



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

**Sección XVIII, Michoacán.**

*Escuela Transformadora para la Patria Digna*

**SEMANA 3. UNIDAD 1 ALIMENTACIÓN SANA**

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

# 1. PRIMARIA



**Del 13 al 17 de septiembre**



**Educación Popular, Integral, Humanista y Científica**



# PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA SOCIAL

## 1er GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

# 3

**FECHA:** Del 13 al 16 de septiembre 2021.

**Saludo:** Estamos listos para iniciar en la segunda semana de retos; pues iniciamos.

**FRASE DEL DIA:** “Hoy es un buen día, para tener un gran día.”

### CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA

Leerlo en familia



### FRASE DE LA ESCUELA

“No renuncies ni te rindas, todo lo grande toma tiempo”.

### ACTIVACION FISICA FAMILIAR: (Leerlo el adulto que acompaña al niño (a))

Iniciaremos con el programa de desarrollo neuronal pleno; es conocido que por varios estudios se comprobó que las conexiones neuronales comienzan el momento primero del desarrollo del feto, a niño, cuando transita de su etapa de recién nacido a un sujeto en desarrollo cerebral, a través del arrastre. Gateo, rodado, maroma, prensión de manos, escalada, patrón cruzado al caminar, trotar, correr o saltar. (1)

Por tal motivo iniciaremos con ejercicios de respiración flexibilización de articulaciones, calentamiento y relajación. (2)

Pida al niño que respire profundamente 5 tiempos. Ahora debe retener la respiración en 5 tiempos la mayor cantidad posible. A continuación comience moviendo las articulaciones



Al término del día de clases, cada uno de los niños se despidió y se dirigió a su casa. Irma, que seguía imaginándose el oso que Omar había visto, les platicó a sus papás la aventura de Omar, sus papás la vieron tan emocionada que decidieron llevarla a pasear a la comunidad de Omar. También le comentaron que de ese lugar llegaban los elotes que ellos vendían en el mercado.

En el trayecto, Irma observa el agua del río, también mira a los alegres niños con sus papalotes que mueve el viento y las mariposas que revolotean cerca de las flores.

El papá de Irma se encuentra a un señor en su milpa, el señor está con su familia cosechando elotes, la saluda y entonces en ese momento Irma ve a su amiga Ema, todos ríen contentos, ya que sin saber tanto los papás como las niñas se conocen.

Esa tarde, la familia la pasa en el campo y muy contentos los papás miran a los niños jugar, mientras ellos hablan de los precios tan bajos del maíz en estos tiempos, así como de los elotes que se venderán en el mercado. El papá de Ema le comenta al visitante la difícil situación de la gente, ya que siembran sus productos y al venderlos se los pagan muy baratos.

Al anochecer, la familia ya cansada pero muy contenta, regresa al pueblo.

Ya en casa, la hermana mayor de Irma le regala un bonito anillo color amarillo, ya que ese día Irma había cumplido seis años, pero con su salida al campo lo olvidaron, en esos momentos entra la mamá de Irma y ella muy emocionada le enseña el regalo ¡mira mamá mi anillo!! Es mío; Irma les comentó que había sido un día especial, se había divertido mucho y lo recordaría siempre.

Dile a tu familia que te **haga las preguntas y coméntalas**

¿Cómo se llama la amiga de Omar que vive a unas cuerdas del mercado?

¿Cuál fue la reacción de los amigos de Omar cuando les terminó de contar su aventura del día anterior?

¿Qué les pidió la maestra a los niños después de que Omar terminó de contar su aventura?

¿Cuál fue el regalo de Irma por su cumpleaños?

¿De qué color es el anillo?

**PALABRAS CLAVE:** Irma,  
imagina, amarillo, anillo,  
imán, inventa, mío y mira

### CONCEPTUALIZACIÓN

**Busca** con apoyo de tu familia el significado de las siguientes palabras y **escríbelos** en tu cuaderno: Tubérculo:                      Herbáceas:

Junto con tu familiar **observen** la lámina central ¿Qué observamos en la lámina central? Página del libro 42.



**Dibuja** en tu cuaderno a **Irma**

**Lee** con un adulto las palabras: **Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.**

### VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

**Dibuja** en tu cuaderno los tubérculos que hayas observado en tu visita con tu familiar; **escribe** el nombre y **léelo** con ayuda de un adulto,

**Dibuja** en tu cuaderno las leguminosas que hayas observado en tu visita con tu familiar; **escribe** el nombre y **léelo** con ayuda de un adulto.

### VOCABULARIO Y FRASES: BINAS Y TRINAS

**Escribe** en tu cuaderno **2 binas** con las palabras que leíste con ayuda de un adulto:

**Ejemplo:** cacahuates    frescos

**Escribe** en tu cuaderno **2 trinas** con las palabras que leíste con ayuda de un adulto:

**Ejemplo:** Irma    come    lentejas

### CONCEPTUALIZACIÓN

Con la ayuda de tu familiar busca, **investiga** y **escribe** en tu cuaderno que significa:  
escuela:

familia:

**Realiza** con ayuda de un familiar la **escritura** de las palabras en pequeños cartones: **Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta, Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.**

Escoge nombres de 3 verduras (hojas y tallos tiernos) y 3 de quelites y herbáceas silvestres, 3 de tubérculos y 3 de leguminosas para realizar con ellas la lectura rápida de las palabras con ayuda de un adulto.

**COMO ENSEÑAR:** Al inicio hay que practicar tres veces al día. Mostrar las tarjetas rápidamente con un tamaño adecuado para que se vea bien. De atrás hacia adelante), va a leerlas en voz alta para el niño, mostrándoselas a ellos. Cada sesión durará aproximadamente un minuto, debe hacerlo rápido y claro ejemplo "aquí dice oso".

**Señor (a)** por favor hacer dictado diario de las palabras: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta e Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.

**Realiza** los ejercicios de psicomotricidad de **las páginas 32 a la 37** con color amarillo.

### **ÁREA: ALIMENTACIÓN SANA INTEGRAL**

**TEMA:** VERDURAS Y LEGUMBRES ¿Qué distingue una de otras?

### **OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

La familia de Irma se dedica al comercio, vende frutas y verduras en el mercado del pueblo. Irma se siente feliz por el trabajo de sus papás porque al vender alimentos sanos ayudan a prevenir enfermedades a muchas personas como en la pandemia actual.

**Observa** en tu cocina o en la de un vecino **si encuentras** verduras o legumbres de color verde, amarillo o color naranja.

### **DIBUJO**

**Realiza un dibujo** o mural muy mexicano con las verduras y legumbres que observaste. Que mejor que celebrando nuestro mes patrio con alimentos sanos.

Usa tu creatividad.

### VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

**Puedes anotar oraciones, textos o frases.**

Las judías contienen gran cantidad de fibra, vitamina y minerales.

**Escribe el nombre** de las verduras o legumbres que encuentres y hayas observado o fíjate cuales tienen la letra de Irma la letra “i” zanahoria, espinacas, pepino, apio, pimiento.

### VOCABULARIO Y FRASES: BINAS Y TRINAS

Irma veía muchas legumbres y verduras y le intereso investigar que aportaban a su cuerpo al consumirlas. Como era curiosa y muy observadora al ver su anillo amarillo investigo y encontró algo muy interesante:

#### **Binas**

Chile picoso  
Apio \_\_\_\_\_  
Zanahoria \_\_\_\_\_

#### **Trinas**

Espinacas hojas verdes  
Habas \_\_\_\_\_  
Pepino \_\_\_\_\_

### CONCEPTUALIZACIÓN

Dile a un adulto que te **lea esta información**:

**Micronutrientes:** Son sustancias nutritivas que necesita el organismo en pequeñas cantidades para su buen funcionamiento.

**Vitaminas:** Nutrimientos necesarios para regular las funciones del cuerpo y para protegerlo de ciertas enfermedades.

## **ÁREA: MATEMÁTICAS**

**EJE TEMÁTICO:** Geometría

**CONTENIDO:** Clasificación de objetos por su forma y tamaño

**HIDRATACIÓN Y COLACIÓN:** Tomar agua natural. Comer una fruta de temporada.

### MOTIVACIÓN

**ACTIVIDAD: observa** a tu alrededor y **responde** a tu familiar ¿Qué tienes más, colores o lápices?, ¿hay más ventanas o puertas? ¿En tu familia o salón hay más hombres o mujeres?

### CARACTERIZACIÓN-CONTEXTUALIZACIÓN- CONCEPTUALIZACIÓN

**ACTIVIDAD: Colocar** sobre la mesa un conjunto de objetos semillas o piedras, separa por montones al azar y **responde** lo siguiente ¿Qué montón tiene más objetos?

### MANEJO DE PALABRAS CLAVE -PROCEDIMIENTOS MATEMATICOS.

**ACTIVIDAD:** Realizar la actividad del libro vamos a leer, **pág. 41.**

**ACTIVIDAD:** Realiza las siguientes actividades.

Irma se encuentra feliz al ver ya se acercan las fiestas patrias y en su comunidad adornan con la bandera mexicana; ayuda a resolver los siguientes ejercicios, que se le presentan

- Ayuda a Irma a **tachar** donde hay **muchos**, **encerrar** donde hay **pocos** y **colorear** de amarillo dónde no hay **nada**.





- Irma también observa el águila que está en el centro de la bandera. **Ayuda** a Irma a **tachar** donde hay **muchos**, **encerrar** donde hay **pocos** y **colorear** de amarillo dónde no hay **nada**.



- Así como Irma dibuja tú objetos que indica cada cuadro.



**Nada**



**pocos**



**muchos**

## **MARTES**

**BUENOS DIAS:** Nos saludaremos con unos abrazos fraternos para empezar los trabajos.

### **OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

Ahora tú **intenta contar** la historia "**EL CUMPLEAÑOS DE IRMA**", vuelve a escuchar el AUDIO.

**Lee** con un adulto las palabras clave: **Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.**

**Lee** las anteriores del módulo 1: Las palabras clave: **Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa y oculta.**

### **DIBUJO**

Con ayuda de un adulto **observa y lee** las láminas individuales contesta los cuestionamientos.

**Recorta** la tira de palabras que están abajo, **léelas y pégalas** en la imagen que correspondan.

¿Quién es la primera amiga de Omar? ¿Qué le regalo su hermana? ¿De qué color es el anillo?



**Irma**

**anillo**

**imán**

**amarillo**

**mío**

**mira**

### **VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS**

En tu cuaderno **escribe los 3 nombres** propios que empiecen como Omar:

En tu cuaderno **escribe los 3 nombres** propios que empiecen como Irma:

## VOCABULARIO Y FRASES: BINAS Y TRINAS

**Escribe** en tu cuaderno **2 binas** con las palabras que leíste con tu familiar:  
Ejemplo: Omar juega

**Escribe** en tu cuaderno **2 trinas** con las palabras que leíste con tu familiar:  
Ejemplo: Irma compra miel

## CONCEPTUALIZACIÓN

Con la ayuda de tu familiar **busca, investiga y escribe** en tu cuaderno que significa:

Compartir:

Ingerir:

**Realiza con ayuda de un familiar la escritura** de las palabras en pequeños cartones: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta e Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, in- venta, mío y mira.

**Ahora realiza la lectura** rápida de las palabras con ayuda de un familiar.

Señor (a) por favor hacer dictado diario de las palabras: **Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta, Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.**

## **CIENCIAS**

**CONTENIDO:** La respiración y la ejercitación

**EJE TEMATICO:** EL UNIVERSO Y LA HUMANIDAD

### CONTEXTUALIZACION

Para poder realizar estas actividades necesitas que esté una adulto contigo para que te guíe.

**Lean la siguiente información.**

La respiración es un proceso, en que se extrae el oxígeno del aire inspirado y se expulsan los gases de desecho así el cuerpo lo realiza involuntaria y automáticamente. Los órganos que se encargan de este proceso son: nariz, faringe, laringe, tráquea, bronquios, pulmones y diafragma; constituyen y forman parte del sistema respiratorio.

Por su parte el ejercicio físico puede ayudar a mantenernos sanos, también a prevenir enfermedades como la diabetes y obesidad al favorecer un peso saludable. Así fortalecer el sistema respiratorio óptimo se logra con actividad física ya sea trabajo o deporte.

### DIBUJO

En tu cuaderno **dibuja 3 ejercicios** que has realizado en este periodo de cuarentena.

### VALIDACION

**Reflexiona -Responde** los siguientes **cuestionamientos**:

¿Por qué habrá personas que no se ejercitan?

¿Por qué deberíamos ejercitarnos frecuentemente?

### CONCEPTUALIZACIÓN

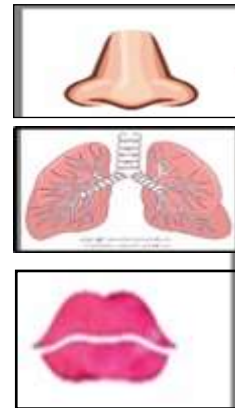
Ahora **lean la palabra y relacionen con su imagen**. (Comenten con el alumno la función de cada órgano)



pulmones

boca

nariz



**Ahora realiza esta actividad de ejercicios de respiración:**

1. **cierra** ojos y boca en silencio **escucha** tu respiración 10 segundos.
2. **coloca** tu mano bajo tu nariz e **identifica** los dos pasos de la respiración - inhalación y exhalación
3. **tapa** tu nariz y respira por la boca 10 veces.
4. **respira** profundo y **aguant**a tu respiración el mayor tiempo posible...
5. **saca** todo el aire de tus pulmones y **aguant**a el mayor tiempo posible sin respirar...

Ahora conoces más sobre la respiración y sus ejercicios **prácticalos** cuando quieras y **fortalece** tu cuerpo!!!

## **MIÉRCOLES**

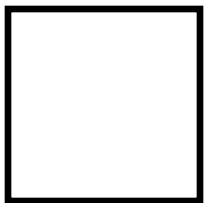
**BUENOS DIAS:** Nos saludaremos con unos abrazos fraternos para empezar los trabajos.  
**FRASE DEL DÍA:** "La vida es saludable consumiendo verduras a diario"

### **OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

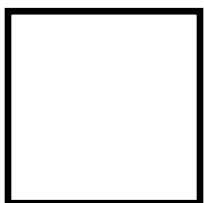
**Ahora tú intenta contar** la historia "EL CUMPLEAÑOS DE IRMA".

**Lee** con un adulto las palabras clave: Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira. Y las anteriores del módulo 1: Las palabras clave: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa y oculta.

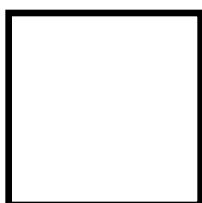
Con apoyo de un adulto **observa y lee** los nombres de las imágenes y **dibuja** cada imagen donde corresponda.



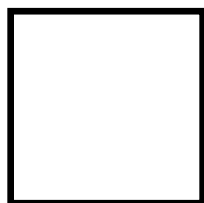
Irma,



anillo



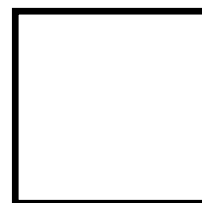
oso



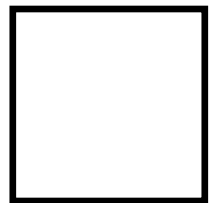
rojo



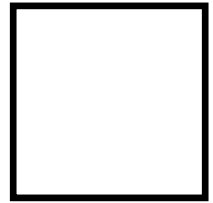
imán



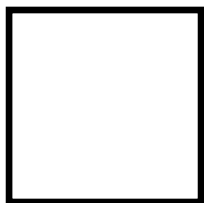
mira



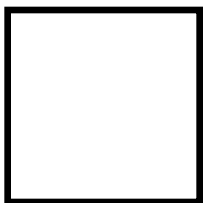
olote



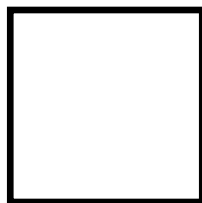
mío



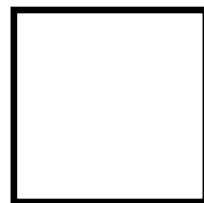
**Olla**



**amarillo**



**ojo**



**Omar**

### VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

**Dibuja y escribe** en tu cuaderno con ayuda de un adulto 4 nombres de plantas que lleven “o” como: ocote.

**Dibuja y escribe** en tu cuaderno con ayuda de un adulto 4 nombres de plantas que lleven “i” como: hinojo

### VOCABULARIO Y FRASES: BINAS Y TRINAS

**Escribe** en tu cuaderno 2 binas con las palabras las palabras que inician como: olivo

Ejemplo: ocote      café

**Escribe** en tu cuaderno 2 trinas con las palabras de las legumbres que lleven “o”:

Ejemplo: El hinojo amarillo

### CONCEPTUALIZACIÓN

**Investiga** las siguientes palabras con ayuda de un adulto y escribe la definición en tu cuaderno: Relato:

Imaginan:

**Realiza** con ayuda de un familiar la **escritura** de las palabras en pequeños cartones: **Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta e Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, in- venta, mío y mira.**

Ahora **realiza la lectura rápida** de las palabras con ayuda de un familiar.

Señor (a) por favor hacer **dictado diario de las palabras**: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta, Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.

## **SOCIEDAD Y CULTURA**

**EJE TEMÁTICO:** PAPEL DE LA CIENCIA Y LA TECNOLOGÍA EN EL DESARROLLO DE LOS PUEBLOS DEL MUNDO.

**CONTENIDO:** Trabajo colectivo permanente

### CONTEXTUALIZACIÓN:

- ¿Te gusta compartir tus cosas?
- ¿Te gusta que las demás personas te compartan de sus cosas?

### CONCEPTUALIZACIÓN:

**Busca** el significado de las siguientes palabras:

- Compartir:
- Cooperación:

## VALIDACIÓN

¿Qué pasa si todos ayudan en casa? ¿Qué pasa si no trabajan en equipo?

## POSICIONAMIENTO:

**Platiquen** en familia sobre compartir entre ustedes y ¿por qué?

## REFLEXIÓN-ABSTRACCIÓN:

**Realiza** una lista de lo que puedes aprender a compartir con tu familia y amigos

## PREDECIR- PROYECTAR- TRANSFORMAR:

Así como Irma y Omar comparten el juego y aprenden a vivir, es importante que aprendamos a compartir tanto tiempo con nuestra familia, como nuestras pertenencias.

**Dibuja** en tu libreta lo que tú has compartido y los que te han compartido.



### **LA INDEPENDENCIA DE MEXICO**

**15 DE SEPTIEMBRE DE 1810**

El día de la independencia de México celebramos que un día como tal de hace muchos años (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. (En este caso es importante **no hacer mucho esfuerzo en que se aprendan las fechas de memoria. Lo importante es que comprendan la idea general de que México se liberó de España.**)

Esto se celebra 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.

**Septiembre es un mes muy importante para la historia de nuestro país. Es por eso que se le conoce como el mes patrio.**

En tu libreta pega las imágenes de los personajes históricos que participaron en el movimiento de independencia y escribe una breve oración sobre la independencia. **ANEXO #1**

Decora tu libreta con colores patrios.

## VIERNES

**BUENOS DIAS:** Nos saludaremos con un abrazo para empezar los trabajos.

### OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Ahora tú **intenta contar** una historia “**EL CUMPLEAÑOS DE IRMA**”, con diferentes expresiones anímicas (alegría- tristeza- enojo).

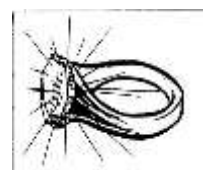
**Lee** con un adulto las palabras clave: Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira. Y las anteriores del módulo 1: Las palabras clave: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa y oculta.

**Observa** la imagen y **escribe** un enunciado corto en la línea del lado derecho

¿Qué mira Irma?



¿De qué color es?



¿Qué ilumina Omar?



Ahora **escribe** en tu cuaderno y une con líneas: las de Omar color rojo y amarillo las de Irma



rojo

Omar



imán

olla



mira

oso



anillo

olote



Irma

mío

ojo



amarillo



### **VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS**

Escribe en tu cuaderno con ayuda de un adulto 2 nombres de cosas que inicien como:

Ejemplo: imán, iglesia, \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_ Escribe en tu cuaderno con ayuda de un adulto 2

Enfermedades que se padezcan en tu familia: Ejemplo: diabetes, obesidad, \_\_\_\_ y \_\_\_\_

### **VOCABULARIO Y FRASES: BINAS Y TRINAS**

**Escribe** en tu cuaderno 2 binas con las palabras de las cosas que inician como: imán

Ejemplo: imán poderoso

**Escribe** en tu cuaderno 2 trinas con las palabras de las enfermedades que padece tu familia que lleven "i":

Ejemplo: La diabetes mellitus

### **CONCEPTUALIZACIÓN**

Investiga las siguientes palabras con ayuda de un adulto en revistas folletos recorta y pega en tu cuaderno:

diabetes:

anímica:

**Realiza** con ayuda de un familiar la **escritura** de las palabras en pequeños cartones: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta e Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.

**Ahora realiza la lectura rápida** de las palabras con ayuda de un familiar.

Señor (a) por favor hacer **dictado diario de las palabras**: Omar, oso, rojo, olla, olote, ojo, oye, observa, oculta, Irma, imaginan, amarillo, anillo, imán, inventa, mío y mira.

**Escribe 3 enunciados** en tu cuaderno con las palabras: oso, olote y observa. **Escribe 3 enunciados** en tu cuaderno con las palabras: mira, imaginan e Irma.

### **AREA: ACTIVIDAD TRANSFORMADORA: EL HUERTO FAMILIAR.**

**EJE TEMÁTICO:** ORGANIZACIÓN Y COOPERACIÓN EN EL TRABAJO COLECTIVO

**CONTENIDO:** ENLACES DE PROYECTOS ESCOLARES EN LA COMUNIDAD

### **OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

**Pide a un adulto que te lea este párrafo:**

Recuerdas el viernes pasado que sacaste unas semillas de una verdura como contraste tus semillas. Pregunta a tu familia si ya podemos sembrarlas y que necesitamos para sembrarlas. Si aún no están secas o no pusiste a secar es momento de volver hacerlo lánzate a la cocina y busca un jitomate córtalo y sácale las semillas y las pones a secar como se te dijo en el módulo 1.

### **DIBUJO**

Dibuja en tu cuaderno lo que vas a ocupar para sembrar las semillas.

Dibuja lo que ocupas para realizar el huerto familiar.

### **VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS**

Escribe el nombre de lo que dibujaste con la ayuda de un adulto lo que vas a ocupar para sembrar las semillas: Tierra, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

Escribe el nombre de lo que dibujaste con la ayuda de un adulto lo que vas a ocupar para realizar el huerto familiar: Espacio, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

### **VOCABULARIO Y FRASES: BINAS**

Escribe el nombre de lo que dibujaste con la ayuda de un adulto lo que vas a ocupar para sembrar las semillas:

Ejemplo: Tierra- fértil

1.- \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

2.- \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

Escribe el nombre de lo que dibujaste con la ayuda de un adulto lo que vas a ocupar para realizar el huerto familiar:

Ejemplo: espacio, pequeño

1.- \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

2.- \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

### **CONCEPTUALIZACIÓN**

Investiga con ayuda de tu familiar y escribe en tu cuaderno el significado de: Fértil:

### **MODELO**

Dibujar los pasos que ejecutaste para sembrar tus semillas.

### **REFLEXIÓN FILOSOFICA**

¿Porque crees importante para ti el sembrar esas semillas?

### **EVALUACION**

Tenemos que regarlas 3 veces a la semana. (jitomate)

## **AREA O DISCIPLINA: SALUD INTEGRAL COMUNITARIA**

### **UNIDAD 1.- MEJORAR LA SALUD DE LOS CIUDADANOS.**

Concepto de salud

Características físicas y emocionales de una persona sana

La alimentación. Elemento primordial para tener y conservar una buena salud física. La importancia de la salud emocional

### **OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

Con ayuda de tus papás o alguno de tus hermanos; un adulto mayor (abuelito/ abuelita) adulto joven (papá, mamá, tío o tía) un joven (hermano, hermana primo, prima, vecino, vecina) a un amigo o amiga.

**Observa la imagen y contesta:**

¿Cómo te das cuenta que estás enfermo o enferma?

¿Cuándo te enfermas sientes dolor en alguna parte del cuerpo?

### **DIBUJO**

Dile a un adulto que te ayude a **dibujar** que hace tu familia cuando tú enfermas.



### **VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS**

**Dibújalos** en tu cuaderno los estados de ánimo

¿Cuándo una persona enferma?

¿Cuándo una persona está sana?

### **REFLEXIÓN FILOSÓFICA**

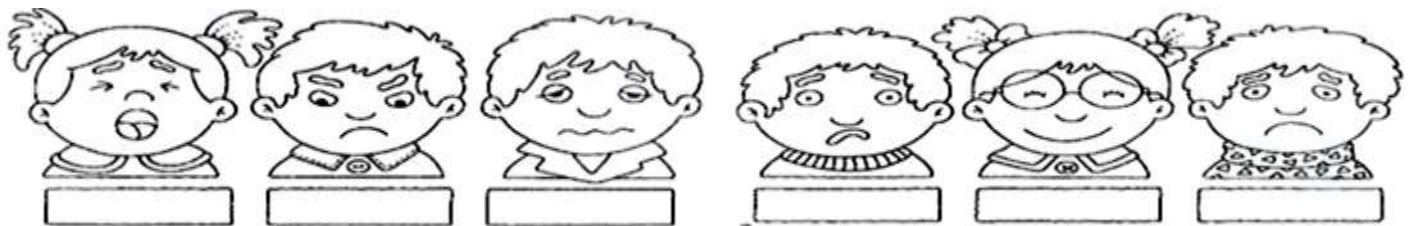
¿Conoces las causas de las enfermedades que has tenido?

¿Pueden prevenirse esas enfermedades?

### **MODELO: ACTIVIDAD FINAL**

**Colorea** las caras y anota ¿Cómo se sienten? enfermo, feliz, enojado, asustado, cansado, triste. Imita con tu cara las diferentes expresiones





## ANEXO #1



MIQUEL HIDALGO Y COSTILLA



JOSÉ MARIA MORELOS Y PAVÓN



VICENTE GUERRERO



IGNACIO JOSÉ DE ALLENDE



JOSEFA ORTIZ DE DOMÍNGUEZ



AGUSTÍN DE ITURBIDE



JUAN ALDAMA



IGNACIO ALDAMA



ANDRÉS QUINTANA ROO



FRANCISCO JAVIER MINA



IGNACIO LÓPEZ RAYÓN



MARIANO MATAMOROS



JOSÉ MARIANO ABASOLO



NICOLÁS BRAVO



HERMENEGILDO GALEANA



PABLO GALEANA

