



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

16/DEL 7 AL 11 DE DICIEMBRE



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 72

Buen día, Feliz inicio de semana que la vida te sonría y que mantengas siempre tu corazón alegre

FRASE DEL DÍA: ***“Tal vez la naturaleza no nos arrancó del seno de la tierra sino para darnos el placer enorme de volver a ella.”***

José María Vargas

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Un nuevo estudio sugiere que los infectados de Covid-19 que enfrentan episodios de delirios durante la enfermedad podrían desarrollar demencia en los próximos años. Los principales afectados serían los adultos mayores, a quienes ha afectado desproporcionadamente.

Desde que la enfermedad fue detectada, en diciembre del año pasado, se han registrado un gran número de personas hospitalizadas que experimentan delirio.

FRASE DE LA ESCUELA: ***“La educación es algo admirable pero está bien recordar de vez en cuando que nada que merezca la pena saber puede ser enseñado”.***

Oscar Wilde

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 invierno está llegando - canción infantil

Con la nariz colorada
y bufanda de colores
me paseo por la calle
dando, dando tiritones.

El sol esta escondido
el viento está silbando
froto y froto las manitas
el invierno está llegando

El sol esta escondido
el viento está silbando
froto y froto las manitas
porque se me están helando.

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Durante los meses fríos, las enfermedades más frecuentes son del tipo respiratorio ya que, las bajas temperaturas, condiciones ambientales como el encierro, la mayor cercanía física y la falta de ventilación de los ambientes (contaminación intradomiciliaria) que facilitan la transmisión de diversos virus.

La población más afectada en esta época son los niños menores de 5 años, quiénes corren el riesgo de caer rápidamente en dificultades respiratorias serias y los adultos mayores, especialmente si tienen otras enfermedades crónicas, que necesitan más cuidados para evitar caer en efectos colaterales.

DIBUJO

Realiza el dibujo de como debemos de protegernos contra el frio, ya sea la ropa, alimentos o algún otra medida.

CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:
enfermedades del frio

VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Has binas con algunas de las enfermedades.

ORACIONES

Elabora enunciados con cada bina.

CONCEPTUALIZACIÓN

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

Refiere

Desarrollo

físico

fase

estribo

trípode

TIEMPO PRESENTE

Los verbos en presente son aquellos verbos que refieren a acciones que se están realizando en el momento actual. Por ejemplo:

Juan juega al fútbol.

Nosotros disfrutamos el paisaje.

Ellos comen elotes.

Los verbos describen acciones, que pueden ser realizadas en el marco de tres tiempos verbales: Pasado (lo que ya ocurrió), presente (lo que está ocurriendo) y futuro (lo que aún no sucede).

Conjuga en tiempo presente con todas las personas (yo, tú, él, ella, nosotros, ustedes, ellos) los verbos: cantar, compartir y sembrar.

FENOMENOS FISICOS

Qué son Fenómenos físicos:

Los fenómenos físicos son los cambios que sufre un cuerpo, materia o sustancia sin alterar su composición y ocurren cuando se lleva a cabo un proceso o cambio, que puede ser reversible, sin perder sus características, propiedades ni modificar su naturaleza.

Características de los fenómenos físicos

El cambio que experimenta el cuerpo, materia o sustancia es reversible.

Se puede observar el cambio.

El cuerpo, la materia o sustancia no cambia.

Ejemplos de fenómenos físicos

Cambios de estado:

Si esa agua se enfría lo suficiente hasta su estado inicial, nuevamente se obtendrá hielo.

En ambos casos la sustancia utilizada fue el agua, una en estado sólido y otra en estado líquido.

Otro ejemplo es cuando se dobla un clavo de acero, su estado inicial cambia, pero la materia que lo compone sigue siendo la misma. Si se endereza, se volverá a tener un clavo.

Otros ejemplos:

Desplazamiento de un vehículo.

Romper un papel.

Fundir oro.

Fundición de hierro, o dilatación de los metales.

Mezclar agua y alcohol.

Calentar el vidrio para ser manipulado y elaborar otros objetos igualmente de vidrio.

Descomposición de la luz.

El paso de la electricidad a través de los cables.

Influencia del sol y la luna en los fenómenos físicos

La energía del sol llega al planeta Tierra a través de ondas electromagnéticas e influye en los fenómenos físicos, biológicos y humanos.

Entre los fenómenos físicos en los que interviene el sol está el clima (lluvias, días calurosos, tormentas, nevadas, entre otros), ciclo del agua (evaporación, condensación y precipitación), y auroras boreales.

Por su parte, la luna genera fenómenos relacionados con la fuerza de gravedad y las fases lunares que intervienen en la energía para el crecimiento de las plantas y el ascenso y descenso de las mareas.

Realiza un dibujo en hojas blancas de cada fenómeno físico, que a continuación te menciono e investiga como sucede y explica con tus propias palabras.

ECLIPSE

LLUVIA DE ESTRELLAS

FASES DE LA LUNA

ARCOIRIS

DESARROLLO CULTURAL PURÉPECHA

La alfarería se hacía con fines domésticos, comerciales y ceremoniales.

Las ollas, cuencos, comales y platos de color café y rojo servían para cocer y comer los alimentos y almacenar agua y semillas. Las vasijas polícromas en colores crema, rojo, negro y otras tonalidades servían para los intercambios comerciales y para colocarlos como ofrendas a los muertos. Vasijas con vertedera y asa de estribo, trípodes, incensarios con mango eran empleadas en el culto a las deidades. En el aspecto del arte lapidario, se tallaron piedras duras como el basalto del cuál obtenían esculturas en forma de coyote y algunas esculturas antropomorfas, lo mismo que un chac mol, cristal de roca traslúcido para sus * bezotes y collares. La obsidiana negra y roja se utilizaban para obtener puntas de proyectil, espejos, bezotes, orejeras, cuentas de collares, cuchillos, etc. También labraron el xanamu o piedra volcánica para revestir sus yácatas; el ámbar y el azabache.

Otras artes desarrolladas en la cultura purépecha no tienen tanto protagonismo, pero no por eso deben de ser marginadas y dejadas en el olvido. Algunas como la pintura no son muy representativas pero sí son meritorias. Es el caso de las jícaras, que aún se realizan, donde se pueden apreciar hermosos decorados con temas relacionados con la naturaleza, flores, pájaros, etc. Las pinturas se obtenían con tierras y aceites vegetales o grasas animales.

También trabajaban piedras como el ámbar, azabache, turquesa y cristal de roca, con las que realizaban collares y dijes, combinados con metal. Así mismo la obsidiana era mineral preferido para la realización de puntas de flecha, instrumentos cortantes, y motivos ornamentales como orejeras, bezotes, cuentas, máscaras y espejos. Cabe destacar la artesanía plumaria, que se aplicó en la confección de mantas, escudos, capas.

Escribe y contesta las siguientes preguntas en tu cuaderno:

¿con que fines se hacia la alfarería? ¿Qué color de vasijas era para intercambios comerciales y para colocar ofrendas? ¿Cómo eran las vasijas para el culto a las deidades? ¿para que utilizaban la obsidiana roja y negra? ¿Cómo obtenían las pinturas? ¿Qué hacían con la obsidiana? ¿Qué artesanías hacían con plumas?

LA ALIMENTACIÓN

En invierno debemos estar atentas a no descuidar nuestro cuerpo. Suele pasar que las bajas temperaturas nos llevan a dejar de lado las ensaladas, las frutas frescas o el agua. Para evitarlo, incluí estos alimentos en tu menú:

- 1) Brócoli y hojas verdes crudas. El primero es rico en vitamina C, en antioxidantes y muy bajo en calorías. Las segundas aportan clorofila con efecto depurativo y enzimas.
- 2) Tomate. Es una excelente fuente de fibra, poseen una cantidad enorme de vitaminas, entre ellas, las del grupo C y E que tienen una excelente capacidad antioxidante.
- 3) Frutas secas. Las nueces contienen mucho calcio y son ideales para mantener los huesos en buen estado.
- 4) Infusiones. Consumir té de frutas y té verde. También caldos, pero tienen que ser caseros porque los instantáneos contienen muchos aditivos perjudiciales.
- 5) Bebidas. Conviene reducir e incluso eliminar de la dieta sustancias tóxicas y excitantes como la cafeína. También las bebidas estimulantes: excitan pero no nutren y su uso continuado produce desgaste nervioso, agotamiento y falta de adaptación al estrés.
- 6) Frutas. Aprovechá las frutas cítricas de esta época del año, que son ricas en vitaminas y antioxidantes. Algunos ejemplos son el kiwi, la naranja, la mandarina y el pomelo.
- 7) Pescados. Son las proteínas más aconsejadas.

Siguiendo estos sencillos consejos podemos proveer a nuestro organismo de buenos nutrientes que nos permitan disfrutar del invierno.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 73

¡Buenos días te deseo hoy que la suerte te acompañe que logres todo lo que desees y que tengas un feliz día!

FRASE DEL DÍA: *"La mejor y más eficiente farmacia está dentro de tu propio sistema".*

Robert C. Peate

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Un medicamento antiviral, el molnupiravir, fue capaz de suprimir la transmisión del virus SARS-CoV-2 en tan solo 24 horas, afirmaron investigadores de la Universidad Estatal de Georgia.

"Esta es la primera demostración de un medicamento disponible por vía oral para bloquear rápidamente la transmisión del SARS-CoV-2", señaló Richard Plemper, doctor encargado del estudio.

El especialista destacó que el medicamento tiene una actividad "de amplio espectro" contra los virus de ARN respiratorios. Actualmente, el molnupiravir se encuentra en ensayos clínicos avanzados de fase 2 y 3.

FRASE DE LA ESCUELA: El aprendizaje nunca cansa a la mente.

Leonardo Da Vinci

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. Caminar con normalidad: la mano y el pie de los lados opuestos se mueven adelante al mismo tiempo. con los ojos cerrados, Camina por lo menos 10 metros.

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

Resfrío, Gripe o Influenza, Faringitis, Bronquitis, Neumonía. Son algunas enfermedades que llegan junto a la temporada de frío. Algunas pueden ser mas graves que las otras, pero recuerda que los síntomas en algunos casos pueden parecer a los del Covid-19, por eso es importante acudir al medico. Porque podríamos confundir los síntomas de una enfermedad por otra.

DIBUJO

Realiza un dibujo de una persona en un consultorio con un doctor realizándole un chequeo.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

instrumentos médicos

síntomas de un resfriado

VOCABULARIO Y FRASES: TRINAS

Has trinas con los instrumentos médicos.

ORACIONES

Elabora un enunciado con cada trina.

CONCEPTUALIZACIÓN

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

Astronomía

subsistir

desmontar

rozar

Nos alimentamos a base del maíz

Guillermo Bonfil Batalla señaló: “el maíz es una planta humana, cultural en el sentido más profundo del término, porque no existe sin la intervención inteligente y oportuna de la mano; no es capaz de reproducirse por sí misma. Más que domesticada la planta del maíz fue creada por el trabajo humano”.

Para todas las culturas mesoamericanas el maíz ha tenido una relevancia importantísima hasta el punto de relacionarlo con sus propios dioses y convertirlo en el eje principal en torno al que se movía y evolucionaba la civilización.

Mientras que en la antigua Europa se cultivaba el trigo y la cebada y en China, Japón y la India el arroz, en América los olmecas crecían alrededor del maíz en el Preclásico Medio. Para la cultura maya el maíz fue lo más importante, además de ser la base de su alimentación diaria, fue la causa de sus grandes avances astronómicos y calendáricos, donde se soportaba la fe religiosa y su arquitectura y el material con el que los dioses les dieron forma a sus músculos y huesos. Todo giraba a su alrededor, era el epicentro del mundo maya.

El hecho de ser básicamente agricultores y de depender de los cultivos para subsistencia, especialmente del maíz, lo convirtió en la razón por la que estudiaron las manifestaciones en el cambio de las estaciones, dándole una gran importancia a la entrada y salida de las lluvias. Al igual que su calendario, una de las conquistas más brillantes de la humanidad, se debió originalmente a la necesidad de conocer el tiempo preciso en el que debían desmontar, rozar, sembrar y cosechar.

Situación actual del maíz

El maíz es el cereal que más se produce en el mundo. Debido a sus cualidades alimenticias para la producción de proteína animal, el consumo humano y el uso industrial, se ha convertido en uno de los alimentos más influyentes en los mercados internacionales; es el grano forrajero más comercializado.

El maíz mexicano padece las consecuencias de una baja productividad escenario que ha sido el pretexto para que se permita un aumento sostenido en las importaciones del grano, además de la amenaza constante de que se legalice la siembra de semillas modificadas genéticamente (maíz transgénico), lo que posiblemente ocasionará daños en las semillas milenarias originarias de nuestro país.

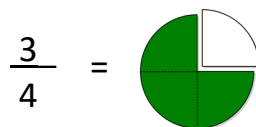
A partir de la lectura anterior redacta al menos cinco preguntas con sus respuestas correspondientes.

CONTENIDO: fracciones de igual denominador

Vamos a repasar la suma y resta de fracciones. Recordemos que la fracción es la parte dividida o separada de un entero

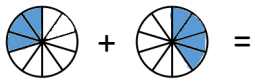
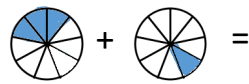
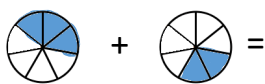
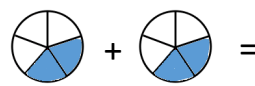
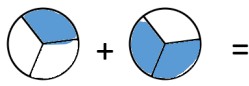
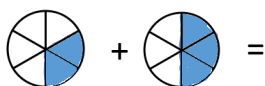
Aquí lo ejemplificamos con una imagen y su fracción:

Los coloreados son las fracciones seleccionadas, que son 3 y el total de partes en que esta dividido es 4. por eso son tres cuartos.



Dibuja las siguientes sumas de fracciones en tu libreta y pon su fracción en número y resuélvela. Como la del ejemplo siguiente:

$$\frac{3}{8} + \frac{4}{8} = \frac{7}{8}$$



Realiza las siguientes restas de fracciones como la del ejemplo siguiente:

$$\frac{4}{8} - \frac{3}{8} = \frac{1}{8}$$

$$\frac{4}{6} - \frac{2}{6} =$$

$$\frac{5}{7} - \frac{3}{7} =$$

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

$$\frac{4}{4} - \frac{2}{4} =$$

$$\frac{7}{9} - \frac{4}{9} =$$

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

$$\frac{9}{11} - \frac{3}{11} =$$

$$\frac{8}{13} - \frac{6}{13} =$$

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 74

Buen día, hoy te deseo salud, dicha y mucha suerte.

FRASE DEL DÍA: **“La salud es la mayor posesión, la alegría es el mayor tesoro, la confianza es el mejor amigo”.**

Lao Tzu

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

La vacuna contra el COVID-19 del laboratorio estadounidense Pfizer y su socio alemán BioNTech está cada vez más cerca de ver la luz. Ya el primero de este mes anunciaron que habían solicitado la aprobación regulatoria de la UE para su vacuna lo que aumenta las esperanzas de que los primeros pinchazos puedan ser administrados en diciembre.

Ambas compañías anunciaron que habían presentado una solicitud a la Agencia Europea de Medicamentos (EMA) “para la Autorización Condicional de Comercialización (AMC)” de su vacuna, después de que las pruebas mostraran que era 95 por ciento efectiva contra el nuevo coronavirus. Si se aprueba, la vacuna BNT162b2 podría potencialmente ser lanzada “en Europa antes de finales de 2020”, señalaban en un comunicado.

Y una vez que sea aprobada por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA), tardaría cinco días en llegar a México.

FRASE DE LA ESCUELA: **“La autoeducación es, creo firmemente, el único tipo de educación que hay”.**

Isaac Asimov

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. Caminar con normalidad: la mano y el pie de los lados opuestos se mueven adelante al mismo tiempo con un objeto sobre la cabeza. Camina por lo menos 10 metros.

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

Techos de Cartón Autor: Ali Primera

*Que triste, se oye la lluvia
En los techos de cartón
Que triste vive mi gente
En las casas de cartón
Viene bajando el obrero
Casi arrastrando los pasos
Por el peso del sufrir
Mira que es mucho el sufrir
Mira que pesa el sufrir
Arriba, deja la mujer preñada
Abajo está la ciudad
Y se pierde en su maraña
Es su vida sin mañana*

*Ahí cae la lluvia
Viene, viene el sufrimiento
Pero si la lluvia pasa
¿Cuándo pasa el sufrimiento?
¿Cuándo viene la esperanza?
Niños color de mi tierra
Con sus mismas cicatrices
Millonarios de lombrices
Y, por eso
Que tristes viven los niños
En las casas de cartón
Que alegres viven los perros
Casa del explotador*

*Usted no me lo va a creer
Pero hay escuelas de perros
Y les dan educación
Pá que no muerdan los diarios
Pero el patrón
Hace años, muchos años
Que está mordiendo al obrero
Oh, oh, uhum, uhum
Que triste se oye la lluvia
En las casas de cartón
Que lejos pasa la esperanza
En los techos de cartón.*

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Con la llegada de la temporada invernal, es necesario que la ciudadanía evite hacer uso de anafres, calentadores de leña y similares, al interior de sus hogares, a fin de evitar intoxicaciones por monóxido de carbono.

En caso de hacer uso de estos, se requiere que la habitación o vivienda estén debidamente ventilados. Finalmente el socorrista de la Cruz Roja Mexicana llamó a la ciudadanía a comunicarse al número de emergencias universal 9-1-1 en caso de cualquier emergencia y evitar hacer llamadas falsas, pues durante el periodo vacacional puede registrarse un incremento.

DIBUJO

Dibuja un anuncio de prohibición de anafres en el interior de la casa.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

Ropa de invierno

meses del año

VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Escribe en tu cuaderno binas con el campo semántico de ropa de invierno.

ORACIONES

Elabora un enunciado con cada bina.

CONCEPTUALIZACIÓN

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

Acción

masa

corpóreo

abstracto

Contenido: Tiempo futuro

El futuro es uno de los tiempos verbales que existen en español, son acciones que pasarán o que pueden pasar. Por ejemplo:

Llegarán más tarde.

Tú serás médico.

Conoceré muchas personas.

En cada uno de los ejemplos se expresa algo que ya realizaron, es decir, el verbo está en tiempo pretérito o pasado.

Escribe 20 verbos en futuro.

Realiza 10 enunciados utilizando los verbos en futuro.

Escribe un texto utilizando los verbos en futuro.

COMPONENTES DE LA NATURALEZA, LA MATERIA Y EL ÁTOMO

¿Qué es la materia?

Materia es todo lo que ocupa un espacio y tiene masa, forma, peso y volumen, por lo tanto, se puede observar y medir. También se refiere al material, sustancia o producto del que está hecha una cosa.

Es también un elemento físico o corpóreo en oposición a algo abstracto o espiritual.

Materia viene del latín mater, que significa madre, el origen o la fuente de la cual proviene alguna cosa.

Propiedades de la materia

Las propiedades de la materia se clasifican en dos grandes grupos:

Propiedades físicas de la materia

Son las características de materia que se pueden observar y medir sin necesidad de cambiar su estado. Entre estas características se encuentran:

Masa = Es la cantidad de materia, medida en kilogramos (kg.).

Volumen = Es el espacio ocupado por la materia, medido en litros (l) o metros cúbicos (m³).

Inercia = Es la capacidad que tiene la materia para mantenerse en reposo o en movimiento.

Compresibilidad = Es la capacidad de la materia para reducir su volumen al ser sometida a la presión, pero manteniendo otras propiedades intactas.

Elasticidad = Es la propiedad de la materia para volver a su estado original después de haber sido comprimida.

Divisibilidad = Es la propiedad de la materia para ser dividida en nuevas partes.

Punto de ebullición = Es la temperatura a la cual la materia hierve.

Propiedades organolépticas = Son las características de la materia que se pueden percibir con los 5 sentidos: olor, color, sabor, textura, sonido.

Propiedades químicas de la materia = Son las características que adopta la materia una vez que ha pasado por reacciones químicas que modifican sus propiedades originales. Estas son:

Reactividad = Es la propiedad de la materia para combinarse (o no) con otras sustancias.

Estabilidad química = Es la capacidad que tiene la materia para reaccionar al contacto con el agua (H₂O) o el oxígeno (O).

Calor de combustión = Es la energía que libera la materia después de entrar en combustión completa.

PH = Es la propiedad de la materia para ceder o recibir electrones, lo cual determina su nivel de acidez o alcalinidad.

Radiactividad = Capacidad de la materia para mantenerse estable. Cuando la materia es inestable puede liberar energía radiactiva.

La materia esta presentes en tres estados que son sólida, liquida y gaseosa.

Coloca los siguientes nombres en el recuadro que corresponda según su estado y recorta o dibuja una imagen de la palabra.

Vinagre, Vapor, agua, piedra, humo, sal, gas de cocina, leche, madera, nubes, petróleo, hierro.

Solido	Liquido	Gas
Ejemplo hielo	Ejemplo: aceite	Ejemplo: oxigeno

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 75

Te saludo y deseo que siempre tengas una sonrisa al amanecer.

FRASE DEL DÍA: ***“La autoestima es tan importante para nuestro bienestar como las piernas para una mesa. Es esencial para la salud física y mental y para la felicidad”.*** **Arturo Torres**

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

En diciembre es uno de los meses en los que más pirotecnia se utiliza en el marco de las festividades de la Virgen de Guadalupe, Navidad, Nochebuena y Año Nuevo, razón por la que se debe evitar que los niños manipulen cualquier artefacto pirotécnico sin la supervisión de un adulto.

“Lo preferible es que no hagan uso de cuetes, palomas y otros similares, pero si está en sus planes hacer quema, que no permitan que los niños lo hagan sin la compañía de un adulto, pues en este mes es cuando incrementan los accidentes relacionados con la quema de pirotecnia”.

FRASE DE LA ESCUELA: Largo es el camino de la enseñanza por medio de teorías, breve y eficaz por medio de ejemplos. **Seneca**

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. Caminata hacia atrás. Párate con el torso erguido mirando hacia adelante, camina hacia atrás 10 pasos, recuerda apoyar primero los dedos del pie y luego el talón, gira y repite el ejercicio en la dirección opuesta.

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

Muchas veces cuando entramos en un proceso gripal no nos apetece ni comer, pero tomando una sopa cuando estés enfermo, conseguirá que la irritación que tienes en la garganta baje considerablemente.

Además, uno de los síntomas más molestos de esta enfermedad es la congestión nasal, que se vera aliviado después de comer una sopa caliente. Ya sea de pollo, o de puras verduras, cualquiera puede ayudarte para aliviar los síntomas y superar mas rápido la enfermedad.

DIBUJO

Dibuja un buen plato de sopa caliente.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

colores

figuras geométricas

VOCABULARIO Y FRASES: Trinas

Has trinas con el campo semántico de los colores.

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:

Bacterias

herbicida

artificial

alergias

CONTENIDO: ¿QUÉ ES EL MAÍZ TRANSGÉNICO?

Es el maíz al que se le introducen artificialmente características biológicas nuevas provenientes de otras especies de plantas, animales o bacterias, para que adquiera capacidades inusitadas como la resistencia al uso de herbicidas, que la propia planta adquiera la propiedad de matar insectos que la atacan o bien, que sus semillas pierdan la propiedad de reproducirse naturalmente, si no es mediante la intervención de candados químicos. Se trata entonces, de la creación de nuevas variedades que no existen como tales en la naturaleza, sino que han sido creadas de manera completamente artificial.

Sin embargo los nuevos organismos transgénicos han estado provocando propiedades indeseables, sea para los consumidores (como la producción de alergias o la resistencia a antibióticos); para la relación de estos organismos con otras especies de su medio ambiente provocando la muerte de insectos no deseados y contaminación de polinización de otras especies nativas de maíz.

La producción de organismos genéticamente modificados en su mayor parte son creaciones de empresas trasnacionales a las cuales lo que les interesa es la generación de ganancias extraordinarias, con la menor cantidad posible de costos. Por ello, las nuevas variedades de maíz se diseñaron para resistir el consumo indiscriminado de herbicidas que las mismas empresas trasnacionales producen (Monsanto, Novartis, Du Pont, entre las principales). La resistencia a los herbicidas hace posible que la planta sea rociada con grandes cantidades sin que muera o bien le brinda a la planta la capacidad de resistir insecticidas más tóxicos que los usuales.

¡viva el maíz!

El ciclo agrícola gira alrededor del maíz y del lugar donde se cultiva que es la milpa. Desde hace centurias, año con año se renueva la unión entre el maíz y los hombres y mujeres de esta tierra. Si el maíz es nuestro alimento por el cual existimos, nosotros a cambio desgranamos la mazorca y sembramos las semillas para que pueda crecer. A lo largo de nueve meses limpiamos la tierra y sembramos en los surcos chile, calabaza y frijoles, entre otras muchas plantas comestibles, medicinales, de ornato y útiles como cercas, para formar terrazas o para elaborar diversas artesanías. No podemos permitir que el maíz, patrimonio de México y de la humanidad, herencia que nos dejaron los hombre y mujeres de Mesoamérica, se convierta en mercancía y quede en manos de empresas y funcionarios que sólo creen en las ganancias económicas y atentan contra los alimentos básicos, domesticados, gracias al trabajo de cientos de generaciones de hombre y mujeres del campo en todos los rumbos de la tierra.

Escribe en tu cuaderno y responde las siguiente preguntas:

- 1.- ¿qué es el maíz transgénico?
- 2.- ¿cuáles son los perjuicios que ocasionaría el maíz transgénico a la sociedad?
- 3.- ¿a quiénes beneficia el maíz transgénico?
- 4.- ¿por qué crees que es importante seguir cultivando el maíz que heredamos de nuestros antepasados?

CONTENIDO: LOS NÚMEROS HASTA EL 10 000

Vamos a repasar la escritura de números con 5 cifras. Recordemos que el valor de cada numero depende del lugar que ocupa.

Vamos a descomponer las siguientes cifras en su valor posicional y las vamos a escribir en nuestra libreta como en el siguiente ejemplo.

$$54\ 721 = 50\ 000 + 4\ 000 + 700 + 20 + 1$$

$47\ 561 =$

$63\ 258 =$

$14\ 298 =$

$49\ 357 =$

$62\ 418 =$

Ahora vas a copiar la siguiente tabla y vas a escribir el numero anterior a la cantidad del centro y el numero que sigue, de igual manera como el ejemplo:

<u>17 526</u>		17527		<u>17 528</u>
		75 341		
		86 297		
		15 789		
		29 650		
		34 785		

En este ejercicio vamos a escribir la cantidad con números y después escribiremos como se lee, como en el ejemplo:

$$45\ 385 = \text{cuarenta y cinco mil trescientos ochenta y cinco}$$

$47\ 215 =$

$64\ 175 =$

$36\ 485 =$

$45\ 391 =$

$54\ 219 =$

PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

3o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

FECHA

Cartilla 76

¡Buen día! Terminamos una semana más de trabajo y deseamos como siempre que tengan un buen día.

FRASE DEL DÍA: ***“La ciencia moderna no ha producido un medicamento tranquilizador, tan eficaz como lo son unas pocas palabras bondadosas”.***

Sigmund Freud

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Los médicos están estudiando el impacto del covid-19 en las embarazadas y en sus bebés en Singapur, donde un bebé que nació a principios de este mes de una madre infectada tenía anticuerpos contra el virus, pero no era portador de la enfermedad. El estudio en curso entre los hospitales públicos de la ciudad-estado se suma a los esfuerzos internacionales para comprender mejor si la infección o los anticuerpos se pueden transferir durante el embarazo y si estos últimos ofrecen un escudo eficaz contra el virus.

FRASE DE LA ESCUELA: **El arte supremo del maestro es despertar el placer de la expresión creativa y el conocimiento.**

Albert Einstein

TEMA GENERAL

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL

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

Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy viernes haremos el siguiente ejercicio. Caminar en puntas de pie. Levanta los talones, pon el peso sobre los dedos gordos, Camina 10 pasos. Gira lentamente y repite el ejercicio.

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

Invierno — Autor: CantaJuego

Nieve blanca
Puedo ver por mi ventana
Nubes altas
El invierno ya llegó

Mucha nieve que nos deja
Todo un manto de algodón
Como el viento en un trineo
El invierno ya llegó.

Un muñeco con bufanda
Con sombrero y barrigón
Me sonrío desde el parque
Tiene blanco el corazón

Nieve blanca
Para ir a jugar me espera
Hace frío
Pero está muy tibio el sol

Nieve blanca
Puedo ver por mi ventana
Nubes altas
El invierno ya llegó

Mucha nieve que nos deja
Todo un manto de algodón
Como el viento en un trineo
El invierno ya llegó.

Un muñeco con bufanda
Con sombrero y barrigón
Me sonrío desde el parque
Tiene blanco el corazón

Nieve blanca
Para ir a jugar me espera
Hace frío
Pero está muy tibio el sol

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Para cuidarnos de enfermarnos en estas fechas lo más sencillo suele ser lo más eficiente, por eso, debemos abrigarnos correctamente. No obstante, abrigarnos de más suele ser contraproducente ya que no permitimos que nuestro cuerpo se regule con la temperatura del ambiente. Encontrar el término medio es importante para no caer enfermos.

Otros consejos que debemos seguir son ventilar espacios, si usas calefacción que sea a temperatura media, lavarnos las manos con frecuencia, comer sano e incluir vitaminas y verduras en nuestra dieta, descansar correctamente y mantenernos activos para fortalecer nuestras defensas.

DIBUJO

Dibújate abrigado bien protegido del frío.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMANTICO DE:

Cosas que inicien con P

nombres propios que inicien con P

VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

Escribe en tu cuaderno binas con el campo semántico de cosas que inicien con P.

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:

Soluto

volumen

fluido

Contenido: Poemas del estado de Michoacán.

TRAZOS

*Que se ufane Morelia de Morelos;
de sus múltiples mártires, Uruapan;
de la Constitución, Apatzingán,
y Tacámbaro acaso, de Codallos;
Yo, la gloria seré de Matamoros
o de Vázquez Pallares, la impertérrita
ciudad que va en ascenso, Coalcomán.
Plantada en los umbrales de la costa,
a ochenta millas de San Juan de Alima,
te miran, si al mar vas, ya Chinicuila,
ya La Villa, El Naranjo o bien Aquila.*

*De ti yo me ufano y te consagro
todas mis glorias y mis triunfos,
pues, siendo en tus inicios parva Roma,
pronto te hiciste, al devenir del tiempo,
gran Atenas de todo Michoacán.
Ciudad, mi origen, donde, ¿lo adivinas?,
según su gobernante Torres Manzo,
siempre hubo más escuelas que cantinas.
sin más, agrego y al ruedo me lanzo,
“que ha habido siempre de talentos minas”.*

Copia el poema a tu libreta en letra cursiva.

- *Escribe los nombres propios que encuentres en el poema.*
- *Ubica las palabras que no entiendas y busca su significado en el diccionario.*

Contenido: Densidad.

Si un cuerpo flota o no en el agua dependerá de si la densidad media es superior, igual o inferior al del agua donde se encuentra.

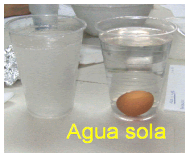


La flotación en reposo viene dada por el Principio de Arquímedes, según el cual, "todo cuerpo sumergido en un fluido experimenta un empuje vertical y ascendente igual al peso del fluido desalojado." Dicho empuje se denomina empuje hidrostático.

Por lo que, si el peso del agua desalojada es superior al peso del cuerpo introducido en ella, dicho cuerpo flotara.

Por el contrario, si el peso del agua desalojada es inferior al peso del cuerpo introducido en ella, dicho cuerpo no flotara.

La densidad del agua pura (solamente agua, ya que los minerales aumentan su densidad) varía ligeramente con la temperatura, pero puede considerarse próxima a los 1000 Kg./m³. Pero la densidad del agua se puede variar añadiendo solutos a la misma.

Realiza el siguiente experimento.

<p>Materiales</p> <p>Tres vasos transparentes agua sal un huevo.</p>	<p>Procedimiento.</p> <p>Llena los vasos con agua hasta dos terceras partes. Al vaso número uno solo agua Al vaso numero dos agrégale dos cucharadas de sal y agita hasta disolver. Al vaso tres agrégale sal hasta que ya no se disuelva. Ve introduciendo el huevo en cada uno de los vasos, dejándolo por lo menos dos minutos en cada uno. Observa lo que sucede y anota en tu cuaderno junto con los dibujos de tu experimento.</p> <div data-bbox="587 1289 771 1440">  <p>Agua sola</p> </div> <div data-bbox="795 1289 961 1440">  <p>Con sal</p> </div> <div data-bbox="985 1289 1140 1440">  <p>saturada en sal</p> </div>
---	---

Arte

Dibuja en la hoja completa de tu cuaderno, este jarrón con flores y coloréalo.

