



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

**Sección XVIII, Michoacán.**

*Escuela Transformadora para la Patria Digna*

**SEMANA 8. UNIDAD 2 PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS SANOS**  
**CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA**

**5º GRADO**



*Del 18 al 22 de octubre*

**PDECIM**



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL**  
**5o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**  
**CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO**

FECHA: 18 de octubre del 2021

**CARTILLA #30**

**¡Que tengas buen día!**

**LEE LA FRASE DEL DÍA:** No importa que tan urbana sea tu vida, tu cuerpo siempre dependerá de la tierra, siembra, cosecha y consume alimentos nutritivos.

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

Al corte de información del día de hoy, se registraron 284,321 defunciones totales de COVID-19. Hasta el día de hoy, se tienen 13,335 defunciones sospechosas de COVID-19 que incluyen las pendientes por laboratorio (n=3,050) y las que están en proceso de asociación- dictaminación clínica – epidemiológica (n=10,285) en SISVER.

**LEE LA FRASE DE LA ESCUELA**

“LA EDUCACION ES UN ACTO DE AMOR, POR TANTO, UN ACTO DE VALOR”.

**(Paulo Freire)**

**TEMA GENERAL**  
**PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS SANOS**

Realizar ejercicios de flexibilidad, tonificación, equilibrio, coordinación y relajación, estimulamos nuestro sistema nervioso central y periférico, 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.  
En el área más grande y despejada de nuestra casa caminar suavemente sobre talones y puntas de los pies, desplazarse lateralmente cruzando piernas, favorece la concentración, mejora la capacidad de aprendizaje y estimula la imaginación.

“Quisiera ser como el pájaro que al despuntar la mañana, despierta y le canta al mundo el canto de una esperanza.”

José Larralde

**SIEMBRA**

Le das tu amor al campo  
Poniendo la semilla  
Cuidando el alimento  
Que hace flores en la vida.

Le das tu amor al mundo  
Luchando día tras día  
Llenando cada plato  
Para esta gran familia

**Quiero que sepas**  
**Que tus manos**  
**Hacen vibrar**  
**Todo el planeta.**

**Siembra**  
**La tierra con cariño**  
**Le das al pueblo**  
**El milagro de estar vio.**

**Siembra justicia**  
**Con cariño**  
**Que tu cosecha**  
**Esla riqueza de esta tierra.**

**Y esta tierra es**  
**Tu herencia**  
**Y tu raíz.**

**( SE REPITE LO QUE ESTA REMARCADO)**

<https://www.youtube.com/watch?v=OQng5VakPS8>

## OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Las aves de corral son especies de aves domesticadas que pueden criarse por sus huevos, carne y/o plumas. El término "aves de corral" abarca una amplia gama de aves, desde las razas autóctonas y comerciales de pollos hasta los patos criollos, las ánades reales, los pavos, las pintadas, los gansos, las codornices, las palomas, las avestruces y los faisanes.

Observa en tu comunidad cuales son las aves de corral que se domestican.

## DIBUJO

Dibuja en tu cuaderno las aves de corral que conoces.



Escribe en tu cuaderno cual es la forma de criar aves limpias y saludables para un mejor consumo en casa.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE: Ganadería

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE: Aves de corral

## VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

ESCRIBE EN TU CUADERNO BINAS DE: Ganadería

ESCRIBE EN TU CUADERNO TRINAS DE: Aves de corral

## CONCEPTUALIZACIÓN

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

1.- Domesticación

2.- Crianza

3.- Razas

4.- Saludables

## TEMAS DEL DIA

## DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

**EJE TEMÁTICO:** Vocabulario y Frases.

**CONTENIDO:** -o, i, e, a, u. Conceptualización propia y del diccionario. Glosario. Categorías. Campo semántico. Creación de frases y textos.

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Espejos y ecos.

**PÁGINA:** 56

Realiza las actividades que te marca la pág. 56, recordando que en la parte de frases con espejos y ecos debes realizar oraciones en donde utilices los conceptos utilizados anteriormente, identificando adjetivo, sinónimo y antónimo. Ejemplo: En la plaza hay **muchas** (adjetivo) gente, En la plaza hay **demasiada** (sinónimo) gente y En la plaza hay muy **poca** (antónimo) gente. Y Culmina con las binas y trinas indica-

## CIENCIAS

**EJE TEMATICO:** Universo y humanidad

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Zonas térmicas de la tierra

**CONTENIDO:** Las zonas térmicas de la tierra

**PÁGINA:** 46

**Palabras clave:** Rotación, Intertropical, Rayos solares y Planeta. Investiga el concepto de las palabras que no identifiques o conozcas. Ejemplo: Relieve: El relieve terrestre hace referencia a las formas que tiene la corteza terrestre o litosfera en la superficie.

- Investiga una nota informativa sobre el estado del tiempo en nuestro país y escríbela en tu cuaderno.
- Lee el texto y realiza una lámina donde muestres las zonas térmicas de nuestro planeta incluyendo su explicación.

## ALIMENTACIÓN SANA

**EJE TEMATICO:** Información nutricional de las frutas.

**CONTENIDO:** Información nutricional de las frutas

**PALABRAS CLAVE:** Alimentos, beneficios, organismo, vitaminas y minerales.

Acá va una tabla con los aportes de calorías y macronutrientes (proteínas, carbohidratos y lípidos grasas) de las frutas y verduras, en 100 gramos, donde todas se clasifican como de consumo permitido, pero están ordenadas de menor a mayor aporte de carbohidratos.



Se aconseja su consumo.

Se aconseja su consumo ocasional.

No aconsejable su consumo

### Verduras (aporte por 100 gramos):

ALIMENTO	ENERGÍA (CALORÍAS)	PROTEÍNAS (GRAMOS)	CARBOHIDRATOS (GRAMOS)	LÍPIDOS (GRAMOS)	FIBRA (GRAMOS)
Cochayuyo	56,0	1,7	11,8	0,2	6.9
Alcachofa cocida	50,0	3,5	11,2	0,2	6
Zanahoria	43,0	1,0	10,1	0,2	4
Repollo Bruselas	39	2,6	8,7	0,5	4.3
Cebolla	38,0	1,2	8,6	0,2	1.6
Porotos Verdes cocidos	35,0	1,9	7,9	0,3	2.6
Zapallo camote cocido	32,0	1,1	7,7	0,2	2
Berenjena	28,0	0,8	6,6	0,2	3.3
Betarraga	27,0	2,6	5,5	0,2	3
Brócoli cocido	28,0	3,0	5,1	0,4	2,6
Champiñón enlatado	24,0	1,9	5,0	0,3	2,1
Coliflor cocido	24,0	1,9	4,6	0,2	2,2
Tomate	21,0	0,9	4,6	0,3	0,9
Esparrago cocido	25,0	2,6	4,4	0,3	1,7
Pimentón rojo	27,0	0,9	6,4	0,2	1.6
Pimentón verde	27,0	0,9	6,4	0,2	1.6
Repollo	24,0	1,2	5,4	0,2	2.7
Ulte	29,0	1,5	4,8	0,4	6.4

Champiñones crudos	25,0	2,1	4,7	0,4	2,2
Achicoria	23,0	1,7	4,7	0,3	
Penca	21,0	0,4	4,4	0,2	1.5
Luche	37,0	3,3	4,3	0,7	8.8
Pepinillos dill	18,0	0,6	4,1	0,2	1.2
Acelga cruda	19,0	1,8	3,8	0,2	3.1
Espinaca	23,0	3,0	3,8	0,3	2.2
Apio	16,0	0,8	3,7	0,1	1.7
Rabanito	17,0	0,6	3,6	0,5	2.2
Espinaca cruda	22,0	2,9	3,5	0,4	3.3
Endivia	17,0	1,3	3,4	0,2	0.9
Pepino ensalada	13,0	0,5	2,9	0,1	1
Lechuga	13,0	1,3	2,3	0,2	1.8

**Frutas (aporte por 100 gramos):**

ALIMENTO	ENERGÍA (CALORÍAS)	PROTEÍNAS (GRAMOS)	CARBOHIDRATOS (GRAMOS)	LÍPIDOS (GRAMOS)	FIBRA (GRAMOS)
Huesillo	238	3.6	61.3	0.8	8.2
Plátano	91	1	23.4	0.5	1.6
Higos Frescos	74	0.8	19.2	0.3	3.7
Caqui	70	0.6	18.6	0.2	1.8
Uvas	63	0.6	17.2	0.4	1.6
Cerezas	72	1.2	16.6	1	1.5
Membrillo	57	0.4	15.3	0.1	1.7
Manzana	59	0.2	15.2	0.4	2.4
Pera	59	0.4	15.1	0.4	3.8
Kiwi	61	1	14.9	0.4	3.4
Ciruelas	55	0.8	13	0.6	1.6
Mora	52	0.7	12.8	0.4	6.8
Piña	49	0.4	12.4	0.4	1.2
Níspero	47	0.4	12.1	0.2	3.2
Naranja	47	0.9	11.8	0.1	2.1
Chirimoya	56	2.9	11.7	0.5	1
Durazno	42	0.7	11.1	0	2.4
Tuna	41	0.7	9.6	0.5	1.8
Limón	29	1.1	9.3	0.3	2.1
Melón	35	0.9	8.4	0.3	0.8
Sandía	32	0.6	7.2	0.4	0.3
Papaya	20	1	3.3	0.3	1.4
Aceitunas	116	1.4	1.3	12.7	2.6

## CULTURA

**EJE TEMÁTICO:** La cultura como fuente de identidad

**CONTENIDO:** •Reconocimiento de atributos y aportes del desarrollo cultural de los Incas

•Quechuas, los Clovis y los Mayas.

•Sentido de pertenencia.

**LECCION:** Netzahualcóyotl, El mito Aymara-Inca de la creación y Quinto sol.

**PÁGINAS:** 38—42.

**PALABRAS CLAVE:** Netzahualcóyotl, Mito, creación, quinto sol.

Realiza la lectura de las lecciones que se indican y realiza un resumen remarcando la importancia de los personajes y acciones que realizaron o crearon.

## MODELO

Realiza una pancarta promoviendo el consumo de aves domesticadas en casa y lo igual manera sus derivados.

## REFLEXIÓN FILOSÓFICA

Realiza un texto donde se de respuesta a las siguientes interrogantes.

¿Quiénes se benefician en la producción industrial de aves en gran masa para el consumo humano?

¿Qué tipo de alimentación se utiliza para alimentar las aves y se tenga una mayor producción?

¿La producción industrial de aves en el consumo humano beneficia la salud del consumidor o lo enferma?

¿Cómo podríamos producir aves domesticadas de manera limpia y sin el uso de químicos alimenticios?

## EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN

Presenta todos los trabajos realizados que se realizaron en la libreta, cartilla u otras elaboraciones.

Colorea la siguiente imagen y que pases un lindo día.



**PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL**  
**5o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**  
**CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO**

FECHA: 19 de octubre del 2021

**CARTILLA #31**

**¡Hola, bonito día!**

**LEE LA FRASE DEL DÍA:** Si haces planes para un año, siembra arroz, si los haces para dos lustros, planta árboles, si los haces para toda la vida, educa a una persona.

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

Las personas que padecen: diabetes, hipertensión, obesidad mórbida, insuficiencia renal, lupus, cáncer, enfermedades cardíacas y respiratorias, así como trasplantes, personas adultas mayores a partir de los 60 años cumplidos, personas embarazadas, deben hacer resguardo familiar en casa.

**LEE LA FRASE DE LA ESCUELA**

La escuela transformadora, enseña amar la lectura.

**TEMA GENERAL**  
**PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS SANOS**

Iniciamos repitiendo los ejercicios del lunes, cada momento de nuestra activación es importante. En el área más grande y despejada de nuestra casa caminar suavemente sobre talones y puntas de los pies, desplazarse lateralmente cruzando las piernas, favorece la concentración, mejora la capacidad de aprendizaje y estimula la imaginación.



**OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

**¿Qué es el ganado bovino?**

Según la especie domesticada o criada, se clasifican en: Ganado vacuno o bovino: Es el conjunto de vacas, toros y bueyes.

- **Observa** a tu alrededor y menciona si en tu casa o en algún lugar cerca de tu casa existe ganado bovino.
- **Comenta** con tus padres, las comidas o productos que se aprovechan de este tipo de ganado, escribe esa lista de alimentos y productos en tu libreta.



**DIBUJO**

En tu libreta realiza dibujos correspondientes a los productos derivados del ganado bovino e ilumínalos.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE: Ganado bobino.

ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE: Números enteros.

## VOCABULARIO Y FRASES: BINAS

ESCRIBE EN TU CUADERNO BINAS DE LAS SIGUIENTES PALABRAS: Tito, Taza, Tina y tomate.

ESCRIBE EN TU CUADERNO BINAS DE LAS SIGUIENTES PALABRAS: Múltiplo, Maya, Recta numérica y submúltiplo.

## CONCEPTUALIZACIÓN

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

1.- Cantidad

2.- Contenido

3.- Números

4.- operaciones

## TEMAS DEL DIA

### MATEMÁTICAS

**EJE TEMÁTICO:** ARITMÉTICA

**CONTENIDO:** Operaciones con números enteros positivos

**PÁGINAS:** 53 y 54

Investiga en el diccionario que son los números enteros positivos, escribe el concepto en tu libreta, escribe un ejemplo, posteriormente vete a la página 53y 54 del libro lee con atención y escribe los ejercicios que vienen en esa página en tu libreta y contéstalos.

## SOCIEDAD

**EJE TEMÁTICO:** Procesos sociales, económicos políticos, ideológicos, ecológicos y culturales a través de la historia en el Estado, País, América y el mundo en su devenir histórico.

**CONTENIDO:** División geográfica de las culturas de Mesoamérica y América del sur.

**PÁGINAS:** 43,44 y 45.

**PALABRAS CLAVE:** cultura, tótem, Mesoamérica, maíz y trueque. Escribe las palabras en tu libreta y su significado.

**En el siguiente mapa localiza Mesoamérica.**

**Lee** con atención la página 43 de tu libro de sociedad

**Pasa a tu libreta** las siguientes preguntas y contéstalas.

1.- ¿Dónde fue el asentamiento de algunas civilizaciones más antiguas y desarrolladas del hemisferio occidental?

2.- hace cuántos años fue descubierto y habitado por grupos de cazadores y recolectores?

3.- ¿Qué cultura desarrollo la agricultura, el cultivo del maíz, la calabaza, las patatas, la escritura, la epigrafía, la invención del cero, el calendario y el juego de pelota?

4.- ¿En qué año floreció la cultura azteca, o Mexica?

5.- Describe ¿cómo era y dónde se localizaba Tenochtitlán?

6.- Dónde se desarrolló la cultura maya?

7.- Menciona los dioses de los mayas.



### SALUD COMUNITARIA

**EJE TEMATICO:** Generar una cultura de cuidado colectivo de la salud comunitaria y de respeto a la dignidad humana.

**CONTENIDO:** la colectividad como elemento importante en la comunidad para el cuidado de la salud.

**Escribe en tu libreta las siguientes preguntas y contesta con ayuda de tus padres.**

¿Qué hacen tus padres cuando un elemento de la familia se enferma?

Cuando se enferma un vecino, ¿qué hacen para apoyarlo?

### MODELO

¿En tu cuaderno realiza un dibujo de las aportaciones que dejaron las culturas de Mesoamérica, y realiza algunos dibujos de los mismos?

### EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN

Escribe, en tu libreta para que te sirve en la vida diaria el aprender los números positivos, y menciona dónde los puedes aplicar un ejemplo.

Menciona los aportes que dejaron las culturas, los que más sean importantes para la humanidad.

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL**  
**5o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

FECHA: 20 de octubre del 2021

**CARTILLA #32**

**¡Recibe un afectuoso saludo a la distancia!**

**LEE LA FRASE DEL DÍA:** Consumo lo que te proporciona la naturaleza y tu cuerpo se mantendrá sano y saludable.

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

-Uso de cubrebocas y lavado frecuente de manos. -Ventilación en lugares cerrados. -Saludo a distancia, no saludar de beso, de mano o abrazo. Son medidas importantes para seguir cuidándonos todos.

**LEE LA FRASE DE LA ESCUELA**

Enseñar no es transferir conocimientos, sino crear las posibilidades de su construcción, quien enseña, aprende al enseñar y quien aprende, enseña a aprender. **(Paulo Freire)**

**TEMA GENERAL**  
**PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS SANOS**

Repetimos los ejercicios del lunes, cada momento de nuestra activación es importante. Brazo extendido, manos abiertas. Extiende los brazos frente a ti, abre las palmas. Tu mano derecha tendrá la palma hacia tu rostro, y la izquierda hacia a fuera. Ahora cambia. Izquierda a dentro, derecha a fuera. Izquierda a fuera, derecha dentro. Cambia durante 1 minuto, lo más rápido posible.

La poesía es un género literario que se caracteriza por ser la más depurada manifestación, por medio de la palabra, de los sentimientos, emociones y reflexiones que puede expresar el ser humano en torno a la belleza, el amor, la vida o la muerte. Como tal, puede estar compuesta tanto en verso como en prosa.

**POEMA AL DR. BELISARIO DOMÍNGUEZ**

Nacido en la región de las montañas y bosques, y de los bellos lagos que se unen, formando un manto cristalino que al descender por las faldas de los cerros se ven caer a lo lejos velos blancos. y franqueza aclamando justicia y libertad; pidió la destitución del presidente Victoriano Madero, que con decisión y valentía redactó.

Belisario Domínguez llevas por nombre, origen comiteco, de sangre chiapaneca, dedicado a la profesión médica, curaba con esmero a los enfermos, para salvarles la vida, aplicando sus conocimientos de medicina.

Todo el pueblo agradecía su labor humanitaria que el doctor Belisario Domínguez, hacía de manera gratuita y desinteresada.

Al participar en la política dio muestra de grandeza al tener valor

y la caída del régimen huertista.

Todo el pueblo de México se enteró de aquel candente discurso que con decisión y valentía redactó.

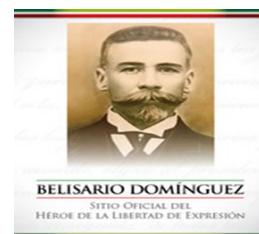
Su carrera política terminó al haber sido asesinado por un cobarde y mal hombre que le cortó la lengua como muestra de castigo de haber dicho la verdad.

Su muerte no fue en vano, hoy todos los mexicanos reconocemos en él al apóstol de la palabra libre que hizo valer la indignación ante los opresores y caciques de los

¡Queridos mexicanos! ¡hermanos chiapanecos!

¡Reconozcamos con orgullo, valentía y la gallardía del martí de la palabra! defendamos sus ideales, de libertad, a un acosta de nuestras vidas...

¡Viva el doctor Belisario Domínguez! ¡Viva Chiapas! ¡Viva México!





## PRODUCCION DE ALIMENTOS SANOS

**CONTENIDO:** GANADO OVINO (BARBACOA)

**PALABRAS CLAVES:** BARBACOA, CARNE, TRADICION, OVEJA, ALIMENTO, COCCION.

**CONCEPTO:** **BARBACOA.** - Hace referencia principalmente al método tradicional usado para preparar diversas carnes, de oveja, vacuno, cabra y eventualmente de conejo, de pollo, de pescado, de venado y hasta de iguana, cociéndolas en su propio jugo o al vapor.

Investiga y elabora en tu cuaderno la receta de la barbacoa. (ingredientes y proceso de preparación).

## ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

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

**CONTENIDO:** COOPERAR EN DIFERENTES COMISIONES EN EL AULA, ESCUELA Y COMUNIDAD.

**PALABRAS CLAVES:** Organización, colectivos, comunidad, escuela, participación, transformación, trabajo. Ejemplo: **ORGANIZACIÓN.** - Grupo de personas y medios organizados con un fin determinado.

Explica brevemente como se organizan en tu comunidad, colonia o ciudad.

## MODELO

Elabora un cartel sobre el origen de la vida en la tierra.

## REFLEXION FILOSOFICA

Elabora un texto donde manifiestes la importancia de organizarnos con nuestros vecinos o comunidad.

## AUTO-EVALUACION

Presenta los trabajos elaborados durante el día.

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL**  
**5o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**  
**CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO**

**FECHA:** 21 de octubre del 2021

**Cartilla # 33**

Buen día, Ya casi termina la semana así que vamos a echarle todas las ganas para aprender

**FRASE DEL DÍA:** Si lo que consumes proviene directamente de la naturaleza, debes estar seguro de que te mantendrás sano.

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

El Instituto informó que, aunque la inmunidad producida por las vacunas contra el covid-19 disminuye con el tiempo, éstas son efectivas para lograr menores tasas de infecciones, de hospitalizaciones y de muertes.

**FRASE DE LA ESCUELA: "EL APRENDIZAJE NUNCA CANSA A LA MENTE". (Leonardo Da Vinci)**

**TEMA GENERAL**  
**PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS SANOS**

Casi termina la semana pero no olvidemos que la actividad física es indispensable para nuestra salud mejorando la forma física (tanto de las funciones cardiorrespiratorias como de fuerza muscular), reducción de la grasa corporal, perfil favorable de riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas, mayor salud ósea y menor presencia de síntomas de depresión. Activémonos constantemente.

**LA IMAGEN** nos ayuda a visualizar la diferencia entre un producto procesado y uno natural retomando la importancia de producir alimentos sanos.

¿Qué opción de alimentos consideras mejor?  
¿Cómo puedes obtener alimentos naturales?  
¿Cómo puedes producir alimentos de origen animal?



**OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

**Actividad 1.** Realiza una lista de alimentos que consumes en casa (no comida chatarra), investiga que vitaminas y minerales te proporcionan y escribe según tu criterio porqué es necesario consumirlos.

**DIBUJO**

**Actividad 2.** En tu cuaderno dibuja 5 alimentos esenciales para el crecimiento adecuado de nuestro cuerpo, también realiza un dibujo de un platillo con los alimentos que debes consumir al día.

## VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS Y BINAS

**Actividad 3.** ESCRIBE EN TU CUADERNO UN CAMPO SEMÁNTICO DE: Alimentos sanos.

ESCRIBE EN TU CUADERNO UNA BINA DE: Alimentos sanos.

## CONCEPTUALIZACIÓN

**Actividad 4.** Busca el diccionario el significado de las siguientes palabras y escríbelos en tu cuaderno:

1.- Porcino      2.- Procesado      3.- Natural

## TEMAS DEL DIA

### MATEMATICAS

**EJE TEMÁTICO:** Aritmética

**CONTENIDO:** Adición y sustracción de fracciones

Palabras claves: adición, sustracción y fracción  
Para sumar y restar números enteros las cantidades a sumar deben de ser de la misma especie, en el caso de suma y resta de fracciones los números deben tener el mismo denominador, por ello primero debemos encontrar el común denominador.

### Actividad 5.

1. Consulta en tu libro de matemáticas pág. 55-57 la forma en que se realiza la adición y sustracción de fracciones y resuelve las siguientes operaciones de fracciones.

$$\frac{12}{7} + \frac{4}{7} + \frac{20}{7} =$$

$$\frac{23}{7} - \frac{14}{7} =$$

$$\frac{21}{13} + \frac{14}{13} + \frac{10}{13} =$$

$$\frac{43}{11} - \frac{29}{11} =$$

$$\frac{15}{11} + \frac{10}{11} + \frac{21}{11} =$$

$$\frac{89}{13} - \frac{78}{13} =$$

$$\frac{31}{17} + \frac{41}{17} + \frac{38}{17} =$$

$$\frac{103}{19} - \frac{94}{19} =$$

## SOCIEDAD

**EJE TEMÁTICO:** El medio físico , político, social y cultural de los pueblos del mundo.

**CONTENIDO:** Forma de administración en las sociedades originarias: Incas

**LECCIÓN DEL LIBRO:** Forma de administración en las sociedades originarias: Incas

**PÀGINA :** 53

**Palabras clave: administración, sociedad, organización, colectividad**

### Actividad 6.

2. Consulta tu libro de sociedad y lee la página 53, n tu cuaderno redacta 3 formas o costumbres en que se organizaban los Incas en la sociedad y realiza un dibujo en donde expongas lo que escribiste y compáralo como se organizan en tu comunidad.



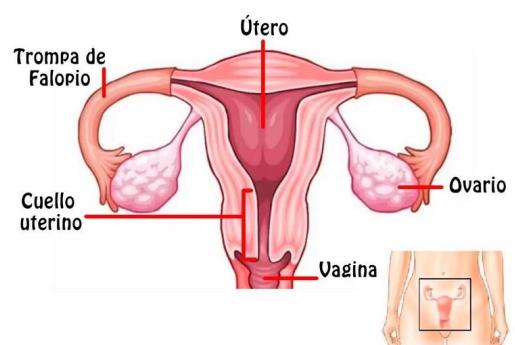
## SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

### CONTENIDO: APARATO REPRODUCTOR FEMENINO

Los aparato reproductor es el conjunto de órganos de la procreación (engendrar descendencia). En la mujer, abarca los ovarios, las trompas de Falopio, el útero, el cuello uterino y la vagina.

- Las trompas de Falopio se encargan de **Transportar el óvulo que se desprende de uno de los ovarios** (el izquierdo o el derecho de a ciclos menstruales alternos). **Transportar los espermatozoides hacia el óvulo** para que intenten fecundarlo y Si los espermatozoides logran llegar, se encarga de **desplazar el óvulo fecundado hacia el útero** para que se implante en la pared.
- Los ovarios **ubicados al final de cada una de las tropas de Falopio** y en cuyo interior se encuentran los óvulos. Con **cada ciclo menstrual uno de los óvulos** (de uno de los dos ovarios) completa la maduración y **atraviesa la corteza** para desprenderse en el interior de la trompa de Falopio a la espera de ser fecundado por un espermatozoide.
- El útero su principal función es la de **albergar al feto y la placenta** durante todo el embarazo.
- El cuello del útero su función es **recibir el esperma tras la eyaculación** y proyectarlo hacia la cavidad del cuerpo del útero para lograr la fecundación. Durante el embarazo **se cierra mediante un tapón mucoso** y aísla el saco amniótico del exterior para protegerlo de posibles infecciones.
- La vagina recoge el esperma de la eyaculación que se desplazará hasta el cuello del útero., además **es el canal por el que se expulsa al bebé** en el momento del parto .

#### Aparato reproductor femenino



**Actividad 7.** Despues de leer el texto escribe en tu cuaderno con tus propias palabras escribe sobre la importancia del tema, coméntalo con tus papás y dibuja el aparato reproductor femenino con sus partes.

#### ARTE

### EJE TEMÁTICO: Estilos y corriente de creación artística

### CONTENIDO: Sensibilidad

**Palabras claves:** Sentimiento, percepción , transmitir

**Actividad 8.** Investiga el concepto de las palabras clave

-Escucha la canción “Qué canten los niños”, mientras la escuchas cierra los ojos e imagina lo que dice la canción y realiza un dibujo en donde transmitas el mensaje de la canción.

**MODELO:** Realiza una maqueta del aparato reproductor femenino.

**REFLEXIÓN FILOSÓFICA:** Elabora un dibujo sobre la administración social de los Incas y como imaginabas que era su vida y que te gustaría vivir como ellos.

**EJERCICIOS DE AUTO-EVALUACIÓN,** comenta en casa que fue lo que mas te gusto de esta semana,

Gracias por el esfuerzo y dedicación a las actividades.

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA TIEMPOS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL**  
**5o GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**  
**CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO**

FECHA: 22 de octubre del 2021

**CARTILLA # 34**

Ánimo niños! Hoy terminamos una semana más de trabajo educativo, esperando aprovechen este fin de semana pasando tiempo de calidad con su familia.

**FRASE DEL DÍA:** *"Una adecuada nutrición, te dará una vida mas larga, mejorara tu calidad de vida y tu bienestar durante todos tus días".*

**CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA**

a medida de que la vacunación avanza en el mundo, se registran más casos de personas totalmente vacunadas que contraen el virus, sin embargo, también se ha comprobado que la gravedad de la enfermedad es mucho menor, lo mismo que el riesgo de hospitalizaciones y de muertes.

**FRASES DE LA ESCUELA**

"Una escuela debe ser un lugar para todos los niños, no basada en la idea de que todos son iguales, sino que todos son diferentes"  
**(Loris Malaguzzi)**

**TEMA GENERAL**  
**PRODUCCION DE ALIMENTOS**

La actividad física contribuye a la prevención y gestión de enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y la diabetes. La actividad física reduce los síntomas de la depresión y la ansiedad. A continuación realizaremos activación física en familia, que nos ayude a movernos para activar nuestra circulación.

**El CANTO** es un remedio natural para aliviar el estrés y la depresión, nos brinda la oportunidad momentánea de sentirnos alegres. Hoy vamos a cantar.

Si quieras ser muy grande y luego crecer toma mucha fruta y yogurt también. Si quieras tener, la fuerza de un tren carnes y pescados tienes que comer. Y nunca olvides lo que debes hacer... Lávate las manos antes de comer. Come despacito y mastica bien. Luego cuando acabes, no lo pienses más. Cepíllate los dientes riki, riki, rá.

Si ese resfriado te quiere molestar toma mucha fruta y así no podrá. Si quieras saltar, correr y brincar toma bocadillos para merendar.

Y nunca olvides lo que debes hacer...Lávate las manos antes de comer.

Come despacito y mastica bien. Luego cuando acabes, no lo pienses más. Cepíllate los dientes tiki, riki, rá.

**OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN**

**Actividad 1.** Pregunta a tu familia los beneficios que tiene el consumo de la miel y comenten de donde se recolecta la miel.

**DIBUJO**

**Actividad 2.** En tu cuaderno por medio de un dibujo explica como se recolecta la miel.

**VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS Y BINAS**

**Actividad 3.** ESCRIBE EN TU CUADERNO

UN CAMPO SEMANTICO DE: **Apicultura.**

ESCRIBE EN TU CUADERNO UNA BINA DE: **Apicultura, Colmena y abeja.**

## CONCEPTUALIZACIÓN

**Actividad 4.** Busca el diccionario el significado de las siguientes palabras y escríbelos en tu cuaderno: 1.-

Miel

2.- Polen

3.- Abeja

4.- Propóleos

Ejemplo: **Colmena.**.- Habitáculo que utilizan las abejas para protegerse, reproducirse, y producir y guardar la miel y la cera; puede ser natural o fabricado por el ser humano.

## TEMAS DEL DIA

### DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

**EJE TEMÁTICO:** LECTURA.

**CONTENIDO:** Genero literario: mitos y leyendas del estado ,del país y de américa.

**Palabras claves:** genero, dialogo, narrativo, lirica, leyenda, epístola.

Un **mito** es un relato tradicional que se refiere a acontecimientos prodigiosos, protagonizados por seres sobrenaturales o extraordinarios, tales como Díos, semidioses, héroes, monstruos o personajes fantásticos.

Una **leyenda** es una narración de hechos naturales, sobrenaturales o mezclados, que se transmite de generación en generación en forma oral o escrita.

En el estado de Michoacán el desbordante imaginar popular ha permitido la creación relatos fantásticos que hoy día hacen parte de su rica tradición cultural y cuya difusión ha sido alimentada por la generosa candidez de su gente.

Entre las leyendas más populares en nuestro estado tenemos:

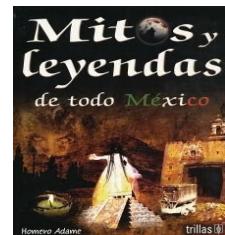
• La princesa purépecha

• El cerro de Mariana

Entre los mitos mas famosos podemos encontrar:

• El mito de hapunda

**Actividad 5.** Pregunta a tus abuelos, padres o familiares si conocen algún mito o leyenda de tu localidad y escríbela. En caso de que no sepan ninguna, investiga una.



### CIENCIAS

**EJE TEMÁTICO:** UNIVERSO Y HUMANIDAD **CONTENIDO:** Periodo arcaico proterozoico.

**TEMA:** Periodo arcaico

**Página:** 48

**Palabras claves:** arcaico, proterozoico, procariotas

**Periodo Arcaico.** Es un periodo que abarca 2500 millones de años iniciales de la historia de la tierra (siendo el más antiguo), es también el menos conocido, debido a los escasos materiales y las transformaciones que presentan las rocas encontradas, por tanto las formas de vida reconocibles en ese tiempo corresponden a bacterias carentes de núcleo (organismos procariotas)

**Periodo Proterozoico.** Surge al finalizar el periodo arcaico en este periodo aumenta la masa de la corteza continental, aquí surge la formación de los núcleos de los continentes actuales y principio de una teoría de una placa parecida a la actual. De este periodo quedan abundantes restos de vida como: las bacterias estromatolitos, las primeras células eucariotas con núcleo, lo que acelero la evolución biológica con la aparición de los primeros organismos pluricelulares. A esta era se le conoce como el periodo más frío de la tierra.

**Actividad 6.**

1. Lee la lectura “periodo arcaico” pág. 48 de tu libro de texto e identifica que procesos se dieron en ambos periodos. Escríbelos en tu libreta, identifica la vida creada en estos periodos y escríbelos.



## DESARROLLO ECOLOGICO

**CONTENIDO:** Principales contaminantes del suelo: metales pesados, microrganismos patógenos, hidrocarburos, plaguicidas, basura, ácidos y relieve.

Palabras claves: contaminantes, plaguicidas, microorganismos, hidrocarburos, ácidos.

Sabias que la contaminación del suelo se produce por la acumulación de sustancias hasta niveles que afectan negativamente la supervivencia y el desarrollo de los seres vivos. Es decir que pueden afectar la vida de vegetales, animales e incluso al hombre.

Los principales contaminantes del suelo son: metales pesados, plaguicidas, minería, microorganismos, basura, hidrocarburos y ácidos.

**Actividad 7.** Investiga el significado de los contaminantes del suelo, platica con tu familia sobre cuales de esos contaminantes se encuentran en tu localidad y escribe cuales son y de que manera afectan.



**ACTIVIDAD TRANSFORMADORA: EJE TEMÁTICO: producción de bienes.**

**CONTENIDO: elaborar ubicar los componentes de la granja escolar y comunidad.**

Palabras claves: cultivos, cría de animales, corrales, establos,

Las granjas son espacios rurales en los cuales el hombre produce diferentes tipos de cultivos y cría animales. Implican el cuidado y manejo del suelo, del agua, la vegetación y de los animales. Cuentan con espacios abiertos al aire libre y espacios cerrados llamados corrales, establos o gallineros. Los animales de granja nos brindan alimentos y nos ayudan con los trabajos pesados (como los caballos y burros). En una granja se pueden criar aves de corral, borregos, chivos, vacas, puercos, caballos, conejos, etc. Una granja en una escuela es un establecimiento donde se imparten conocimientos relacionados con la cría de animales.



**Actividad 8.** Comenta con tus papás sobre si conocen una granja y sus beneficios. Realiza una lista de animales de la granja y haz un dibujo de una granja en donde ubiques en su espacio a 6 animales de la granja.

**MODELO: Actividad 9: elabora un cartel con imágenes de contaminación del suelo y escribe una pregunta que ayude a los demás a reflexionar sobre este problema.**

## REFLEXION FILOSOFICA

Actividad 10.– Escribe un texto ensayo, apoyándote de las siguientes preguntas:

¿Qué beneficio tendría tu escuela al tener una granja escolar?

¿En qué beneficia al ser humano tener una granja en casa?

## EJERCICIOS DE EVALUACIÓN

Realiza un escrito donde expreses que clase de granja te gustaría que tuviera la escuela.

Agradezco el esfuerzo realizado durante la semana para realizar tus actividades escolares, descansa y nos estamos en contacto nuevamente el próximo lunes, feliz fin de semana.