



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

Escuela Transformadora para la Patria Digna

1^a unidad 1er modulo

CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

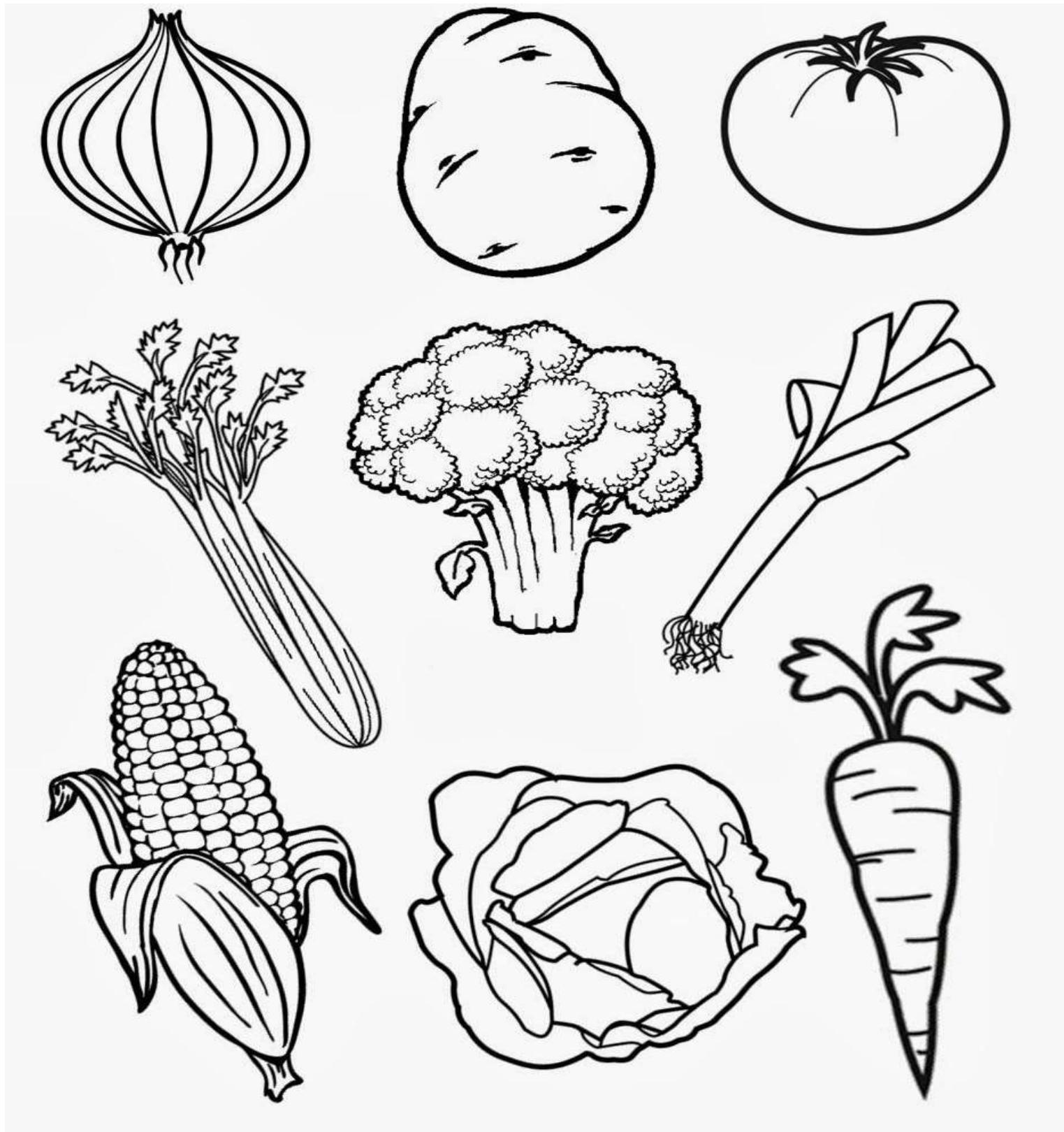
1^o PREESCOLAR



Del 6 al 10 de septiembre

Educación Popular, Integral, Humanista y Científica





“LA ALIMENTACIÓN DE LA FAMILIA”

Unidad uno modulo 1

Lunes 06 de septiembre 2021

Saludo del día: Familia nos abrazamos fuertemente y expresamos con una frase el amor hacia el otro

Frase del día: "el cariño de mi familia me hace sentirme protegido"

Contexto a cerca de la pandemia: Familia ustedes desempeñan un rol importante a la hora de enseñar a los niños a lavarse las manos. Explícales que el lavado de manos y el uso de cubrebocas puede mantenerlos sanos y evitar que el virus se propague a otras personas.

Frase de la escuela: "La familia y la escuela es muy importante para el desarrollo humano y social"

Tema general: la alimentación sana

Mística:

busca la canción en YouTube "la comida sana" (pinkfong)

Escucha y canta con tu familia

<https://www.youtube.com/watch?v=V5wjY085eg>

Una Comida Sana

Gracias por la comida!

Ñom, ñom.

Come y mastica.

Ñom, ñom.

Comamos sano.

Ñom, ñom.

Come y mastica.

¡Comamos sano,
sí! ¡Ñom, ñom!

No seas exigente.

¡Comamos sano,
sí! No te quejes

No, no. ¡Comamos rico, sí!
Brócoli, tomate,
cebollas, pimentones
y frijoles.

Siéntate y come bien.
¡Comamos sano, sí!
¡OK! Come sano,
come sano. Come sano.
¡Sí!

No seas exigente.
¡Comamos sano, sí!
No te quejes. No, no.

¡Comamos rico, sí!
Espinaca, patatas,
zanahorias,
champiñón y ³apio.

Comer sano me hace
fuerte.
¡Comamos rica comida!
¡OK! Ñom, ñom.

Come y mastica.
Ñom, ñom. Comamos
sano.

Ñom, ñom. Come y
mastica.

¡Comamos sano, sí!
¡Ñom, ñom!

Arreglo musical realizado por Pinkfong y
KizCastle
Instrumento musical interpretado por
KizCastle

Activación física: Sugerencia: para la activación física se dispondrá el espacio necesario y adecuado para realizar todos los días la ruta metodológica para el desarrollo neuronal pleno . Activación física familiar: **Diaría**

1.-FLEXIBILIDAD Y ESTIRAMIENTO. Seguir esquema

2.-CALENTAMIENTO (El calentamiento consiste en la preparación de nuestro cuerpo para realizar cualquier actividad física. El calentamiento debe de ser progresivo, de menos intensidad a más intensidad. Debemos estar concentrados para evitar movimientos bruscos que puedan lesionarnos y seguir una rutina para que no quede ninguna parte del cuerpo fría)

Calentamiento:

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.

Estiramientos:

Con los pies separados, levantamos los brazos, hacia la derecha, al centro y a la izquierda y flexionamos el tronco hacia el frente

3.-MOV. TRONQUIAL O MECIDA (ANFIBIO) desplazarse en el piso sin utilizar las piernas o brazos, imitando a larvas acuáticas o renacuajos, que se desplazan mediante una cola.

4.-REPTAR O ARRASTRE (REPTIL) tirarse en el piso, imitando a uno de los reptiles, es decir, desplazarse reptando, arrastrándose por el suelo como la serpiente.

5.-GATEAR (CUADRUPEDO) En el piso nos apoyamos en cuatro puntos de apoyo, (con las manos y las rodillas), nos desplazamos en varias direcciones, con la cabeza hacia arriba y girándola hacia los costados ligeramente.

6.-POSICION TOTALMENTE ERGUIDA (BIPEDESTACIÓN) caminamos cuidando que la columna vaya en posición recta y mirada al frente, desplazándonos en varias direcciones.

7.-BRAQUEO (PASAMANOS) De ser posible disponer de área adecuada donde podamos efectuar el realizar los movimientos que se emplean en el pasamanos. (es un elemento de sujeción y guía para las manos de las personas a una altura de agarre.)

8.-CAMILATA, MARATON Y CARRERA. (correr es la función más elevada del ser humano en motricidad).

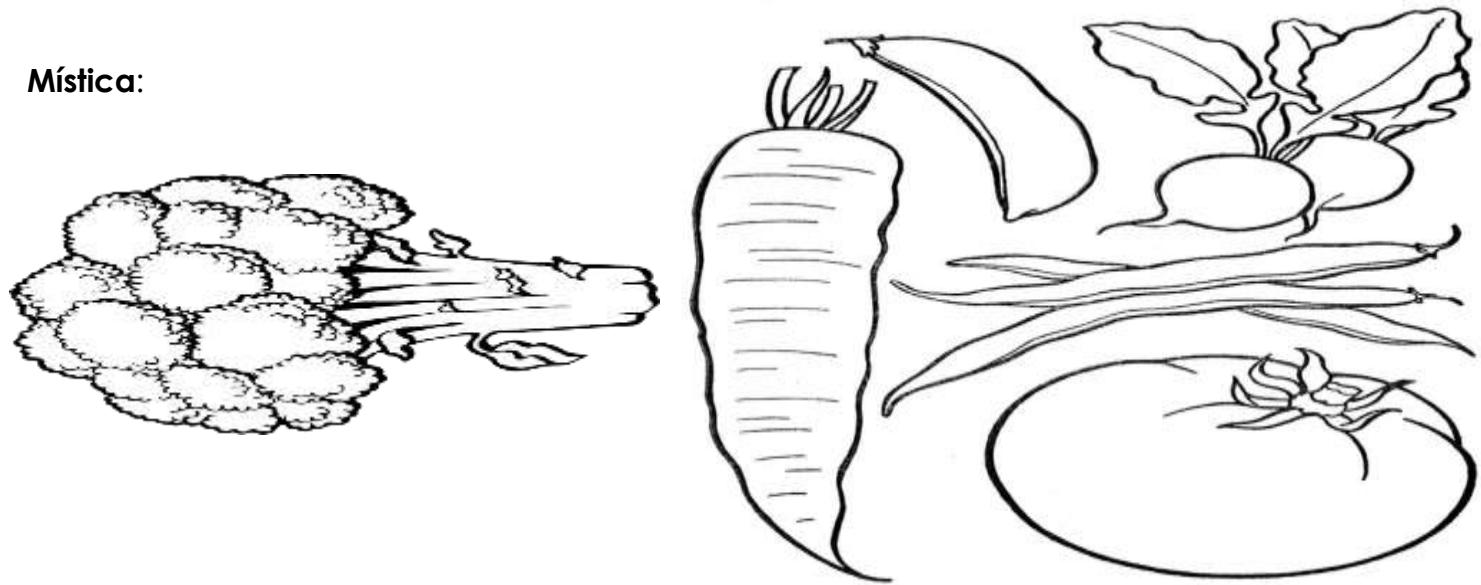
9.-RESPIRACION (respiración profunda)

Estos son los pasos a seguir:

1. Tomar aire por la nariz, lenta y profundamente, mientras se cuenta hasta tres llenando bien de aire los pulmones. ...
2. Retener el aire durante 3 segundos.
3. Soltar el aire por la boca lentamente, contando de nuevo hasta tres. ...
4. Repetir el proceso dos o tres veces.

10.-HIDRATACION tomar agua inmediatamente al terminar la activación física y durante el día de preferencia pura (evitar las bebidas azucaradas o gaseosas). El agua ayuda a regular la temperatura del cuerpo, nos aporta muchas sales minerales y es crucial en el funcionamiento de las células del cuerpo y otros órganos como el corazón o el riñón.

Mística:



Dibuja a tu familia :

(familia te proponemos que se le proporcionen a tu niñ@ caja con 12 colores en cera del extra grueso conocidos como crayones)

Conceptualización: comenta con tu hij@ que es una verdura y cuáles conoce

Saludo del día: "con un fuerte abrazo le decimos a nuestra hija o hijo cuanto le queremos"

Frase del día: "el cariño de mi familia me hace sentirme protegido"

Contexto a cerca de la pandemia: Familia ustedes desempeñan un rol importante a la hora de enseñar a los niños a lavarse las manos. Explícales que el lavado de manos y el uso de cubrebocas puede mantenerlos sanos y evitar que el virus se propague a otras personas.

Frase de la escuela: "La familia y la escuela son el vehículo para el desarrollo humano y social"

Tema general: la alimentación sana

Activación física: Sugerencia: para la activación física se dispondrá el espacio necesario y adecuado para realizar todos los días la ruta metodológica para el desarrollo neuronal pleno · Activación física familiar: **Diario retomamos las sugerencias del día lunes**

- 1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema
- 2.-calentamiento
- 3.-mov. tronquial o mecedora (anfibio)
- 4.-reptar o arrastre (reptil)
- 5.-gatear (cuadrúpedo)
- 6.-posición totalmente erguida (humano)
- 7.-braqueo (pasamanos)
- 8.-caminata, maratón y carrera.
- 9.-respiración
- 10.-hidratación

Mística:



E.T. D.N.P.

- El **arrastre** es el encargado de dar el primer contacto con el desplazamiento independiente y el entrenamiento del patrón cruzado, necesario para el gateo. Fortalece la musculatura del cuello, tronco, abdomen, espalda, brazos y piernas.

Familia leer al alumno en voz alta

HISTORIA: EL SUEÑO DE OMAR

Un día **Omar** soñó que andaba en el bosque. Con asombro observa la gran variedad de árboles: pinos, oyameles, encinos y cedros enormes y pequeños, observó también que habitan muchos animales como la liebre, venado, ardilla, oso, búho, y diferentes pájaros entre otros, en su recorrido se encontró con un oso muy amable, quien lo invitó a conocer a su familia integrada por papá oso y mamá osa, su casa estaba en un árbol muy grande, Omar y el osito se hicieron amigos y desde entonces cuidan el bosque y cultivan plantas para el beneficio de todos los habitantes del planeta.

Cuando llegan a casa del **oso**, mamá oso les prepara una deliciosa sopa con **chayote**, y los dos nuevos amigos se animan al comentar que estudian y ayudan a las labores de la casa en este tiempo de la pandemia.

Omar despierta descubriendo que fue un sueño y se siente emocionado, ya quiere ir a la escuela, le cuenta a los miembros de su familia lo que soñó, y su papá comenta, que asistirá al jardín de niños de forma virtual, que su maestra lo acompañará y le enviará la cartilla de trabajo en casa y así todos aprenderán que estudiar es muy importante, se sienten alegres, porque al regreso presencial encontrará muchos amigos con quien jugar y compartir.

- **En familia hacer las siguientes reflexiones**

¿Cómo se llama el niño de la historia?

¿A quién se encontró?

¿Cómo se imagina al jardín de niños que asistirá?

¿Qué es una verdura y cuáles consumes?

Colorea y contesta la página 8 del libro del alumno.

Es muy importante que realices algunos ejercicios previos a la escritura.

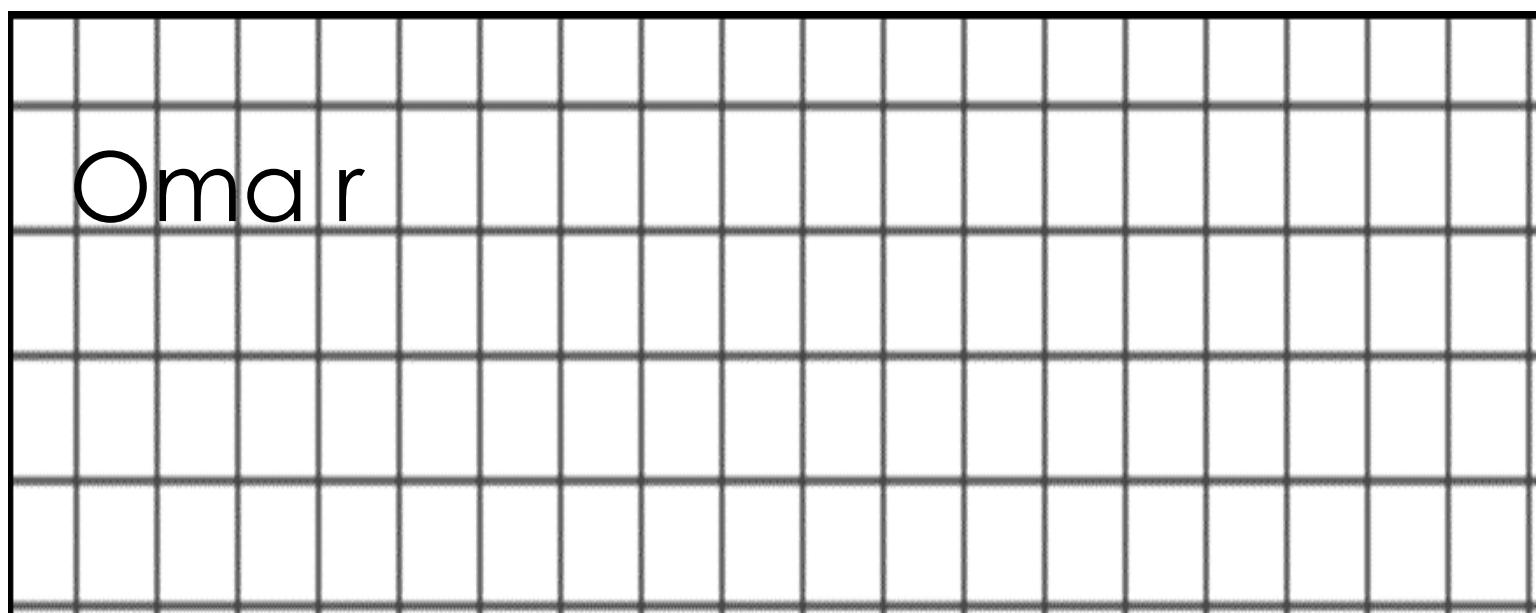
Rayar libremente en el siguiente espacio (de forma recta, circular inclinada, sesgada, curva, etc.) con tus "crayones" (El **nombre** "Craie a Crayón" se le ocurrió a Alice Binney (esposa de Edwin), donde "Craie" es la palabra francesa para gis y "ola" es la raíz en latín de Aceite, de ahí surge el **nombre** "Crayola) o lápiz de cera de diversos colores



Escribe en la hoja de los tres momentos la palabra Omar



Omar



Oma r

Saludo del día: Familia nos abrazamos fuertemente y expresamos con una frase el amor hacia el otro

Frase del día: "el cariño de mi familia me hace sentirme protegido"

Contexto a cerca de la pandemia: Familia ustedes desempeñan un rol importante a la hora de enseñar a los niños a lavarse las manos. Explícales que el lavado de manos y el uso de cubre boca puede mantenerlos sanos y evitar que el virus se propague a otras personas.

Frase de la escuela: "La familia y la escuela es muy importante para el desarrollo humano y social"

Tema general: la alimentación sana

Mística: busca la canción en YouTube "la comida sana" (pinkfong)

Escucha y canta con tu familia

<https://www.youtube.com/watch?v=V5wjY085eg>

campo semántico: escribe palabras relacionadas con:

OSO

chayote

Omar

Vocabulario y frases: visualización de las siguientes palabras e imágenes

desarrollo cultural vocabulario y frases: expresión oral a través del dialogo y la descripción

Omar



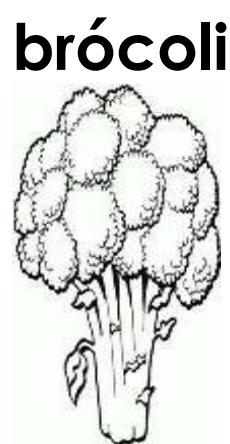
Olga



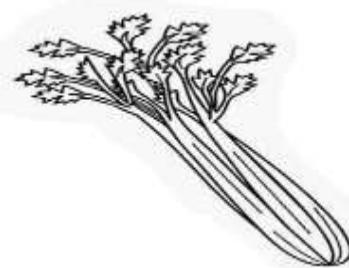
Oscar



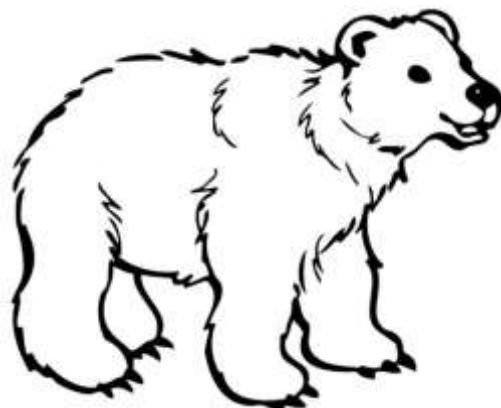
chayote



brócoli



apio



oso



Oca



oruga

Ecritura de la palabra oso en los 3 momentos (espacio en blanco, en el espacio de raya y en la cuadricula)

OSO

OSO

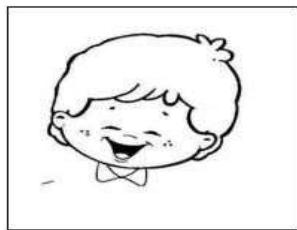
OSO

Dibuja:

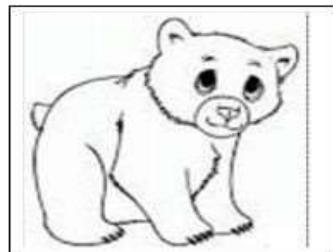
Las verduras que hay en casa

Vamos a jugar familia: apoya explicando a tu hija (o) como se pueden armar binas (ayuda a escribir 2 palabras que te dicte el niño)

Por ejemplo:



Omar juega



oso _____



oruga _____



chayote _____

En familia elaboremos un cartel de las verduras que debemos consumir para mantener la salud y pégalo en la puerta o ventana hacia la calle (con la intención de que nuestros vecinos consuman alimentos saludables).

contestar la página 10 del libro del alumno que tu educadora te proporcionará o enviará digital.

Saludo del día: Familia nos abrazamos fuertemente y expresamos con una frase el amor hacia el otro

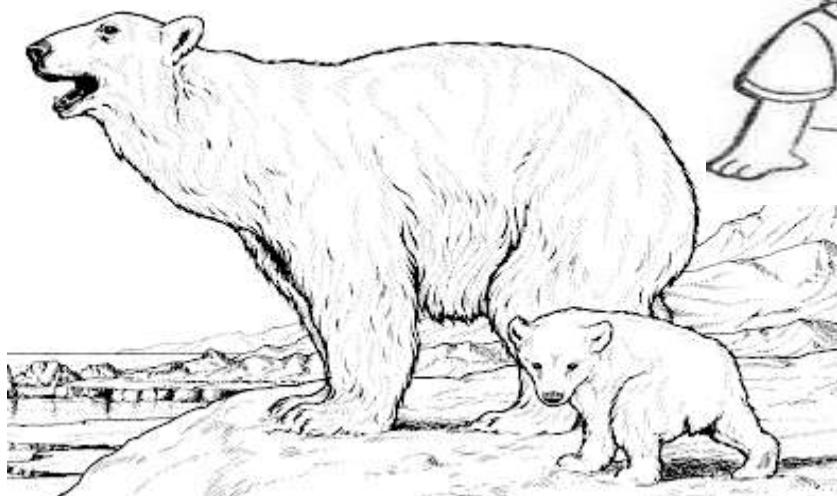
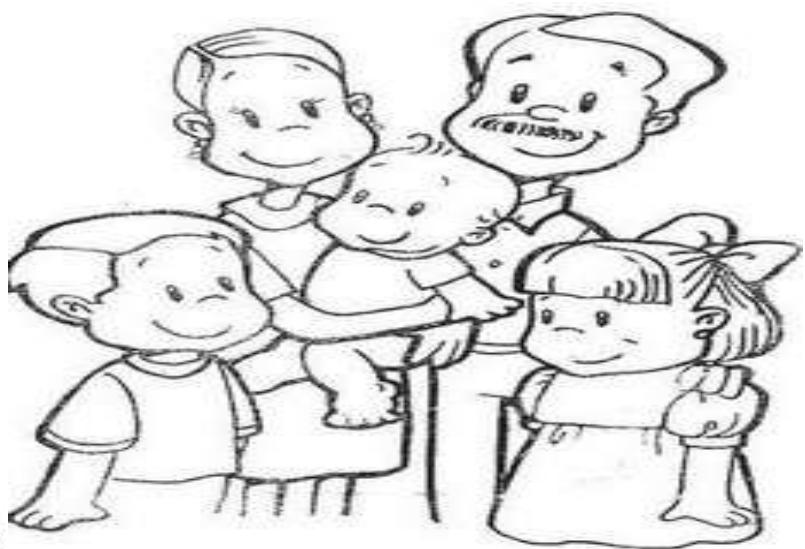
Frase del día: "el cariño de mi familia me hace sentirme protegido"

Contexto a cerca de la pandemia: Familia ustedes desempeñan un rol importante a la hora de enseñar a los niños a lavarse las manos. Explícales que el lavado de manos y el uso de cubrebocas puede mantenerlos sanos y evitar que el virus se propague a otras personas.

Frase de la escuela: "La familia y la escuela es muy importante para el desarrollo humano y social"

Tema general: la alimentación sana

Mística:
observación y comenten en familia



Desarrollo lingüístico integral

Los niños recordaran la lectura de la historia "**el sueño de Omar**" y la contaran a la familia

vocabulario y frases:

visualización y lectura de las siguientes palabras (pedimos a nuestro hijo (a) pueda leer las palabras que recuerda.

Omar

Olga

Oscar

oca

oruga

oso

Chayote

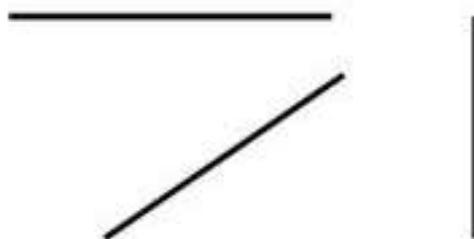
brócoli

apio

Con tus crayones de color rojo repasa las líneas rectas, con color azul las curva, y con amarillo las quebradas y por ultimo las mixtas con los tres colores anteriores.

Hay distintos tipos de Línea

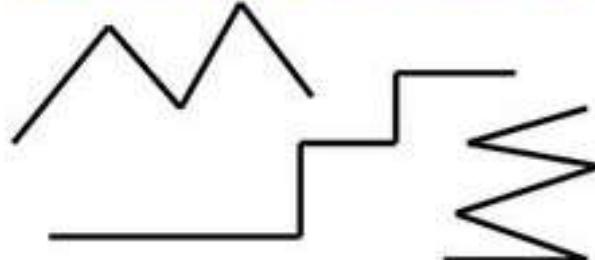
LÍNEA RECTA



LÍNEA CURVA



LÍNEA QUEBRADA



LÍNEA MIXTA



Saludo del día: Familia nos abrazamos fuertemente y expresamos con una frase el amor hacia el otro

Frase del día: "el cariño de mi familia me hace sentirme protegido"

Contexto a cerca de la pandemia: Familia ustedes desempeñan un rol importante a la hora de enseñar a los niños a lavarse las manos. Explícales que el lavado de manos y el uso de cubrebocas puede mantenerlos sanos y evitar que el virus se propague a otras personas.

Frase de la escuela: "La familia y la escuela es muy importante para el desarrollo humano y social"

Tema general: la alimentación sana

Mística: busca la canción en YouTube "la comida sana" (pinkfong)

Escucha y canta con tu familia

<https://www.youtube.com/watch?v=V5wjrYO85eg>

Desarrollo lingüístico integral

Concepto:

Una verdura es la parte comestible de una planta, se utiliza en la cocina o se puede comer cruda. A diferencia de las frutas, los vegetales no tienen semillas. Las verduras a menudo se consumen como ensaladas o cocidas como parte de una guarnición o plato principal.

Los nombres de las verduras en español varían de un país a otro. Por ejemplo, en algunos países usan **arveja** en vez de **guisante**. Sin embargo, en general, las personas de habla hispana saben que una **patata** es lo mismo que un

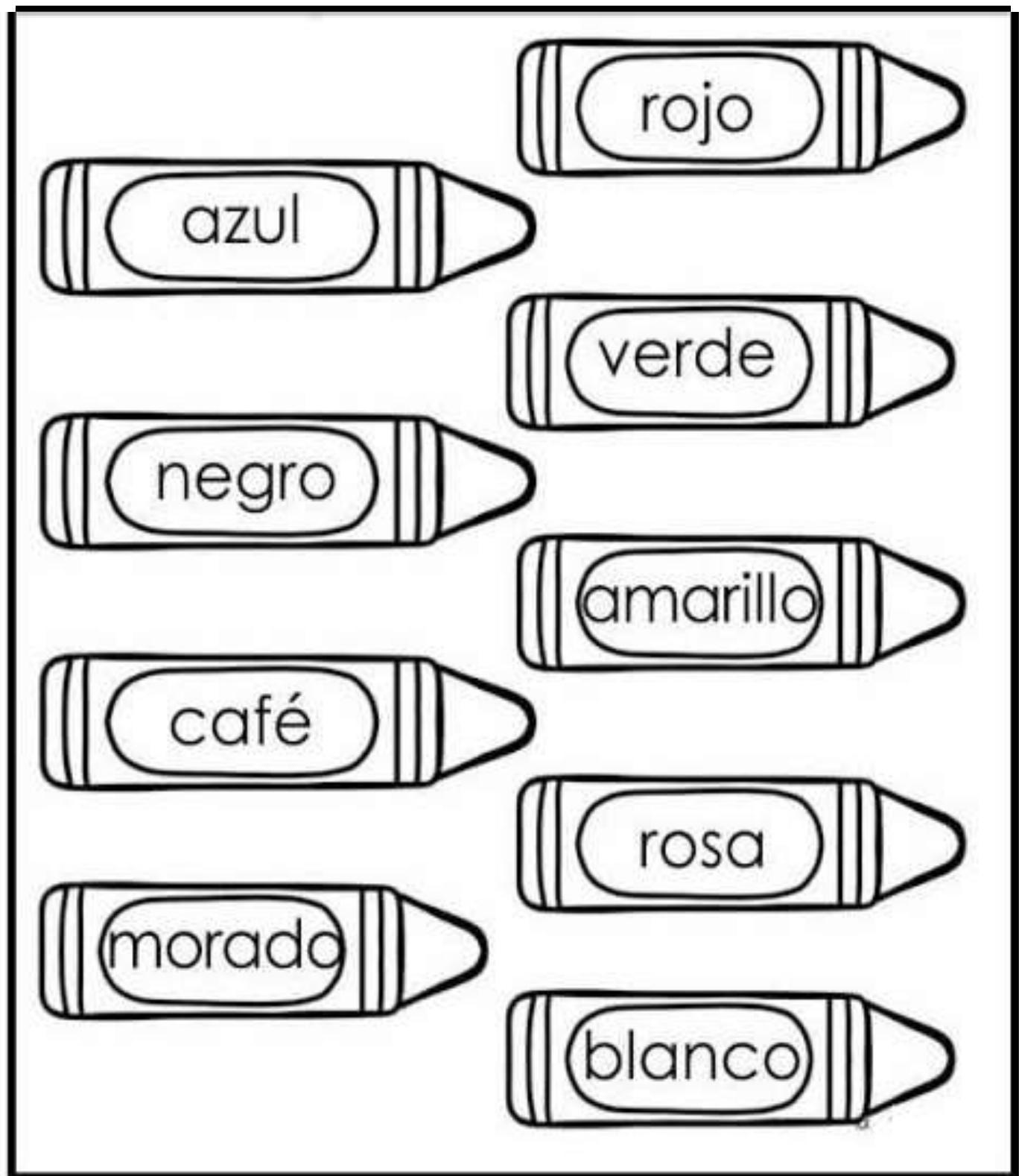


Matemáticas

Ilumina de forma horizontal



y de derecha a izquierda del color que se indica



Desarrollo lingüístico integral:

Con tu familia inventen una rima corta con las palabras de estudio Omar-oso y escriban en este espacio

Actividad transformadora

En familia **organicen elaborar una receta de ensalada o de sopa de verduras** que en este momento hay en casa o comprar en el mercado y soliciten al niño (a) las identifique y las describa en forma ,color, sabor, olor y manifieste cuales son las que más le gustan y llenen la siguiente tabla

¡GRACIAS MIL, POR TU APOYO EN FAVOR DEL MEJOR APRENDIZAJE DE TU HIJA (O)!