos días, en la mañana no se despierta. ¡Se renace! Así que es una nueva oportunidad para dar un nuevo vuelo.

Frase del día: "*Nadie educa a nadie –nadie se educa si mismo-, los hombres se educan entre sí con la mediación del mundo*". Paulo Freire

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

La COVID-19 afecta de distintas maneras en función de cada persona. La mayoría de las personas que se contagian presentan síntomas de intensidad leve o moderada, y se recuperan sin necesidad de hospitalización. Te recordamos que los síntomas más habituales son los siguientes: **fiebre, tos seca, cansancio**. Otros síntomas menos comunes: dolor de garganta, diarrea, conjuntivitis, dolor de cabeza, perdida del sentido del olfato o del gusto, erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o pies.

ACTIVACIÓN FÍSICA: Hoy lunes haremos el siguiente ejercicio. VOLTERETAS HACIA ADELANTE (MAROMAS): Dobra 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. Dobra la espalda y baja la cabeza hasta ver tu ombligo. Recuerda que cuando realices una voltereta, tu cabeza nunca debe tocar el suelo

BEBER AGUA. Mantente hidratado pues el agua es necesaria para una buena salud.

El oído es un órgano del cuerpo humano muy sensible y avanzado. La función del oído es transmitir los sonidos al cerebro a través de sus distintas partes: el oído externo, el oído medio y el oído interno.

Su tarea principal es, por tanto, detectar, transmitir y convertir los sonidos en impulsos eléctricos. Otra función importante es la de mantener nuestro sentido del equilibrio.

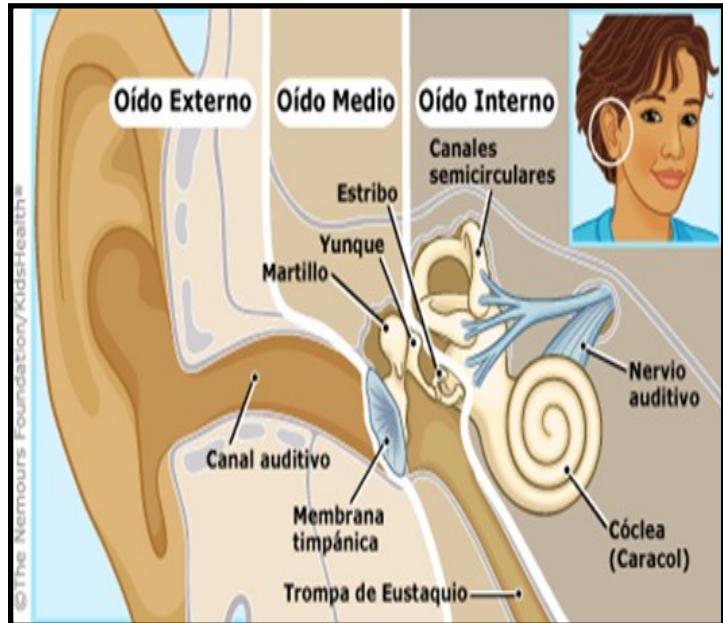
La mejor forma de describir el funcionamiento del oído es mostrando la ruta que siguen las ondas sonoras en su trayectoria a través de este órgano.

Los cotonetes, ¿cómo se deben usar?

Los médicos recomiendan, para su uso en oídos, no introducirlo en el canal auditivo y sólo limpiar la parte externa, la que está a simple vista.

Para limpiar el interior de cerilla, lo recomendable es usar un gotero para introducir agua tibia con agua oxigenada al estar recostado, dejar al agua reposar unos minutos, voltearse para que el líquido salga y enjuagar ahora sólo con agua.

<https://www.dineroenimagen.com/2016-02-02/68165>



Palabras clave: sintagma verbal, cualidad sintáctica, verbo, parataxis o hipotaxis.

Oraciones compuestas. Se denomina oración compuesta o compleja a una oración que tiene más de un sintagma verbal o, dicho de otro modo, tiene más de un verbo conjugado. A una cualidad sintáctica formada por dos o más oraciones simples que se han combinado entre sí mediante parataxis o hipotaxis. Ejemplo de oración compuesta coordinada: *Rocío come y toma la siesta*.

*Te invito a que revises la página 69 de tu libro de Desarrollo Lingüístico Integral y conozcas un poco más de las oraciones compuestas

ACTIVIDAD # 1. Forma en tu cuaderno grupos de oraciones compuestas: dos oraciones coordinadas, dos subordinadas y dos Yuxtapuestas.

CIENCIAS

ADN Y ARN Página #61

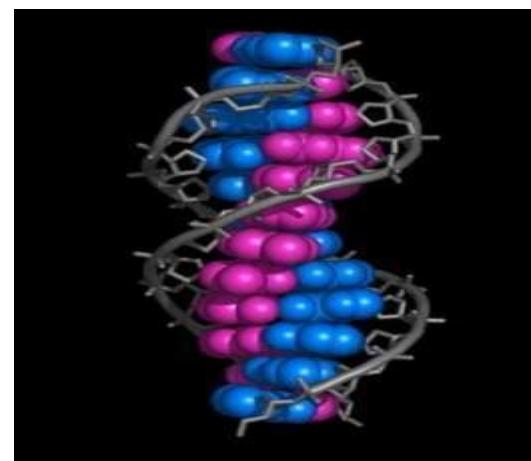
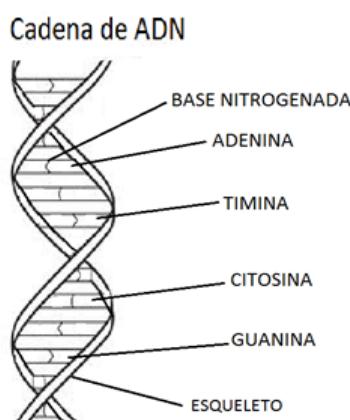
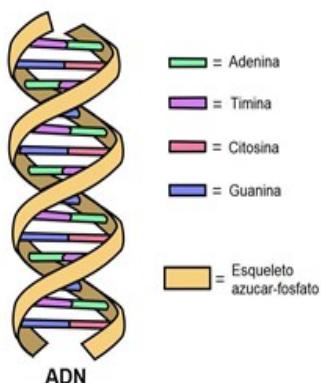
Palabras clave: Palabras clave: materia, origen, universo, átomos, interacción.

Concepto:

genes: fragmentos de ADN dispuestos en un orden fijo en los cromosomas.

ACTIVIDAD# 2. Colorea de las tres imágenes la cadena de ADN considerando el esquema de la izquierda.

ACTIVIDAD# 3 Lee a página 61 de tu libro de Ciencia y elabora un mapa mental del ADN



MATEMÁTICAS

Aritmética: operaciones básicas con fracciones, página 98.

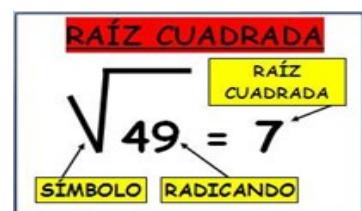
Palabras clave: raíz cuadrada, número fraccionario, producto, valor.

Concepto: En las matemáticas, la **raíz cuadrada** de un número es aquel número que al ser multiplicado por sí mismo da como resultado el valor, es decir, cumple la ecuación. Se corresponde con la radicación de índice 2 o, equivalentemente, con la potenciación de exponente 1/2.

Hoy te invito a que pongas en práctica tus conocimientos en la resolución de diferentes algoritmos con números fraccionarios.

ACTIVIDAD # 4:

Resuelve las actividades de tu libro de matemática, página 98.



Palabras clave: identidad, descendientes, ciudadanos, inmigrantes, lengua, territorio

Concepto: Del latín **identitas**, la **identidad** es el **conjunto de los rasgos propios** de un individuo o de una **comunidad**. Estos rasgos caracterizan al sujeto o a la colectividad frente a los demás. "Una persona tiene derecho a conocer su pasado para defender su identidad".

Lee con atención el siguiente texto.

En cada nación latina hay una identidad específica en los descendientes, si son ciudadanos o inmigrantes en un país nuevo. Las identidades son hechas por la cultura, las tradiciones, la religión, la familia, la comida, la lengua, y otros aspectos.

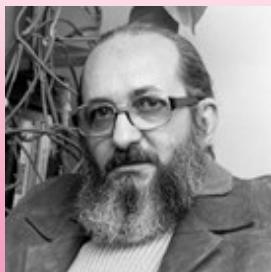
Es muy importante para las personas de México guardar los aspectos de su cultura y estar orgullosos de su origen. La cultura es rica con música, comida, lengua,

Ahora, ¿qué significa ser un mexicano? El profesor Víctor García explica que, es asumir la identidad de estar orgulloso de la herencia de su tierra, sus tradiciones, comida y elementos del territorio y dejar un beneficio cultural. Todo esto a partir de las experiencias que lo enriquecen diariamente.

<https://www.fundacionunam.org.mx/unam-al-dia/sabes-que-define-al-mexicano/#:~:text=%C2%BFPer%C3%A9o%20qu%C3%A9%20significa%20ser%20mexicano,experiencias%20que%20lo%20enriquecen%20diariamente.>



ACTIVIDAD # 6. Lee nuevamente la frase del día, de la primera hoja de la cartilla, y escribe en tu cuaderno un breve texto de los que quiso decir Paulo Freire con su frase.



Paulo Reglus Neves Freire fue un pedagogo y filósofo brasileño, destacado defensor de la pedagogía crítica.

ACTIVIDAD # 5:

Elabora un cartel con todos los aspectos que integren nuestra identidad como mexicanos. Puede ser con imágenes que recortes o dibujos, dale mucho colorido.

Autoevaluación.	Tacha según corresponda
Comprendí todas las lecturas	
Realice todas las actividades	
Me gusto trabajar con la cartilla	

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

TEMA GENERAL: LA SALUD COMUNITARIA Y MEDICINA TRADICIONAL

FECHA:

Buenos días “Jóvenes ilustres” ¿ Cómo amaneciste hoy? ¿Cómo te sientes?FRASE DEL DÍA: **“Que tu alimento sea tu medicina y tu medicina sea tu alimento”.** Hipócrates

Actividad 1.- Activación : 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

MÍSTICA: A veces cambiando sencillos hábitos alimentarios, mejoramos en dolencias



Padecimientos tan diferentes como las cefaleas, la migraña, la fatiga crónica, la diarrea o el estreñimiento, las contracturas, la deshidratación de los discos intervertebrales pueden tener su causa en la alimentación. Esto significa que una dieta adecuada puede ser, a veces, buena alternativa al consumo de fármacos que palien los síntomas. El aforismo que Hipócrates, padre de la Medicina, legó hace 2.400 años es: “Que tu alimento sea tu medicina y tu medicina sea tu alimento”. Aunque sus discípulos parecen haberlo olvidado y la Nutrición apenas se estudie en la facultad de Medicina, poco a poco esta verdad va abriéndose paso en el colectivo médico. La migraña, las diarreas, el estreñimiento, las contracturas, pueden tener su causa en la alimentación. **¿Qué piensas de ello? ¿Coméntalo con tu familia?**



OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN:

Las preparaciones a base de hierbas silvestres proporcionan diversos beneficios para nuestra salud. La naturaleza pone a nuestra disposición un gran abanico que, si se saben usar, pueden aportar más de una alegría a nuestro organismo. Te presentamos cómo una infusión para el resfriado puede ayudarnos a aliviar los síntomas que nos produce. Infusión para el resfriado. Hay muchas plantas que, preparadas como infusión, sirven para calmar los síntomas del resfriado.

El eucalipto, muy efectivo para descongestionar la nariz, sobre todo mediante vaporizaciones .

El tomillo ayuda a despejar las vías respiratorias.

El jengibre puede favorecer la descongestión.

Tanto la **salvia** como el **aroma balsámico** y los aceites **esenciales de la menta** se utilizan en infusión para calmar el dolor de garganta y el dolor de cabeza.

Actividad 2.– Prepara alguno de los téis o infusiones para ti y tus familiares .

TEMAS DEL DÍA

Contextualización

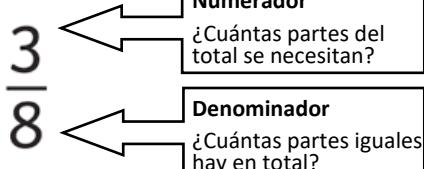
Desde tiempos inmemoriales, la gastronomía se ha beneficiado de las bondades de las hierbas silvestres (romero, tomillo, clavo....), pues ponen una nota de sabor distintiva a las elaboraciones culinarias, potencian su sabor, le aportan un particular aroma y, por tanto, nos proporcionan un festival de sensaciones. De igual modo infusionadas no solo ayudan a templar el cuerpo –es innegable que se agradece sobremanera en el invierno cuando el frío aprieta–, sino que adquieren propiedades medicinales, las cuales contribuyen a mitigar un buen número de males y, lo que es mejor, de forma totalmente natural.

Actividad 3.- Lee este texto a tu mamá, tía o abuelita ¿Cuáles de los alimentos que comen curan? Y ¿Qué tan seguidos los consumen?.

MATEMÁTICAS

Aritmética:

Recuerda las partes de una fracción:



Operaciones básicas con fracciones

Actividad 4.- Recuerda, repasa la suma y restas de fracciones . Resuelve las fracciones de tu libro de matemáticas de la pagina 100, sino tienes el libro resuélvelas en tu libreta.

Observa cómo se suma y se restan fracciones con igual denominador

$$\begin{array}{ccc} \text{Diagram of a circle divided into 8 equal sectors, with 1 pink and 2 orange shaded.} & + & \text{Diagram of a circle divided into 8 equal sectors, with 2 pink shaded.} \\ \frac{3}{8} & + & \frac{2}{8} = \frac{5}{8} \end{array}$$

$$\frac{3}{8} + \frac{2}{8} = \frac{3+2}{8} = \frac{5}{8}$$

$$\begin{array}{ccc} \text{Diagram of a circle divided into 8 equal sectors, with 8 blue shaded.} & - & \text{Diagram of a circle divided into 8 equal sectors, with 5 blue shaded.} \\ \frac{8}{8} & - & \frac{5}{8} = \frac{3}{8} \end{array}$$

$$\frac{8}{8} - \frac{5}{8} = \frac{8-5}{8} = \frac{3}{8}$$

Para sumar fracciones que tienen el mismo denominador, se suman los numeradores y se deja el mismo denominador

Para restar fracciones que tienen el mismo denominador, se restan los numeradores y se deja el mismo denominador.

Recuerda como se suman las fracciones de diferente denominador.

SUMA DE FRACCIONES

$$\begin{array}{c} \cancel{\frac{3}{4}} + \cancel{\frac{5}{7}} = \frac{(7 \times 3) + (4 \times 5)}{4 \times 7} \\ \text{Esta multiplicación siempre va primero en la resta} \\ = \frac{21 + 20}{28} \\ = \frac{41}{28} \end{array}$$



Multiplica los denominadores para obtener un denominador común

RESTA DE FRACCIONES

$$\begin{array}{c} \cancel{\frac{3}{4}} - \cancel{\frac{5}{7}} = \frac{(7 \times 3) - (4 \times 5)}{4 \times 7} \\ \text{Esta multiplicación siempre va primero en la resta.} \\ = \frac{21 - 20}{28} \\ = \frac{1}{28} \end{array}$$

Multiplica los denominadores para obtener un denominador común

No es lo mismo 21-20 que 20-21

Reduce o simplifica el resultado cuando sea posible

SOCIEDAD

Las grandes culturas del conocimiento: Roma.

Págs. 77 - 82.

Estudiar una de las culturas que ha tenido mayor impacto en la humanidad es una forma de darse cuenta de lo vivido, la cultura romana fue una civilización bética y junto con ello desarrollaron algunos proceso que siguen a hasta nuestros días, **Actividad 5.- Lee con atención las páginas indicadas del libro y elabora fichas de memoria** (Trazo en la hoja de tu libreta dos rectángulos cada uno de 10 renglones por lo ancho del margen), escribe el tema en la parte superior y escribe los elementos que valores mas importantes.

Conceptualización: investiga los siguientes conceptos : occidente, pensamiento cosmopolita, oligarquía y aristocracia.

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

¿Sabes cual es el ganado bovino?, si no lo sabes pregúntale algún miembro de tu familia . Investiga en tu diccionario la palabra bovino, ¿Qué productos derivados de este ganado aprovechan en tu comunidad? ¿Has probado su carne o platillos preparados con ella?, **Actividad 6.– Con esta información redacta un texto en tu libreta sobre el ganado bovino y su aprovechamiento, acompaña de un dibujo o una ilustración.**

Campo semántico: Con el estudio del ganado bovino realiza un campo semántico de por lo menos 10 palabras.



EDUCACIÓN ARTÍSTICA INTEGRAL

El juego de las parejas de los sonidos

En este juego será necesario utilizar algunos recipientes pequeños (pueden ser frascos pequeños pintados, tubos de papel de baño tapados por los lados) y algunos materiales de diferente tamaño: por ejemplo: arroz, frijoles, pedazos de papel, arena, piedras, etc.

Lo que debemos hacer es llenar los frascos con cada uno de los materiales. Así obtendremos dos frascos llenos de arroz, dos con arena, dos con piedras y así formaremos parejas con cada relleno.

Actividad 7.- Debes identificar, al agitar cada frasco, el tipo de relleno que tiene dentro y unirlo con su respectiva pareja, realiza la actividad con dos miembros de tu familia y anota en tu libreta Oraciones que describan tu experiencia con el juego.

Muy bien jovencit@ has terminado, felicidades.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

6º

DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Cartilla No.58

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

TEMA GENERAL: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA

FECHA:

¡BUENOS DÍAS! Considera el día de hoy un momento especial para aprender cosas nuevas. ¡Adelante, prepárate para trabajar!

FRASE DEL DÍA: “Tu cuerpo es templo de la naturaleza y del espíritu divino. Consérvalo sano, respétalo, estúdialo y concédele sus derechos”. Henri Frédéric Amiel, filósofo.

CONTEXTO ACERCA DEL CUIDADO DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS

Las vías respiratorias y el sistema inmunitario pueden estar sometidos a duras pruebas en cualquier estación del año. No solo en otoño e invierno. De hecho, su equilibrio puede alterarse a causa de fluctuaciones de temperatura bruscas debido al cambio de estación, al aire acondicionado, a una calefacción excesiva y a la estancia prolongada en ambientes cerrados y concurridos. Durante el período de pandemia por SARS-CoV-2 se ha acentuado de un modo especial la atención a un buen estado de salud del sistema respiratorio y de las defensas inmunitarias y será todavía mayor en los próximos meses. Precisamente, por este motivo es necesario poner una mayor atención en la prevención personal, limpieza que se debería mantener siempre frente a todos los virus gripales para limitar el riesgo de contagio.

FRASE DE LA ESCUELA: "*La educación ayuda a la persona a aprender, a ser lo que es capaz de ser*".

Hesíodo, poeta de la Antigua Grecia

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos preparando nuestro cuerpo. Repetimos los ejercicios del lunes, ejercicios de calentamiento y estiramiento. Hoy vamos a jugar a **Cuerdas en el pasillo**: atravesía cuerdas o cinta de una pared a otra, pegándolas con cinta adhesiva o amarrándolas. Trata de que pase toda la familia sin tocar las cintas o cuerdas.



MÍSTICA: Poema. Composición literaria que se concibe como expresión artística de la belleza por medio de la palabra, en especial aquella que está sujeta a la medida y cadencia del verso. Lee el siguiente poema a un familiar. ¿Qué entienden de su mensaje?

Mi primer resfriado

Me duelen los ojos,
me duele el cabello,
me duele la punta
tonta de los dedos.
Y aquí en la garganta
una hormiga corre

con cien patas largas.
¡Ay!, mi **resfriado**.

Chaquetas, bufandas,
leche calentita
y doce pañuelos
y catorce mantas

y estarse muy quieta
junto a la ventana.
Me duelen los ojos,
me duele el cabello
me duele la punta
tonta de los dedos.

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Observa el clima a tu alrededor. Es otoño, empiezan los vientos, el frío y los cambios bruscos de temperatura. ¿Qué hacen las personas para evitar el frío? ¿Cuántos familiares se han enfermado y de qué?

DIBUJO

Dibuja cómo las personas pueden cuidar su salud en esta temporada de frío para cuidar sus vías respiratorias. Por ejemplo, tomar bebidas tibias, cubrir su cuerpo en capas, con suéteres (como cebollas), tener su casa ventilada, libre de humo.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE OTOÑO:

- 1.- aire
- 2.- enfermedades

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE REMEDIOS PARA CUIDAR LAS VÍAS RESPIRATORIAS:

- 1.- jugo de naranja
- 2.- té de limón

VOCABULARIO Y FRASES: BINAS CON SUSTANTIVOS

Escribe en tu cuaderno binas de té:

Ejemplo: Té cedrón
Té eucalipto

Escribe en tu cuaderno binas de Universo:

Ejemplo: materia - átomo
teoría - origen

CONCEPTUALIZACIÓN

Busca en el diccionario el concepto de:

UNIVERSO – ÁTOMO – INTERACCIÓN – NEUTRÓN

Materia. Sustancia de la que están hechos los cuerpos, ocupa un espacio y se puede percibir con los sentidos.

TEMAS DEL DÍA

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

Eje temático: VOCABULARIO Y FRASES

Contenido: Lectura, conceptualización, contextualización y uso de palabras con M y L

Página del libro: 70,71

Actividad 1. Lee los textos de las páginas 70 y 71 de tu libro y elabora un dibujo de cada uno, según lo que entiendas de ellos.

Actividad 2. Selecciona una palabra de cada lista, de las páginas anteriores, para escribir un campo semántico. De las palabras que no entiendas, búscalas en tu diccionario. Al final escribe un texto con estas palabras.

CIENCIAS

Eje temático: UNIVERSO Y HUMANIDAD

Contenido: Origen de los elementos **Páginas del libro:** 62

Palabras claves: materia, origen, universo, átomos, interacción

¿Cómo surgen los elementos?

Hasta hoy se conocen 126 elementos químicos, los primeros 92 se dan en la naturaleza y los demás se obtienen en laboratorio, pero si intentáramos determinar la fuente de todos ellos, veríamos que cada uno proviene de tres grandes proyectores: la Gran Explosión, estrellas con baja masa y aquéllas con alta masa.

¿Pero cómo es esto posible? “Fácil!, a partir de reacciones nucleares” para luego explicar que, este fenómeno se registra en el momento en que, las partículas alfa comienzan a chocar entre sí, como si fueran bolas en una mesa de billar. Así, cada elemento que está en la Tabla tiene una explicación científica.

Actividad 3. Revisa la página 9 de tu libro de Ciencias para que conozcas los elementos. Si no lo tienes, investiga y pega un recorte de la Tabla periódica de los elementos en tu libreta.

Actividad 4. Lee la página 62 de tu libro y elabora un cuadro conceptual sobre el origen de los elementos.

MATEMÁTICAS

Eje temático: ARITMÉTICA

Contenido: Resolución de problemas con números naturales

Página del libro: 102.

Es tiempo de poner en práctica el uso de la adición, sustracción, división y multiplicación. Vas a leer detenidamente primero las páginas 102 y 103 de tu libro.

Actividad 5. Resuelve los problemas de números naturales, recuerda escribir primero los datos y después las operaciones para encontrar las respuestas.

ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

Eje temático: EL TRABAJO EN LA EVOLUCIÓN HUMANA

Contenido: Producción de herramientas de piedra

¿Cómo se hacían herramientas y armas en la Edad de Piedra?

Hasta hace unos 8.000 años, cuando el metal se usó por primera vez en el Medio Oriente, los pueblos primitivos emplearon utensilios de piedra durante unos 2,5 millones de años. Con piedras hacían cuchillos, raspadores, hachas, sierras, hoces, martillos y puntas de armas, herramientas que les servían para matar y desollar animales, limpiar pieles, cortar carne, derribar árboles, tallar madera y cosechar sus siembras. Aún en el presente la piedra es el único material -o el más adaptable- para fabricar herramientas en muchas partes del mundo.



entalladores, canteros o picapedreros y tallistas o labrantes.

Actividad 6. En lugar de piedras elabora con plastilina las diversas herramientas que se usaban en la Edad de piedra; o con piedras y palos elabora tu propio martillo.

El tallado de piedra en la actualidad es muy difícil. Necesitas herramientas especiales y mucha paciencia para elaborarlas. La cantería es el oficio y arte de labrar la piedra para su empleo en construcciones. Los diferentes artesanos que participan en el proceso se denominan cabuqueros,

TU TRABAJO HA TERMINADO EL DÍA DE HOY, FELICIDADES, ERES MUY LISTO.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL
6o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA
CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

#59

TEMA GENERAL: LA SALUD COMUNITARIA Y MEDICINA TRADICIONAL

FECHA:

¡Hola buen día! ¡Hoy es un día extraordinario! ¡Dispongámonos a aprender con entusiasmo!

FRASE DEL DÍA: "Si quieres tener éxito debes respetar una regla: NUNCA te MIENTAS a ti mismo".
Paolo Cohelo

ACTIVACIÓN FÍSICA: Hoy realizaremos ejercicios de flexibilidad, tonificación, equilibrio, coordinación y relajación, estimulamos nuestro sistema nervioso central y periférico. En seguida, te invito a que en el espacio en el que haz hecho la activación diaria, pongas una música que te parezca alegre y al ritmo de esta, mueve las piernas a manera de marcha y, conforme avances, coloca los brazos en distintas posiciones, laterales, al frente, arriba, a los costados, etc., al ritmo de esa música. No olvides hacer las respiraciones recomendadas después de los ejercicios y beber agua al término para oxigenarnos.

MÍSTICA: Lee y reflexiona esta poesía *La salud es un tesoro*.

Actividad 1:

La salud es un tesoro que tendremos que cuidar, porque en todo la vida nos tendrá que acompañar.

Bañarnos todos los días, cepillarnos bien los dientes. Descansar, hacer deportes y ventilar las habitaciones.

Debemos comer a diario alimentos nutritivos. Y visitar al doctor porque es nuestro amigo.

Recordando estos consejos, viviendo con alegría. En lugar de enfermedad habrá salud cada día

Edith Mabel Russo

OBSERVACIÓN

Actividad 2:

Observa cómo se comunican en la familia, las personas que están a nuestro alrededor y los de tu comunidad. ¿Qué hacen?, ¿cómo se dan a entender?, ¿cómo se tratan entre ellos?, ¿qué actitudes toman?

* Realiza un dibujo en tu cuaderno de desarrollo lingüístico de una escena en la que se comunican dos personas.

* Elabora un campo semántico de formas de comunicación..

* Redacta un texto breve sobre comunicación con las palabras del campo semántico anterior.



CONCEPTUALIZACIÓN

Actividad 3:

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

latín

símbolo

filosofía

hipocrático

medicina

navegación

teorema

CONTEXTUALIZACIÓN

Actividad 4: Lee y reflexiona en familia el siguiente texto:



Todo lo referente a la medicina herbolaria tradicional, ha sido difundida por nuestros antepasados de generación en generación hasta nuestros días, por medio de la comunicación; surgió como una necesidad para atacar los padecimientos de enfermedades que han aquejado a la humanidad a través de los años de su existencia, cuando aún no había medicamentos para tratarlas.

Hoy ya tenemos tratamientos con sustancias químicas que han ayudado a las personas para aliviar sus padecimientos. Sin embargo, aún hay personas que prefieren emplear plantas para curarse. Por lo que, en ocasiones, las preparan con aceites, alcohol o machacándolas para aplicarlas en la parte afectada del cuerpo o donde tienen la molestia; en otras, las mastican para remediar un malestar interno; o bien hacen un té para aplicar la infusión en alguna parte del cuerpo o beberla para que beneficie alguna parte o partes del cuerpo.



En este mismo sentido, de antaño, nuestros ancestros nos han enseñado que, en época de otoño-invierno, debemos abrigarnos para protegernos del frío y de los cambios bruscos de temperatura. En cuanto a esto último, hay que recordar cómo debemos limpiarnos la nariz. Los médicos sugieren que, para sonarnos la nariz, hay que usar un pañuelo de tela o mejor aún pañuelos desechables de papel y más aún en este tiempo de pandemia, para desecharlos después de usarlos.

Ahora bien, recomiendan que se debe sonar un poro de la nariz, bloqueando el otro y limpiarse; luego bloquear el poro contrario sonarse y limpiarse. También ay que tomar en cuenta que, al limpiarse la nariz no hay que hacerlo frente a otras personas, ya que pueden caerles a algunas pequeñas gotas de secreción nasal; tampoco, debemos limpiarnos la nariz cuando se está comiendo en la mesa con otras personas a nuestro alrededor. Lo más correcto, y por higiene, es apartarse del lugar y realizarlo. Posteriormente, guardar el pañuelo o desechar el pañuelo de papel; lavarse las manos si es posible y regresar al lugar donde nos encontrábamos.



En caso de estornudos, cubrirse la nariz y boca con un pañuelo de tela o desechable, y si es de improviso, emplear la parte interna del brazo y antebrazo para cubrirnos la nariz y boca.

ARITMÉTICA (Matemáticas)

Como se ha venido haciendo en semanas anteriores, hemos estado recordando todos los conocimientos matemáticos que se han aprendido durante la primaria, en la que se han afianzado las formas en las que se resuelven cada una de las operaciones.

En esta ocasión, se hace necesario que se tenga práctica en la solución de problemas con los cuales pondremos en situaciones casi reales los aprendizajes que se han adquirido:

Actividad 5: Resuelve los problemas que se indican en las páginas de 104-107 del libro de matemáticas.

SOCIEDAD: La importancia del latín

Actividad # 6: Conceptos

IDIOMA: Es la lengua propia de un grupo social.

TEOREMA: Es una proposición que puede ser demostrada de manera lógica a partir de un axioma o de otros teoremas que fueron demostrados con anticipación.

* Lee con mucha atención el texto: La importancia del latín, página 85, de tu libro de sociedad.

* Elabora en tu cuaderno de sociedad un texto breve en con las ideas principales sobre “La importancia del latín”.

ALIMENTACIÓN SANA

LOS RIÑONES

Actividad 7 Lee con atención el siguiente texto.

Los riñones

¿Por qué tenemos riñones?

Los riñones son imprescindibles para la supervivencia. Llevan a cabo varias funciones todas ellas de gran importancia. Sus principales funciones son filtrar los productos de desecho de nuestra sangre y mantener en equilibrio los niveles de sales (electrolitos) y agua de nuestro cuerpo.

¿Dónde tenemos los riñones?

La mayoría de las personas tiene dos riñones, aunque es posible vivir y llevar una vida normal con uno solo. Tienen forma de poroto y un tamaño similar al de un puño. Para saber dónde tenemos los riñones, podemos hacer lo siguiente: poner las manos en la cadera y desplazarlas hacia arriba hasta que notemos las costillas con los dedos. Los riñones se encuentran en la espalda, debajo de los dedos pulgares. No los notamos, pero están ahí, bien protegidos en el cuerpo.

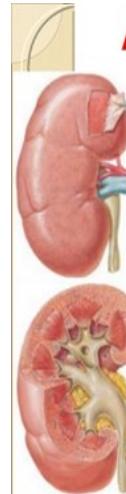
¿Cómo funcionan los riñones?

En función del peso, tenemos entre 4 y 6 litros de sangre circulando por el cuerpo. La sangre circula hasta los riñones a través de las arterias renales. Por los riñones pasan cada día aproximadamente 1.500 litros de sangre, que se limpian gracias a más de un millón de nefronas.

Las nefronas son pequeños filtros llamados glomérulos que filtran un fluido de agua, sales y materiales de residuo de nuestra sangre. La proteína y los glóbulos rojos permanecen en la sangre. El fluido filtrado (principalmente orina) se transporta en pequeños túbulos. Ahí, tenemos un tipo especial de células (células tubulares) que aportan agua y sales, como sodio, calcio, fosfato y magnesio de nuevo a la sangre. Lo que queda, se excreta como orina final.

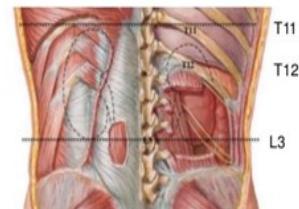
La cantidad de sales que se absorban a través de las células tubulares dependerá de la presión sanguínea y la concentración de determinadas hormonas que afectan a estas células. Por tanto, el riñón regula el equilibrio de agua y sales. Por otra parte, el funcionamiento de nuestros riñones también está relacionado con la presión sanguínea (por ejemplo, cuando la presión sanguínea disminuye, más agua y sodio se incorpora de nuevo a la sangre).

Nuestros riñones también producen la hormona eritropoyetina, que estimula la producción de glóbulos rojos.



ANATOMÍA DEL RIÑÓN

- **COLOR:** rojo moreno, marrón
- **CONSISTENCIA:** mayor que la del hígado o del bazo, es muy friable
- **FORMA:** de judía, cóncavo hacia el hilio y convexo hacia fuera
- **TAMAÑO:** 12cm longitud, 6cm de ancho y 3cm de grosor.
- El izquierdo es más voluminoso que el derecho
- **PESO:** aprox. 140 gr varón y 125 gr mujer.
- **LOCALIZACIÓN:** fosa lumbar, entre T11 y L3; contenido en la celda renal



* En una hoja de tu cuaderno, elabora un esquema de los riñones y anota las partes que lo componen.

Inventar códigos de señales visuales y auditivas para realizar juegos de desplazamiento.

Actividad 8

- * En cinco hojas de papel tamaño carta, dibuja algunas señales con las que te puedas dar a entender con otros sin necesidad de emplear el lenguaje hablado.
- * Inventa un juego en el que puedan participar tus hermanos o tus papás.



HEMOS CONCLUIDO LAS ACTIVIDADES DE ESTE DÍA.

¡NOS VEMOS MAÑANA!

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

TEMA GENERAL: LA SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

FECHA: _____

CONTEXTO GENERAL

Les deseamos buen día, hoy tocaremos en tema de la sexualidad, hay que hacerlo con responsabilidad y si hay preguntas la fuente más confiable y honesta son tus padres.

Actividad #1.- Mística: Lee el poema de: "El Cuerpo" escrito por Alejandro Oliveros.
Y piensa en lo que nos trata de expresar.

El cuerpo recuerda, dice Sándor Márai,
como si hablara de un espejo.

Campo semántico

Actividad 2.– Observa en tu comunidad y en tu familia y registra en tu cuaderno las respuestas:

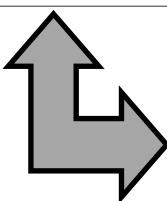
¿Hay miembros nuevos en mi familia?
¿Cómo es que llegaron?
¿Cuáles son las diferencias físicas entre los hombres y las mujeres?

De los cinco sentidos con que fue dotado el hombre, el tacto es el más confiable.

No lo confunde la noche redonda
ni se retira con la llegada de la aurora.

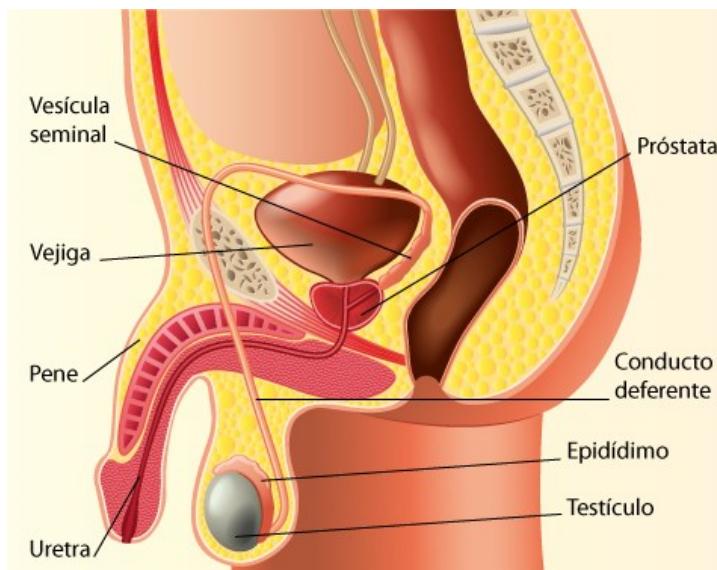
El cuerpo tiene su propio laberinto,
su oculta geografía de caminos y posadas.

El cuerpo recuerda, es verdad, es verdad, y sus memorias nos hablan de esplendores sedosos y humedades.

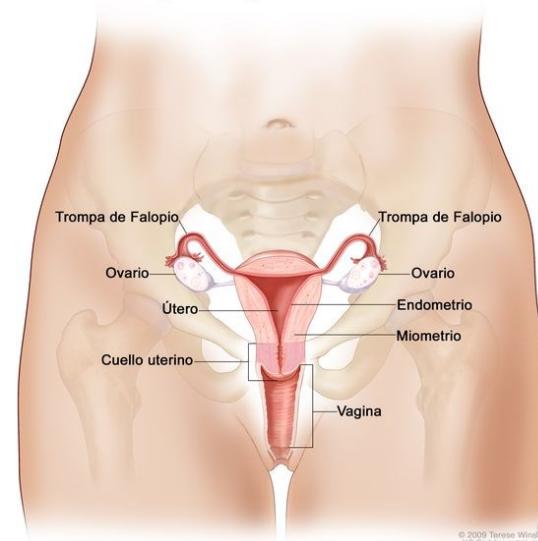


Observación

Actividad #3.– Observa los aparatos reproductores y dibújalos en tu cuaderno.

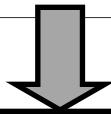


Aparato reproductor femenino



Actividad #4.– Lee con atención el tema en las páginas 63 y 64 del libro de Ciencias y contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- 1.-¿Qué es la reproducción humana? 2.-¿Qué es el coito? 3.-¿Qué es la fecundación? 4.-¿Qué es la gestación?
- 5.-¿Qué es el parto?



Desarrollo lingüístico integral: palabras que inicien con P y D.

Actividad #5.– Lee con atención las dos lecturas de las página 72 y 73.

-subraya con color las palabras que tienen P y D en las lecturas

-realiza la lectura de la lista de palabras que esta a la izquierda y subraya:

1.-de azul las palabras.

2.– de rojo los nombres de personas.

3.– de verde los nombres de lugares.

4.– de naranja los verbos.

-Por último escribe 9 enunciados utilizando las palabras de la lista que esta en la izquierda y remarcándolas con color.

Actividad #7.-Ayuda a tu familia haciendo aseo colectivo en diferentes espacios de tu casa.

Realiza tus anotaciones en tu cuaderno sobre el trabajo necesario en casa.

Autoevaluación

Lectura general:

6 7 8 9 10



Resolución de ejercicios:

6 7 8 9 10



“El cuerpo humano es el carroaje; el yo, el hombre que lo conduce; el pensamiento son riendas y los sentimientos los caballos”

Platón.