



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

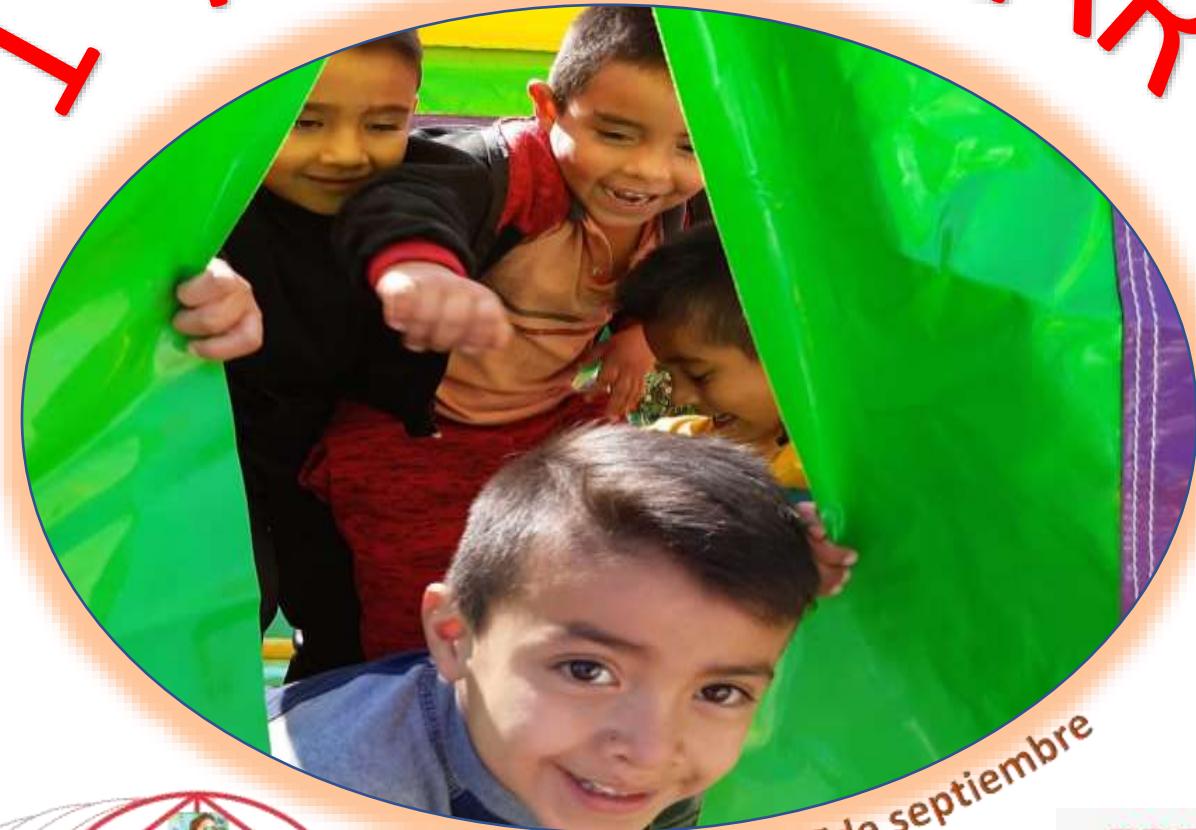
**Sección XVIII, Michoacán.**

Escuela Transformadora para la Patria Digna

**UNIDAD 1. MODULO 3**

**CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA**

# 1º PREESCOLAR



Del 13 al 17 de septiembre



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica



## LUNES 13 DE SEPTIEMBRE

Primera unidad. Módulo tres

• **Saludo del día:** Saludar a Cada miembro de la familia dándoles un abrazo. Hoy es un día maravilloso. Feliz jornada para todos ustedes.

**Frase del día:** "Una buena alimentación elimina el 95 por ciento de las enfermedades".

• **Contexto a cerca de la pandemia:**

Para eliminar cualquier rastro del virus de las manos, no basta con frotar y aclarar rápidamente. Este es el proceso para lavarse las manos de manera eficaz, paso a paso. Mojarse las manos con agua corriente. Aplicar una cantidad suficiente de jabón para cubrir las manos mojadas. Frotar por toda la superficie de las manos (el dorso, el espacio entre los dedos y debajo de las uñas) durante, al menos, 20 segundos. Aclarar bien con agua corriente. Secarse las manos con un paño limpio o una toalla de un solo uso

• **Frase de la escuela:** "La educación ayuda a la persona a aprender a ser lo que es capaz de ser".

• **Tema general:** ALIMENTACIÓN SANA

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

1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema

6.-posicion totalmente erguida (humano)

2.-calentamiento

7.-braqueo (pasamanos)

3.-mov. tronquial o mecida (anfibio)

8.-caminata, maratón y carrera.

4.-reptar o arrastre (reptil)

9.-respiracion

5.-gatear (cuadrúpedo)

10.-hidratacion

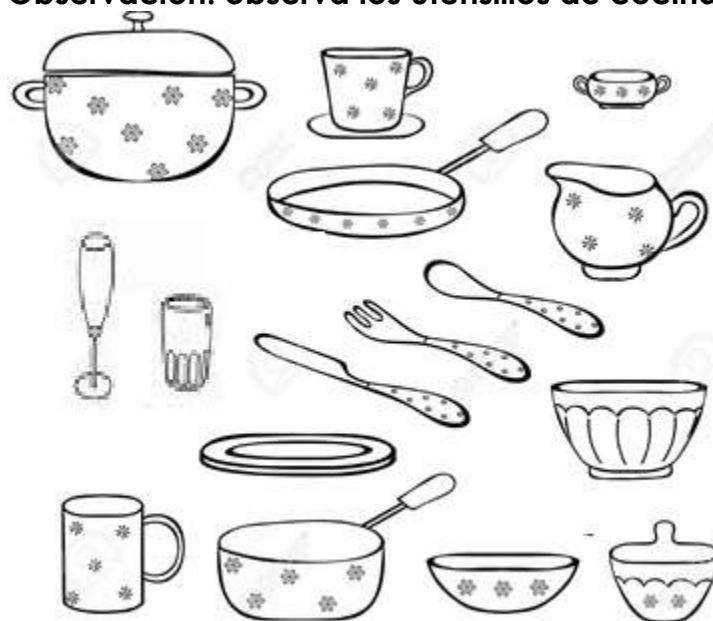
• **Mística:** Canción TODOS LOS ALIMENTOS

Para crecer muy sano  
voy a comer de todo  
frutas y vegetales  
carnes y pescado.

Yo quiero estar muy fuerte  
y tener energía  
por eso como huevos  
y cereales en el día. (bis)

Todos los alimentos  
me ayudan a crecer  
todos los alimentos  
me gusta a mi comer. (bis) 3

**Observación: observa los utensilios de cocina e identifica cuales utilizamos para comer.**



Dibuja que utensilios utilizas a la hora de comer.

**LECTURA RÁPIDA:** Lectura rápida de palabras relacionados con verduras y legumbres:

**Ema      comer      ejote**  
**frijol      elote**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico de verduras que contengan la letra “E” “e”.

**elote**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**Ema**

**comer**

**ejote**

**cocina**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinias de palabras.

Ejemplo:

**Ema**

**cocina**

**sano**

**frijol**

**elote**

• **Conceptualización:** ¿Qué es legumbre?

Las legumbres son un fruto formado por una vaina que encierra en su interior una semilla o una hilera de semillas, que se consumen secas. Los frijoles secos, lentejas y chícharos secos son los tipos de legumbres más conocidos y consumidos.

#### **DISCIPLINA: DLI**

Mural: dibuja las actividades que realiza cada miembro de tu familia y explícalo a ellos.

## DISCIPLINA: CIENCIAS

Fases de la luna.

Las fases de la luna son las diferentes iluminaciones que presenta la luna en un mes.

La luna tiene 4 fases

**Luna nueva:** es cuando la luna se encuentra entre la tierra y el sol por lo tanto no la vemos. **Cuarto**

**creciente:** la luna, la tierra y el sol forman un ángulo recto, por lo que se puede observar en el cielo la mitad de la luna en su periodo de crecimiento. **Luna llena:** ocurre cuando tierra se ubica entre el sol y la luna; ésta recibe los rayos del sol en su cara visible por lo tanto, se ve completa y **cuarto**

**menguante:** los tres cuerpos vuelven a formar ángulo recto, por lo que se puede observar en el cielo la otra mitad de la cara lunar.

Actividad: escucha las rimas y encierra las palabras rimantes y colorea de color negro la parte de la luna que está de color gris.



Cuando es nueva se esconde,  
está llorando y no sabe dónde.

**luna nueva**



Poco a poco entristece,  
es porque decrece.

**cuarto menguante**



La luna está sonriente  
empieza el

**cuarto creciente**



Cuando está llena y blanca  
toda la noche ríe y canta.

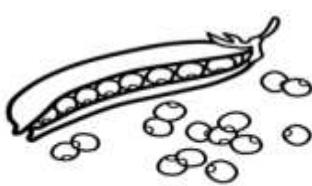
**luna llena**



## DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA

LEGUMBRES.

Las legumbres son una fuente importante de hidratos y poseen un alto valor proteico. Además, contienen fibra, vitamina del complejo B y muchos minerales como son el hierro, el calcio y el fósforo. Entre las legumbres más conocidas, tenemos: garbanzos, guisantes, soja, lentejas y judías verdes. Observa y paticá con tu familia cuáles legumbres consumen y encierra la que te guste más.



chicharo seco



frijol



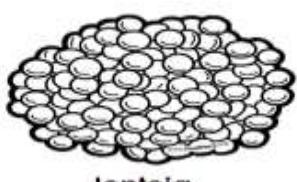
alubia



habas



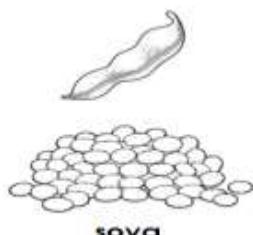
garbanzo



lenteja



cacahuate



soya

## MARTES 14 DE SEPTIEMBRE

Primera unidad. Módulo tres

• **Saludo del día:** Saludar a Cada miembro de la familia avíentales un beso. Hoy es un día maravilloso. Feliz jornada para todos ustedes.

• **Frase del día:** "Realizar un consumo responsable, una dieta integral completa y sana,".

• **Contexto a cerca de la pandemia:**

¿Qué hago si no tengo jabón?

Si estos tampoco están disponibles, el agua jabonosa y la ceniza pueden ayudar a eliminar las bacterias, aunque no son tan eficaces. Si utilizas estos métodos, es importante que te laves las manos lo antes posible cuando consigas acceso a instalaciones de lavado de manos y que, mientras tanto, evites el contacto con otras personas y superficies.

• **Frase de la escuela:** "En la escuela se busca formar sujetos cultos y libres"

• **Tema general:** ALIMENTACIÓN SANA

**ACTIVACIÓN FÍSICA:**

1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema

2.-calentamiento

3.-mov. tronquial o meceda (anfibio)

4.-reptar o arrastre (reptil)

**MÍSTICA:**



• **Observa** cuales son las legumbres que tienes en casa e identifica los colores, su textura, su forma su sabor, su color.

• Platica con tu familia cómo se llaman

• **Dibuja** en una hoja o cuaderno las legumbres que observaste en tu casa

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de hombre o mujer que tengan la letra E e

**Ema**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**Ema**

**come**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.

Ejemplo:

**Elena**

**come**

**ejotes**

#### **Conceptualización:**

La nutrición es un proceso involuntario que ocurre en el organismo tras la digestión de un alimento. Para ello el cuerpo absorbe los componentes de los alimentos, llamados nutrientes, para utilizarlos como fuente de energía, almacenarlos en forma de reserva energética.

#### **DISCIPLINA: DLI**

Lectura rápida:

**Ema      comer      ejote**  
**frijol      elote**

Narra la historia de Ema a tu hijo mostrando la lámina central.

A Ema le gusta que sea el día domingo porque convive con su familia porque todos participan haciendo las actividades que se realizan en el hogar, por ejemplo; el papá arregla las plantas del jardín, su mamá prepara los alimentos y sus hermanos guardan sus juguetes, ropa y los trastes para que la casa este limpia.

En la tarde a la puesta del sol, salen a pasear en la comunidad donde viven, a Ema le gusta comer elote asado y mientras su papá le narra anécdotas de sus abuelitos, su tía y sus primos. Ema está muy contenta porque convive con su familia y conoce su comunidad



Escribe la palabra Ema

→ **Ema**

→ **Ema**

→ **Ema**

## DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

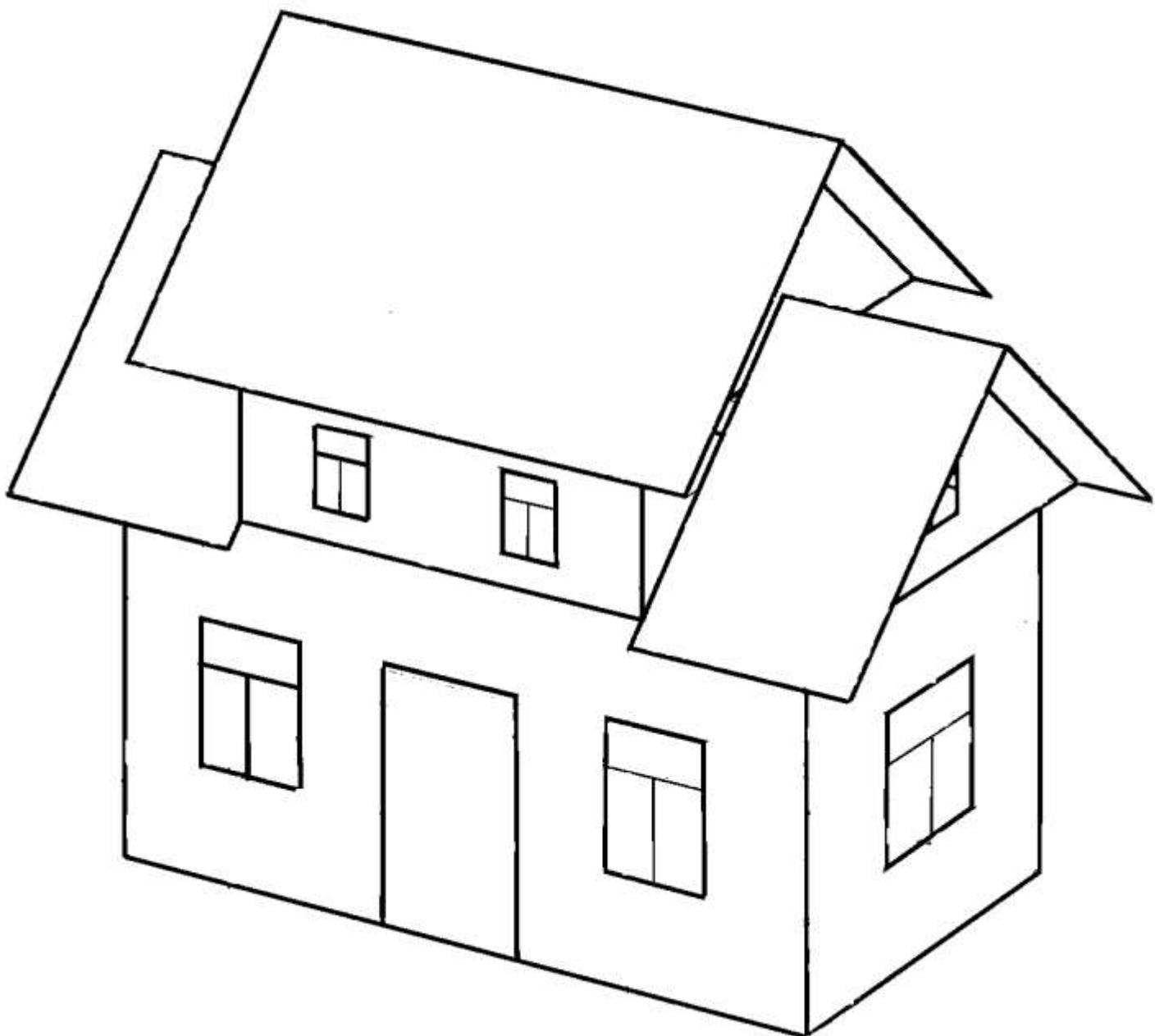
Existen varios tipos de línea recta que por su posición en el espacio reciben diferente nombre.

**Línea recta horizontal.** —— Es aquella línea cuya trayectoria representa el sentido del horizonte, se desplaza de izquierda a derecha.

**Línea recta vertical:** | es la línea cuya dirección se traza de arriba para abajo.

**Línea recta diagonal:** \ / es recta con cierta inclinación.

Actividad: en la casa de abajo marca con color rojo las líneas horizontales, con color amarillo las líneas verticales y con color azul las líneas diagonales.



## DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA

El cepillado de dientes diario es importante para cuidar la salud dental desde pequeños, ya que será posible prevenir la formación de placa dental y eliminar las bacterias y los residuos de las golosinas azucaradas que comes.

Actividad:

Colorea con papel china remojado.



## : MIERCOLES 15 DE SEPTIEMBRE

Primera unidad. Módulo tres

• **Saludo del día:** Saludar a Cada miembro de la familia dándoles un chocala. Hoy es un día maravilloso. Feliz jornada para todos ustedes.

**Frase del día:** "la buena alimentación cuesta poco y vale tanto".

• **Contexto a cerca de la pandemia:**

Puedes ayudar a tu hijo a lavarse las manos facilitándole la tarea, También puedes convertirlo en algo divertido cantándole sus canciones favoritas mientras le ayudas a frotarse las manos.

• **Frase de la escuela:**

"La palabra no es un privilegio de unas pocas personas, sino el derecho de todas las persona

• **Tema general:** ALIMENTACIÓN SANA

**ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:**

1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema

2.-calentamiento

3.-mov. tronquial o meceda (anfibio)

4.-reptar o arrastre (reptil)

• **Mística:**

Hay más alimentos que puedes comer para hacerte fuerte crecer y crecer

Sopa de legumbres huevo frito y ensalada

Fruta limpia, leche fresca, carne asada

para estar siempre en acción debes cuidar tu alimentación.

Muchos alimentos como ves existen saber combinarlos no es cosa de chiste

Y recuerda esto... mi pequeño amigo si, si, a ti a ti te lo digo

• DNP: tocar diferentes texturas.

• En un plato con frijoles cocidos observa cuál es su textura, color y sabor

• Dibuja en una hoja o cuaderno como te comiste los frijoles cocidos

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de plantas y árboles que tengan la letra E e

**epazote**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**epazote**

**verde**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinias de palabras.

Ejemplo:

**epazote**

**verde**

**aromático**

## Conceptualización:

DISCIPLINA: DLI

Lectura rápida:

**Ema      comer      ejote  
frijol      elote**

- Narra la historia de Ema cambiando algunos hechos (cuento)



**Ema**

**comer**

Algunos de los roles en la familia de los niños de 2 a 3 años.

- ✓ Guardar los juguetes en su lugar.
- ✓ Poner los libros en su sitio.
- ✓ Poner la ropa sucia en su lugar.
- ✓ Tirar las cosas a la basura.
- ✓ Llevar la leña.
- ✓ Doblar los trapos.
- ✓ Poner la mesa.
- ✓ Comer solo.
- ✓ Regar las plantas.
- ✓ Llevar la ropa limpia a su lugar.

¿Qué más puedes hacer para apoyar en la familia? dibújalo.

Escribe la palabra comer.



comer

---



comer

---

---

---

---



comer

---

---

---

## DISCIPLINA: SOCIEDAD Y CULTURA

Leer en familia y comentar:

### INDEPENDENCIA DE MÉXICO

La identidad nacional, es el conjunto de rasgos propios de un sujeto o de una comunidad que nos hace pertenecer y que somos parte de una nación, en nuestro caso que somos mexicanos.

Nuestra historia nos da identidad nacional por ejemplo: El día de la independencia de México, ya que en todo México, celebramos que el día 15 de septiembre de 1810, México se convirtió en un país libre, lo que quiere decir que ya no tenía que hacer caso a lo que España le mandaba ya que podía formar un gobierno de puros mexicanos.

Esto lo celebramos el 16 de septiembre, pero el 15 en la noche se da el “grito de la independencia” porque en esa fecha el cura Don Miguel Hidalgo y Costilla tocó las campanas de la iglesia del pueblo de Dolores Hidalgo, llamando a la gente a que se unieran a su lucha contra el dominio español. Los mexicanos se unieron y lucharon para conseguir su libertad de España. Empezaron siendo pocos, pero en poco tiempo el ejército creció. La guerra duró muchos años, fue hasta el 27 de septiembre de 1821 cuando se logró derrotar a los españoles y México se convirtió en un país independiente.

Decora con los materiales que tengas en casa.



## DISCIPLINA ALIMENTACIÓN SANA

### ACTIVIDAD:

Averiguarán en sus hogares qué sucede si no comemos  
Que sucede si comemos demasiada chatarra  
Qué sucede si comemos demasiado dulce

**JUEVES 16 DE SEPTIEMBRE suspensión oficial.**

### VIERNES 17 DE SEPTIEMBRE

Unidad uno Módulo tres

- **Saludo del día:** saluda a tu familia chocando los puños
- **Frase del día:** “Alimentación saludable es aquella que permite un estado óptimo de salud”
- **Contexto a cerca de la pandemia:**

Practicar el distanciamiento social

Si está rodeado de otras personas, mantenga una distancia de metro y medio cuando sea posible. Evite los abrazos, dar la mano, las reuniones grandes y los ambientes cerrados.

- **Frase de la escuela:**

“La escuela es el espacio donde Favorecer la sensibilidad infantil y juvenil, para reconocer y expresar sus emociones.”

**TEMA GENERAL:** ALIMENTACIÓN SANA.

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:

- **Mística**

Adivina adivinanza  
es alargada y naranja  
se la comen los conejos  
para así llegar a viejos.  
¿Qué hortaliza es?  
(La zanahoria)

- DNP: tocar diferentes texturas.
- Deposita en una botella vacía legumbre de garbanzo, frijol o lentejas agarrándolas con el dedo pulgar e índice y con una pinza para colgar la ropa
- Dibuja en una hoja o cuaderno la legumbre que depositaste en la botella y comenta con tu familia que hiciste

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de objetos y partes del cuerpo, que tengan la letra E e

**escuela**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**escuela**

**pequeña**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.

Ejemplo:

**escuela**

**pequeña**

**divertida**

**DISCIPLINA: DLI**

- Lectura rápida:

**Ema      comer      ejote**  
**frijol      elote**

Leer los enunciados e identificar las palabras en estudio

Ema coopera con los quehaceres en casa.

Cocinar con su mama es lo que más le agrada a Ema.

Ema y Omar disfrutan comer lentejas.

Me van a invitar a comer lentejas.

**Dictado**

Escribe las palabras que mamá te dicte.

(Ema y comer)

→

\_\_\_\_\_

→

\_\_\_\_\_

Por último busca en tu nombre la letra E e.

## DISCIPLINA: ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

### ACTIVIDAD:

Platicar con la familia. ¿Existe alguna actividad que la familia realice que haya sido inculcada por los abuelos?

¿Hay algún cuento especial que sea originario de tu comunidad? ¿Alguna leyenda?

Leer con sus niños:

Leyenda La princesa Purépecha

La princesa más hermosa nacida en la región purépecha era hija de uno de los más poderosos caciques de esos señoríos. Descendiente de un rey sólo podía aspirar a enamorarse del hombre que guardara arrojo y valentía en su corazón.

Sólo halló estas cualidades en el jefe de un ejército enemigo sucumbiendo inevitablemente al sentimiento que doblega a las voluntades más fuertes. Siendo correspondida se hizo fuerte para defender esta relación ante todas las dificultades que le podía acarrear su inclinación.

El padre de ella al enterarse contuvo su ira y puso una condición al pretendiente para poder entregarla: Pelear contra los caciques enemigos. El guerrero enamorado hasta la locura aceptó el reto sin vacilar. Luchó contra los reinos vecinos siempre saliendo vencedor. Cuando no quedó uno solo sin ser doblegado regresó para exigir la otra parte del trato la mano de la princesa. El padre dijo: Falta por vencer a un príncipe el más vigoroso Yo. ¡Si es una exigencia estoy dispuesto! contestó preparándose para la lucha.

La princesa plantada en medio de los dos para evitar el enfrentamiento pidió al amado que se fuera: No quiero ser la causa de la muerte de ninguno de los dos. Si mi padre gana te pierdo para siempre. Si tú sales vencedor no podría casarme contigo. El joven aceptó su voluntad y se fue ante la mirada irónica del rey que sin ningún golpe había salido vencedor. No bien lo hizo la princesa se desvaneció sintiendo que su cuerpo ardía y una telaraña húmeda envolvía sus cabellos. Desesperada subió a un cerro a llorar. Su mirada se perdía a lo lejos con la esperanza de verlo de regreso. Él nunca lo hizo.

Gritó a los dioses: Mi obediencia filial fue premiada con el engaño la mentira y la infelicidad no puedo amar a mi padre ni a mi pueblo el único al que amo partió obedeciendo mi mandato. Sus lágrimas eran tan pesadas y candentes que hicieron un pozo que se fue desbordando al paso de los días ahogando a la princesa e inundando al pueblo que quedó cubierto por lo que ahora se llama lago de Zirahuén.

Cuentan que la enamorada aparece algunas veces en la superficie del lago en forma de sirena y ahoga hombres que confunde con su obediente amor mientras llora la ausencia de su amado.

## DISCIPLINA: DESARROLLO ECOLÓGICO

### ACTIVIDAD

¿Sabes cuál es la diferencia entre suelo y tierra?

**El suelo** es el manto que cubre el planeta compuesto por mezcla de roca desintegrada y materia orgánica en constante descomposición y renovación.

**La tierra** incluye el suelo, los recursos naturales, la forma y estructura y procesos de toda la superficie que conforma el planeta tierra.

Con ayuda observa el tipo de suelo que hay donde vives y ubica sus características. Luego pega un recorte en tu libreta de ese tipo de suelo con el título así es el suelo donde vivo.

## EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN.

¿Qué actividad te agradó más de las que se llevaron a cabo?

¿Qué resultados tienes en tu familia de tomar medidas para cuidarse, alimentarse y tener una vida sana?

Dibújalos.