



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

Escuela Transformadora para la Patria Digna

SEMANA 14. UNIDAD 3. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL
CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

2º SECUNDARIA



Del 29 noviembre al 03 de diciembre DE 2021



PDEC



Educación para el buen vivir

Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

2do Grado	Grupo	Nombre del estudiante

LUNES

SALUDOS: ¡Reciban un saludo!

EFEMÉRIDE. 1810. Hidalgo decreta en Guadalajara la abolición de la esclavitud, del pago de tributos y alcabalas, del uso del papel sellado, y suprime el estanco del tabaco y de la pólvora.

1913. Ezequiel A. Chávez es designado rector de la Universidad Nacional.

FRASE. Nadie nace odiando a otra por el color de su piel, su origen o su religión. El odio se enseña, y si se puede aprender a odiar, también se puede enseñar a amar. *Nelson Mandela.*

IMPORTANCIA DE LA ESCUELA. Cuidar tu piel todos los días, es como enviarle pequeñas notitas de amor a tu cuerpo.

TEMA GENERAL LA SALUD HUMANA Y LA MEDICINA TRADICIONAL. SUBTEMA. Higiene de la piel.

Capas de la piel humana



ACTIVACIÓN FÍSICA. Sigamos activando física. Empieza con estiramientos, sigue patrón evolutivo (Balanceo, reptar, gatear, braquear y caminar en forma erguida), trote, correr, velocidad, baile o danza. Invita a tu familia disfrutar estos hermosos momentos.

BEBER AGUA. Recuerda tomar aproximadamente 2 litros diarios.

CULTURA DEL TÉ. En México el uso del epazote crudo, en té o en agua, es un remedio utilizado para eliminar los parásitos, sin embargo, tomado en exceso puede causar náuseas.

ACTITUD ECOLOGISTA. ¡Cuida el uso de agua en casa!

CULTURA DEL TRABAJO. Ayuda en los quehaceres de la casa.

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

EJE TEMÁTICO. EXPRESIÓN ESCRITA.

CONTENIDO. Modismos. Carta formal y sus elementos.

TEMA. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL.

SUBTEMA. Cuidados y salud del cabello.

OBSERVA y DIBUJA cómo es tu cabello lo más apegado a la realidad.

CAMPOS SEMÁNTICOS. Tu campo semántico será con aquellos conceptos que tengan relación con cuidado del cabello.

BINAS Y TRINAS. Forma binas y trinas de palabras utilizando el campo semántico que acabas de escribir.

CONCEPTUALIZA. Escribe tu propio de la frase salud del cabello.

DICCIONARIO. Investiga el significado de las palabras; modismos, periodicidad, vocativo, discriminación, diabetes, endocrinólogo, termómetro.

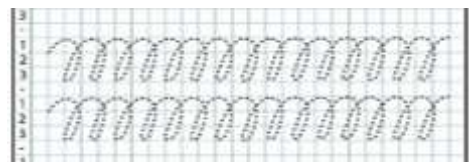
ORACIONES. Escribe tres enunciados u oraciones simples (sujeto y predicado) que se relacionen con el cuidado y salud del cabello utilizando medicina tradicional.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. Busca en tu libro de Desarrollo Lingüístico Integral, de segundo grado, en la unidad 3 el título en la página 84 "Aspectos lingüísticos de la lengua escrita" Lee con atención lo que concierne a los modismos, la carta y sus elementos y al terminar elabora en tu cuaderno una **SÍNTESIS** sobre el contenido del texto del libro que se te acaba de indicar.

TEXTO LIBRE. Ahora ya leímos y sabemos que es un modismo entonces, escribe los modismos que se utilizan en el habla común del lugar donde vives; también redacta una carta dirigida a tu mejor amigo, considera todos los elementos que la conforman una carta formal.

INFERENCIA O REFLEXIÓN FILOSÓFICA. ¿Qué opinas sobre el hecho de, actualmente ya no utilizamos las cartas en papel para comunicarnos con personas que están lejos de nosotros? ¿Crees que hablar de una manera diferente a como lo hacen en otros lugares es razón para que las personas sean discriminadas?

CALIGRAFÍA. Practica el siguiente ejercicio que te servirá para mejorar tu escritura, en un cuaderno de doble raya siguiendo los trazos y sin despegar la punta del lápiz del papel. Se recomienda lo hagas con suavidad y con tu muñeca y postura relajadas.



MATEMÁTICAS

EJE TEMÁTICO. ALGEBRA.**CONTENIDOS. Operaciones con polinomios.**

LECTURA MATEMÁTICA DEL CONTEXTO. En la práctica, son utilizados en cálculo y análisis matemático para aproximar cualquier función derivable; las ecuaciones polinómicas y las funciones polinómicas tienen aplicaciones en una gran variedad de problemas, desde la matemática elemental y el álgebra hasta áreas como la física, química, economía y las ciencias sociales.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. Multiplicación de polinomios.

La multiplicación de dos polinomios es la suma del producto de todos los monomios del primer polinomio por todos los monomios del segundo polinomio. Ejemplos:

$(2x + 3) \cdot 4x$	$(x+2) \cdot (6x+1)$	$(2x - 1) \cdot (3 - x)$
<p>Vamos a multiplicar el binomio $2x+3$ por el monomio $4x$. Para ello, multiplicamos $2x$ por $4x$ y 3 por $4x$:</p> $(2x + 3) \cdot 4x =$ $= 2x \cdot 4x + 3 \cdot 4x$ <p>El producto $2x \cdot 4x$ se simplifica multiplicando sus coeficientes y sumando los exponentes de sus partes literales (1 y 1):</p> $2x \cdot 4x + 3 \cdot 4x =$ $= 8x^2 + 3 \cdot 4x$ <p>Hacemos lo mismo con el producto $3 \cdot 4x$ (ahora los exponentes son 0 y 1):</p> $8x^2 + 3 \cdot 4x =$ $= 8x^2 + 12x$ <p>Por tanto, el producto calculado es $(2x + 3) \cdot 4x = 8x^2 + 12x$</p>	<p>Primero, multiplicamos el monomio x del primer polinomio por los dos monomios del segundo. Después, hacemos lo mismo con el segundo monomio (+2):</p> $(x + 2) \cdot (6x + 1) =$ $= x \cdot 6x + x \cdot 1 +$ $+ 2 \cdot 6x + 2 \cdot 1$ <p>Simplificamos el resultado (multiplicando los coeficientes y sumando los exponentes de las partes literales):</p> $x \cdot 6x + x \cdot 1 +$ $+ 2 \cdot 6x + 2 \cdot 1$ $= 6x^2 + x + 12x + 2$ <p>Podemos simplificar más:</p> $6x^2 + x + 12x + 2 =$ $= 6x^2 + 13x + 2$ <p>Por tanto, $(x + 2) \cdot (6x + 1) =$</p> $= 6x^2 + 13x + 2$	<p>Hay que tener cuidado con los signos negativos: debemos aplicar la <u>regla de los signos</u>.</p> $(2x - 1) \cdot (3 - x) =$ $= 2x \cdot 3 + 2x \cdot (-x) +$ $+ (-1) \cdot 3 + (-1) \cdot (-x) =$ $= 6x - 2x^2 - 3 + x =$ $= -2x^2 + 7x - 3$

REFLEXIÓN MATEMÁTICA. Lee el texto “Polinomios: operaciones básicas, potencias y raíz Pp. 180-181 y Realiza las multiplicaciones de los siguientes polinomios.

$$2x \cdot (1 - x)$$

$$(2x - 1) \cdot (3 - x)$$

Analiza la regla de los signos para la multiplicación y apóyate en ella para realizar las operaciones.

$(+) \times (+) = +$ $(-) \times (-) = +$ $(+) \times (-) = -$ $(-) \times (+) = -$ Multiplicación	$(+) \div (+) = +$ $(-) \div (-) = +$ $(+) \div (-) = -$ $(-) \div (+) = -$ División
$(+) + (+) = +$ $(-) + (-) = -$ $(-) + (+) = SVM$ $(+) + (-) = SVM$ Suma	$(+) + (+) = +$ $(-) + (-) = -$ $(-) + (+) = SVM$ $(+) + (-) = SVM$ Resta

En la suma y resta, el signo de valor mayor es el que define el signo.

CIENCIAS**EJE TEMÁTICO. SERES VIVOS.****CONTENIDO. Mutagénesis****NOTA CIENTÍFICA.**

POSICIONAMIENTO. La mutación es un cambio genético que permita la adaptación de la especie a un nuevo entorno, estos cambios tardan muchos años en producirse, pero comprenderlo nos permitirá entender los riesgos y consecuencias de la pérdida de especies o la intromisión de especies a climas o relieves diversos

PALABRAS CLAVE. Cromosoma, mutación, genética, ADN, mutagénesis.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. Lee en la página: 115 “Mutagénesis” en el libro de ciencias de segundo grado.



ANÁLISIS. ¿Qué demostraron los estudios de Muller con los efectos de los rayos x? De los cuatro pares de cromosomas de la mosca de la fruta ¿cuáles son las funciones que pudo identificar Muller?

MODELOS. Realiza un dibujo de los cambios en el cromosoma o en los ojos de las moscas de la fruta a manera de presentar los cambios heredados.

INGLÉS

REPASO DE LA UNIDAD I. Escribe el significado en español en cada uno de los espacios.

SIMPLE PRESENT FORM			VERB TO BE		AFFIRMATIVE	
ENGLISH			SPANISH	SPANISH	ENGLISH	SPANISH
SINGULAR	1 st	I am ...			I am nurse	
	2 nd	You are...			You are worker	
	3 rd	He is...			He is farmer	
		She is...			She is fisherman	
		It is...			It is big	
PLURAL	1 st	We are...			We are doctors	
	2 nd	You are....			You are mechanics	
	3 rd	They are....			They are teachers	

SIMPLE PRESENT FORM			VERB TO BE		NEGATIVE	
ENGLISH			SPANISH	SPANISH	ENGLISH	SPANISH
SINGULAR	1 st	I am not...			I am not student	
	2 nd	You are not...			You are not worker	
	3 rd	He is not...			He is mechanic	
		She is not...			She is not teacher	
		It is...			It is big	
PLURAL	1 st	We are not...			We are not chefs	
	2 nd	You are not....			You are not engineers	
	3 rd	They are not....			They are not doctors	

SIMPLE PRESENT FORM			VERB TO BE		INTERROGATIVE	
ENGLISH			SPANISH	SPANISH	ENGLISH	SPANISH
SINGULAR	1 st	Am I?			Am I teacher?	
	2 nd	Are you?			Are you mechanic?	
	3 rd	Is he?			Is he chef?	
		Is she?			Is she doctor?	
		Is It?			Is it big?	
PLURAL	1 st	Are we?			Are we students?	
	2 nd	Are you?			Are you farmers?	
	3 rd	Are they?			Are they fishermans?	

SIMPLE PRESENT FORM			VERB TO BE		CONTRACTION	
AFFIRMATIVE			NEGATIVE			
			PRONOUN	CONTRACTION	CONTRACTION	CONTRACTION
SINGULAR	1 st	I am ...		I am not...		
	2 nd	You are...		You are not...		
	3 rd	He is...		He is not...		
		She is...		She is not...		
		It is...		It is not...		
PLURAL	1 st	We are...		We are not...		
	2 nd	You are....		You are not....		
	3 rd	They are....		They are not....		

Escribe lo correspondiente en cada línea

PRESENT / AFFIRMATIVE

PRESENT / NEGATIVE

PRESENT / INTERROGATIVE

1. I _____ hungry.
2. You _____ funny.
3. She _____ nice.
4. We _____ at home.
5. He _____ a student.
6. They _____ at school

Une con líneas la traducción de cada una de las oraciones:

I am a good student.

We are not friends.

He is a student

The pencil is not on the desk

They are friends

The sky is clear.

They are brothers.

The child is not in the garden.

She is sick today.

Today is Monday

He and Mary are good students

He is not in Europe.

She is angry.

You are not very serious.

She is a good football player.

He is not a pilot

He is a happy child.

It is a sunny day.

She is an honest woman.

The office is on the second floor.

It is cold

It is not a good movie

She is a smart girl.

Ella es una chica lista

El niño no está en el jardín

Tú no eres muy serio

El cielo está limpio

El lápiz no está sobre el escritorio

Él y Mary son buenos estudiantes

Ellos son amigos

Ellos son hermanos

Ella está enferma hoy

Él es un estudiante

Hoy es lunes

Él no está en Europa

Nosotros no somos amigos

Ella es una buena jugadora de futbol

Él es un niño feliz

No es una buena película

Él no es un piloto

Hace frío

Es una mujer honrada

La oficina está en el segundo piso

Yo soy un buen estudiante

Es un día soleado

Ella está enojada

MARTES

SALUDOS. ¡Buenos días!**EFEMÉRIDE.** El 30 de noviembre de 1787. Nace Andrés Quintana Roo, abogado y político insurgente.**FRASE DÍA.** "Donde haya un árbol que plantar, plántalo tú. Donde haya un error que enmendar, enmiéndalo tú. Donde haya un esfuerzo que todos esquivan, hazlo tú. Sé tú el que aparta la piedra del camino". *Gabriela Mistral.***TEMA GENERAL.** LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL.**SUBTEMA.** CUIDADO DE LA PIEL**OBSERVA.** Observa la piel de tu cuerpo.**CONCEPTUALIZA Y DIBUJA.** Escribe como cuidas la piel de tu cuerpo para que se mantenga limpia y sana.**ACTIVACIÓN FÍSICA.** Todos los días actívatte físicamente en compañía de tu familia.**IMPORTANCIA DE LA ESCUELA.** La escuela se encarga de la formación de grandes seres humanos que servirán a la Patria.**BEBER AGUA.** Durante todo el día bebe agua, ello ayudara a que tengas un mejor aprendizaje.**CULTURA DEL TÉ.** Prepara un té de la corteza de sauce blanco se utiliza para tratar callosidades y verrugas de la piel.**ECOLOGÍA.** Siembra y cultiva plantas que ayuden a prevenir enfermedades o plagas en tu jardín.**TRABAJO.** Ayuda con gusto a tus padres a elaborar la comida, almuerzo o cena.

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

EJE TEMÁTICO. GRAMÁTICA.

CONTENIDO. El verbo en gerundio

FRASE. “Educar no es fabricar adultos según un modelo sino liberar en cada hombre lo que le impide ser él mismo, permitirle realizarse según su ‘genio’ singular” *Olivier Reboul*.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. El gerundio es la forma no personal o impersonal de un verbo (así como lo son los verbos en infinitivo y en participio pasado) e indica que la acción está pasando, realizando o llevando a cabo.

El gerundio es una forma invariable de la terminación de un verbo, pues siempre va a finalizar en ‘ando’ y ‘endo’.

CAMPO SEMÁNTICO. Realiza un campo semántico de verbos en gerundio.

BINAS Y TRINAS. Fórmalas con palabras del campo semántico.

ORACIONES. Forma 5 oraciones donde utilices los verbos en gerundio y que se hable de los cuidados en la piel.

ANÁLISIS. ¿Para qué utilizamos los verbos en gerundio? Escribe tus reflexiones.

REFLEXIÓN FILOSÓFICA. Con tus palabras expresa y escribe para que nos sirva identificar los verbos en gerundio

MATEMÁTICAS

EJE TEMÁTICO. MEDICIÓN.

CONTENIDOS. Sistema métrico decimal.

PALABRAS CLAVES: sistema, métrico, decimal.

LECTURA MATEMÁTICA DEL CONTEXTO. Para hacer mediciones, es necesario un sistema de unidades, es decir un conjunto de magnitudes con las que se comparan las cosas que se quieren medir.

El sistema métrico decimal es un sistema de unidades en los cuales los múltiplos y los submúltiplos de la unidad de medida están relacionados entre sí por múltiplos o submúltiplos de 10.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. El Sistema Métrico Decimal es un sistema, porque es un conjunto de medidas; métrico, porque su unidad fundamental es el metro; decimal, porque los múltiplos y submúltiplos siguen la ley del sistema de numeración decimal, es decir sus medidas aumentan y disminuyen como las potencias de 10. El Sistema Métrico Decimal se utiliza en la medida de las siguientes magnitudes: Longitud, Masa, Capacidad, Superficie y Volumen.

TABLA DEL SISTEMA METRICO DECIMAL		
CLASE DE MAGNITUD	UIDAD PRINCIPAL	SIMBOLO
LOGITUD	METRO	M
MASA	GRAMO	G
CAPACIDAD	LITRO	L
SUPERFICIE	METRO CUADRADO	m^2
VOLUMEN	METRO CUBICO	m^3

Para medir medidas mayores que la unidad fundamental se emplean otras medidas llamadas múltiplos, mientras que para medir medidas menores que la unidad fundamental se emplean otras medidas denominadas submúltiplos. Dichas medidas irán aumentando o disminuyendo dependiendo de la magnitud de que se trate, las medidas de longitud, masa y capacidad aumentan o disminuyen de 10 en 10, mientras que las de superficie lo hacen de 100 en 100 y las de volumen, en cambio, de 1,000 en 1,000.

- **MEDIDAS DE LONGITUD** La unidad principal para medir longitudes es el metro. Los múltiplos del metro se forman anteponiendo a la palabra metro, las palabras griegas Deca, Hecto y Kilo, que significan diez, cien y mil respectivamente y los submúltiplos que se forman anteponiendo las palabras griegas deci, centi y mili, que significan décima, centésima y milésima parte respectivamente. Las medidas irán aumentando y disminuyendo de diez en diez. Los múltiplos y submúltiplos del metro son: El problema de convertir unas unidades en otras se reduce a multiplicar o dividir por la unidad seguida de tantos ceros como lugares haya entre ellas.

Unidad	Abreviatura	Equivalencia
Kilometro	Km	1000 m
Hectómetro	Hm	100 m
Decámetro	Dam	10 m
Metro	M	1 m
Decímetro	Dm	0.1 m
Centímetro	Cm	0.01 m
Milímetro	mm.	0.001 m

REFLEXIÓN MATEMÁTICA. Forma un cuadro de las distintas medidas que puedes hacer en tu casa y objetos diversos.

SOCIEDAD

EJE TEMÁTICO. LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA ORGANIZACIÓN COMUNITARIA.

CONTENIDO. Poder social.

ACONTECIMIENTO. La Revolución Industrial.

DIBUJA. Investiga y dibuja en tu cuaderno, una locomotora de vapor.

CONCEPTUALIZA. Migratorio, éxodo, aprendiz, hollín, insalubre.

PALABRAS CLAVE. Éxodo rural, deshollinadores.

DEFINIR LOS HECHOS HISTÓRICOS. Llamamos Revolución Industrial al cambio fundamental que se produce en una sociedad cuando su economía deja de basarse en la agricultura y la artesanía para depender de la industria. Localización: La Revolución Industrial nace en Gran Bretaña y se extiende luego al resto de Europa. Antecedentes: La economía existente antes de la revolución industrial estaba basada en el mundo agrario y artesanal; tres cuartas partes de la población subsistían con trabajos agropecuarios. Principalmente estaba basada en el autoconsumo y no en la comercialización de los productos obtenidos, puesto que además la productividad era muy baja. Las ciudades eran pocas, pequeñas y poco desarrolladas. Hay que recordar que el régimen de gobierno de estas sociedades eran las monarquías absolutistas, en las que todo, incluyendo las personas, se consideraban una propiedad del rey.

POSICIONAMIENTO. Principales características: Se produce un cambio rápido y en profundidad que afecta a todas las estructuras de la sociedad. Los cambios serán tecnológicos, socioeconómicos y culturales. Los tecnológicos irán desde el uso de nuevos materiales como el acero a fuentes energéticas como el carbón y máquinas motrices como la máquina de vapor, considerada como el motor inicial de la Revolución Industrial. Aparecen las máquinas de hilar y tejer, que consiguen aumentar rápidamente la producción con poco personal. Surgen técnicas para el desarrollo del trabajo y la especialización de la mano de obra. El transporte se desarrolla tanto por trenes como por barcos, lo que junto con otros inventos harán crecer el papel de la industria y el comercio.



CONOCIMIENTO DE LA HISTORIA. Lee el texto: “Derechos laborales en la Revolución Industrial” en la pág. 93 de tu libro Sociedad 2°.

SÍNTESIS. Enlista en tu cuaderno las causas principales que originaron la Revolución Industrial, ¿Qué parte de las tres lecturas anteriores te llamó más la atención y por qué? De acuerdo con las imágenes anteriores ¿Crees que realmente existió el trabajo de niños y por qué razón? ¿Crees que todavía existan niños trabajando en estas condiciones y dónde?

SALUD

EJE TEMÁTICO. SALUD COMUNITARIA. CONTENIDO. Espacios comunitarios sin basura, la basura en su lugar, campaña.

VALIDACIÓN. La basura es una mezcla de desechos orgánicos e inorgánicos que son desechados por el hombre cuando ya no le son útiles. Al mezclarse varios tipos de desechos se convierten en un foco de infección para los seres humanos, debido a que en la basura abundan los microorganismos, moscas y otros tipos de insectos. En la actualidad los basureros municipales, ya no tienen la suficiente capacidad para la cantidad de basura que genera el hombre todos los días.

POSICIONAMIENTO. Los mexicanos hemos adoptado una cultura que corresponde a países extranjeros como los Estados Unidos, de donde vienen productos procesados y/o fabricados que traen empaques innecesarios y que sólo sirven para hacer basura. El estilo de vida que llevamos hoy en día nos ha llevado a la comodidad y por ello somos consumistas desordenados.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. La contaminación de basura se produce cuando los residuos recogidos en los vertederos se pudren, propagan el olor y causan contaminación del aire en las áreas circundantes. A menudo se ve que los residuos que incluyen material inorgánico como latas de hierro, papel, plástico, piezas de vidrio o restos de comida, huesos de animales, cáscaras de verduras, etc. son arrojados al aire libre. En áreas donde las personas mantienen animales para leche, aves de corral u otros animales, sus heces también contaminan la atmósfera.

El ambiente se vuelve desordenado debido a la eliminación inadecuada de basura. Pero utilizando la tecnología moderna, muchos países desarrollados no solo han reducido la contaminación a través de la gestión de residuos, sino que también la han adoptado como principal fuente de energía. Es posible reutilizar muchas cosas arrojadas a la basura. El desperdicio de recursos se puede prevenir reciclando y se puede conservar el medio ambiente.

<https://www.ecoportal.net/temas-especiales/problemas-de-la-basura-causas-efectos-y-soluciones/>

ANÁLISIS. ¿A dónde se lleva la basura que sale de tu hogar? ¿Conoces algún programa para evitar la basura? ¿Vives en una localidad limpia? ¿Las personas de tu localidad colocan la basura en su lugar? ¿El frente de tu casa y tu casa están libres de basura?

ACTIVIDAD TRANSFORMADORA. Prepara un té de sauce llorón, el cual te ayudara en el cuidado de la piel, mientras lo tomas platica con tu familia sobre una campaña de limpieza de tu localidad. Puedes elaborar un cartel con algunas

propuestas para mantener limpia tu localidad y pegarlo en un lugar público para que las demás personas lo lean y contribuyan. Puedes agregar propuestas de reciclaje de basura.

EDUCACIÓN FÍSICA INTEGRAL

EJE TEMÁTICO. DESARROLLO FÍSICO PLENO. CONTENIDO. Los estiramientos como control del cuerpo.

POSICIONAMIENTO. El pleno control del cuerpo permite un pleno desarrollo neuronal.

VALIDACIÓN. Una correcta relación de los hemisferios Izquierdo y derecho permiten un desarrollo neuronal pleno, no solo la buena alimentación el descanso y el evitar sustancias dañinas nos permiten un pleno desarrollo, es importante una coordinación física en la medida de nuestras posibilidades.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. Para entrar en calor, te recomendamos realizar los siguientes ejercicios de estiramientos. De este modo, activarás músculos y articulaciones para evitar cualquier desgarro o lesión.

Torsión de espalda: siéntate en el suelo y estira la pierna derecha. Luego, dobla la izquierda y pásala por encima de la derecha. Ahora, pon el brazo izquierdo por encima de la rodilla flexionada (la izquierda) y presiona con el codo para hacer una torsión de espalda. Aplica fuerza en la presión para mayor efectividad. Luego, repite con el otro costado.

Estiramiento isquiotibial: aún en el suelo, estira la pierna derecha y flexiona la izquierda llevando el pie izquierdo hasta la ingle. Conserva la postura, al menos, 5 segundos. Luego, inclina el cuerpo hacia delante e intenta tocar los dedos de los pies con tus manos. Repite el ejercicio con la otra pierna.

Estiramiento lumbar: tendido en el suelo, con la espalda recta, estira la pierna derecha y encoge la izquierda. Toma la rodilla de la pierna izquierda con ambas manos y tira de ella hacia el pecho. No despegues la pierna derecha del suelo. Conserva la postura 10 segundos y cambia de pierna. Luego, ponte boca abajo y realiza el movimiento a la inversa. Flexiona la rodilla izquierda y lleva el pie hacia atrás, sin despegar el muslo del suelo. Sujeta el pie con la mano izquierda y conserva la posición por 10 segundos. Ahora, haz lo mismo con la otra pierna.

Estiramiento frontal: ponte de pie firme y apoya la mano derecha en la pared. Flexiona la rodilla izquierda hacia atrás y toma el pie con la mano izquierda. Tira del pie, intentando llegar hasta la altura del cuello. Mantén firme la pierna derecha y el brazo de apoyo estirado para conservar el equilibrio. Luego, realiza el estiramiento con la otra pierna.

Estiramiento de abductores: vuelve a sentarte en el suelo. Abre las piernas y estíralas lo más que puedas. Ahora, inclina el torso hacia delante, sin doblar las rodillas. Estira los brazos hacia adelante y baja progresivamente hasta donde puedas. ¡Es un excelente ejercicio de flexibilidad de piernas!

Zancada con rotación. Con este sencillo ejercicio de flexibilidad activa, podrás, además de mejorar la flexibilidad, trabajar piernas y abdomen. Para hacer zancadas rotatorias, solo debes seguir estos pasos:

- ✧ Primero, ponte de pie firme.
- ✧ Posteriormente, extiende tu pierna derecha hacia el frente, apoyando el pie en el suelo y flexionando la rodilla hasta que quede alineada con el glúteo. Por otra parte, tu pierna izquierda, por la naturaleza del movimiento, quedará en la parte trasera apoyada sobre la punta del pie en el suelo.
- ✧ Una vez que estés en esa posición, vas a rotar el dorso de tu cuerpo hacia la derecha con las manos extendidas. Seguidamente lo harás hacia la izquierda.
- ✧ Para finalizar retoma la posición inicial, es decir, parado firme, y repite el ejercicio, pero esta vez con la pierna izquierda.
- ✧ Optimiza la movilidad de tus caderas y la resistencia de la zona baja con este tipo de sentadilla muy fácil de hacer. Sigue las siguientes instrucciones:
- ✧ Ponte de pie firme. Luego, flexiona las rodillas hasta que queden alineadas con los glúteos.
- ✧ Mueve tu pierna derecha hacia atrás, rápidamente, extendiéndola lo más que puedas y apoyándote en el suelo con la punta del pie. Regresa tu pierna a la posición inicial y repite el ejercicio con la otra pierna.

ANÁLISIS. ¿Consideras que las personas que están activas gozan de mejor salud? Escribe tu opinión.

ACTIVIDAD TRANSFORMADORA. Realiza un programa de ejercicios de elasticidad y explica cómo te sentiste.

MIÉRCOLES

SALUDO. ¡Excelente día para todos!

EFEMÉRIDE. 1° de diciembre de 1916 se inaugura el Congreso Constituyente en Querétaro. Día mundial de la Lucha contra el SIDA. 1° de diciembre de 1810 Miguel Hidalgo y Costilla organiza su gobierno y nombra a José María Chico como ministro de Gracia y Justicia; y a Ignacio López Rayón, como ministro de Estado y Despacho.

FRASE DÍA. “Cuando la alimentación es mala, la medicina no funciona, cuando la alimentación es buena, la medicina no es necesaria”

CONTEXTO. No olvides que por el COVID19 estamos en aislamiento y con medidas sanitarias, no bajemos la guardia.

TEMA GENERAL. Salud y medicina.

SUBTEMA. Cuidado del cabello.

OBSERVA. Como el cabello determina rasgos de las cultura, y puede expresar los sentires de las personas, un ejemplo es que las mujeres usan el cabello largo y los hombres corto, esto no siempre pero en términos mayoritarios, en algunas ocasiones represento una rebeldía al sistema en los años 70 los jóvenes del mundo invirtieron el uso del cabello largo los hombres y corto las mujeres, para exigir al sistema cambiaran las cosas, en culturas indígenas se tiende a que los hombres usen el cabello largo como se usaba antes de la llegada de los conquistadores.

CONCEPTUALIZA Y DIBUJA. La relación del cabello en las personas y que consideras que representa.

IMPORTANCIA DE LA ESCUELA. “La escuela, como ente educativo, desempeña un papel prioritario en la formación de las personas.

MÍSTICA. La salud. De: Javier R. Cinacchi.

La salud es un gran tesoro sin igual, del cual, la conciencia es su guardián. Al descuidarla, se es flor de rosal, que en otoño se seca y triste cae. Ni la plata, ni el oro, ni las joyas, podrán de tal forma restaurarla,	que estuviera como si se la hubiera cuidado de forma correcta. Es la niña que hay que mimar, cuando en su juventud está; así, no se comienza a alejar,	aburrida del que no la supo amar. Aunque siempre esté la esperanza, de volverla a recuperar. Mejor cuidar a esta riqueza, para angustias extras no afrontar.
---	--	--

ACTIVACIÓN FÍSICA. Realiza la activación de preferencia en familia.

BEBER AGUA. Mantente hidratado.

CULTURA DEL TÉ. Hoy El té de romero como cuidado del cabello y de forma tópica.

ECOLOGÍA. La separación de la basura y el cuidado de los recursos como el no desperdiciar agua son acciones en pro del medioambiente.

TRABAJO. La familia siempre necesitara de tu apoyo

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

EJE TEMATICO. SENSIBILIDAD Y CREACIÓN LITERARIA.

TEMA. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL.

CONTENIDO. La novela en México.

SUBTEMA. Higiene de la piel

OBSERVA la piel de tus manos y las manos de tu mama o tu papa.

DIBUJA. La diferencia que hay entre las pieles, puede ser que haya manchas o cicatrices, que una sea más suave o áspera que otra.

CAMPOS SEMÁNTICOS. Escribe un campo semántico de 15 palabras que incluyan las enfermedades de la piel.

BINAS. Forma cinco binas de palabras utilizando el campo semántico que acabas de escribir. Considerando que una bina es una frase de dos palabras que forman un concepto. Ejemplo: cáncer de piel

TRINAS. Forma tres trinas con el campo semántico que escribiste. Recuerda una trina es una frase que consta de tres elementos o unidades. EJEMPLO: filtro solar potente.

CONCEPTUALIZA. Escribe tu propio concepto sobre higiene de la piel.

DICCIONARIO. Investiga el significado de las palabras, mito, fabula, filosofía, retórica, inquisición, utilitarios, ultravioleta,

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. La novela en México.

En nuestra búsqueda de la novela en México durante el siglo XVIII estamos explorando lo que parece ser un vacío. Así debemos considerar con nuevos ojos la sátira. Debemos valorar lo que sabemos del consumo de lectores mexicanos. Debemos olvidarnos de la terminología explícita de “la novela”. Recientemente su definición se ha ampliado para apreciar la diversidad de que gozó en varias épocas y varias culturas.

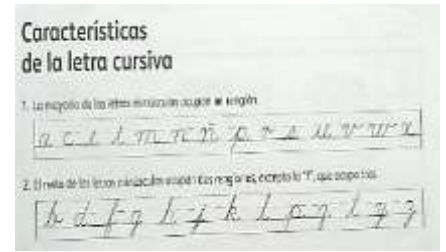
La novela, que nació en España en los siglos XVI y XVII, sufre cambios en el XVIII. Un crítico ha dicho que España entra en el siglo xviii “desnovelado” por la decadencia artística de los últimos años del reinado de los Hapsburgo; solamente recupera un gusto por la forma en los últimos veinte años del siglo, para satisfacer a un público lector todavía deseoso de leer novelas.^[1] Aunque la novela tenía un importante desarrollo en Inglaterra en el siglo xviii, en España la estética neoclásica que reinaba tendía a sofocar cualquier desviación de la verosimilitud, cualquier fantasía que caracterizara las preferencias españolas del Siglo de Oro. Lo que antes serían novelas, ahora, bajo los Borbones, son “sueños”, “vidas”, “cartas”, “confesiones”, “historias”, “utopías”, “fábulas”, “viajes”, “memorias”, “diálogos”, “diarios”... incluso “zumbas”. Si la novela parece morir en España en aquellos años, no es cierto; cambia de nombre. Estas formas, como la *Vida* de Diego de Torres Villarroel (publicada entre 1743 y 1758), son inmensamente populares en España y en México. La prueba es la publicación, en 1816, de la obra que es comúnmente llamada la primera novela mexicana, *El Periquillo sarniento*; su aparición sería imposible sin el afán por la ficción que habían aprendido los mexicanos a lo largo del siglo xviii. Su autor, José Joaquín Fernández de Lizardi, no emerge sin antecedentes en su país natal.

TEXTO LIBRE. Inventa un texto en siete renglones, se breve, pero escribe como personajes a los enseres de la cocina les des vida a tus útiles escolares, asígnales un nombre, platicarnos una historia al respecto.

SÍNTESIS. Escribe en tu cuaderno una breve síntesis de los temas tratados con anterioridad.

INFERENCIA O REFLEXIÓN FILOSÓFICA. ¿Crees que las novelas escritas con anterioridad han dejado un legado histórico para nuestras comunidades? ¿Qué opinas sobre los textos narrativos como leyenda, fábula, mito, novela, cuento son solo para que lo niños los lean o también los adultos?

CALIGRAFÍA. Tu ejercicio de letra cursiva, observa los trazos y el lugar que ocupan en el renglón para no cometer errores.



MATEMÁTICAS

EJE TEMÁTICO. PROBABILIDAD Y ESTADÍSTICAS

CONTENIDOS. Pictogramas, diagramas de barras

LECTURA MATEMÁTICA DEL CONTEXTO. El lenguaje gráfico es muy importante, tanto desde el punto de vista interno de las Matemáticas, como por su gran utilización en el mundo actual para leer e interpretar información sobre acontecimientos sociales, como el comportamiento de contagios del covid en el país, estado o municipio.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. En la estadística se utilizan diferentes gráficos para representar los datos obtenidos y, así facilitar su comprensión a aquellos que no están familiarizados con los datos.

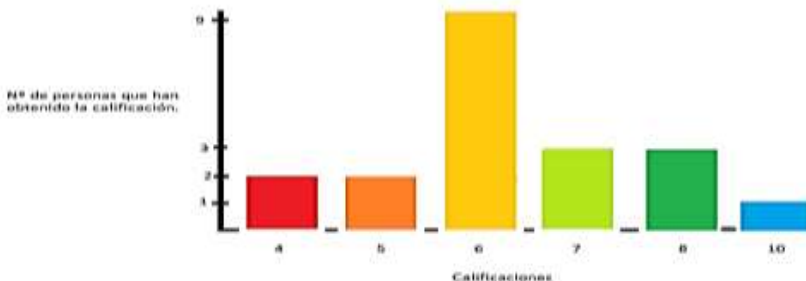
Entre los gráficos existentes para llevar a cabo esta representación están los diagramas de barras y los pictogramas.

Un **diagrama de barras** se utiliza para de presentar datos cualitativos o datos cuantitativos. Se representan sobre unos ejes de coordenadas, en el eje de abscisas, el eje horizontal, se colocan los valores de la variable, y sobre el eje de ordenadas, eje vertical, las frecuencias absolutas o relativas o acumuladas.

Veamos un ejemplo: En una clase de 20 alumnos se ha realizado un examen de matemáticas y se han obtenido las siguientes calificaciones:

10—> 1 persona, 8—> 3 personas, 7—> 3 personas, 6—> 9 personas. 5—> 2 personas, 4—> 2 personas

El diagrama de barras correspondiente sería el siguiente:



Un **pictograma**, también llamado gráfico de imágenes, es un diagrama que utiliza imágenes o símbolos para representar datos.

REFLEXIÓN MATEMÁTICA.

Realiza un ejercicio, con información de tu familia sobre sus frutas preferidas. Realiza un diagrama de barras.

CIENCIAS

EJE TEMÁTICO. ESERES VIVOS.

Biología Molecular

Es el estudio de la biología a nivel celular y sus componentes. Este campo se entrelaza con otras áreas de biología y química, particularmente con genética y bioquímica.



CONTENIDO. Biología molecular.

NOTA CIENTÍFICA.

POSICIONAMIENTO. La biología molecular permitió entender muchos de los padecimientos que se atribuían a fenómenos míticos, como los eclipses, las alteraciones genéticas son una constante en los seres vivos como un intento para mejorar la adaptabilidad.

PALABRAS CLAVE. Genes, enzimas, pigmento, translocación.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. Lee en las páginas: 115 “biología molecular” en el libro de ciencias de segundo grado.

ANÁLISIS. ¿Cómo el estudio de la pigmentación de las

plantas pudo determinar que el albinismo es un padecimiento genético?

MODELOS. Realiza un dibujo en que se muestre el desprendimiento genético en un cromosoma, entendido cuando se transloca. Que no se altera el número de genes, pero si su posición.

CULTURA

EJE TEMÁTICO. LA ESCUELA PROMOTORA DE LA ECONOMÍA SOLIDARIA.

CONTENIDO. Características de la economía solidaria.

IDENTIDAD COMUNALISTA. ¿En tu familia o comunidad desarrollan o han desarrollado algunas actividades de ayuda o apoyo mutuo? ¿En qué consisten esas actividades?

DIÁLOGO. “Mucha gente pequeña en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas pueden cambiar el mundo” Eduardo Galeano. ¿Qué tipo de cosas puedes hacer desde tu casa y comunidad que pueden contribuir a cambiar el mundo? Explícalo con tus palabras.

PATRIMONIO INTANGIBLE.

Principios de la Economía Solidaria. ¿Qué es la economía solidaria?

El término economía solidaria se utiliza para designar actividades de producción, distribución y consumo que fomentan la democratización de la economía a partir de compromisos ciudadanos.

Integra las diferentes formas de organización que utiliza la población para crear sus propios recursos de trabajo o para acceder a bienes y servicios de calidad, en una dinámica de correspondencia y solidaridad que articula los intereses individuales con el colectivo.

La Economía Solidaria es un enfoque de la actividad económica que tiene en cuenta a las personas, el medio ambiente y el desarrollo sostenible y sustentable, como referencia prioritaria por encima de otros intereses.

Bajo fórmulas diversas, la Economía Social y Solidaria es una manera de vivir que abarca la integralidad de las personas y designa la subordinación de la economía a su verdadera finalidad: proveer de manera sostenible las bases materiales para el desarrollo personal, social y ambiental del ser humano.

La referencia de la economía solidaria es cada sujeto y las comunidades creadas desde las iniciativas sociales, por lo que no se la identifica según los beneficios materiales de una iniciativa, sino que se define en función de la calidad de vida y el bienestar de sus miembros y de toda la sociedad como sistema global.

Los 6 principios de la Carta de la Economía Solidaria:

1. PRINCIPIO DE EQUIDAD.
2. PRINCIPIO DE TRABAJO.
3. PRINCIPIO DE SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL.
4. PRINCIPIO DE COOPERACIÓN.
5. PRINCIPIO "SIN FINES LUCRATIVOS"
6. PRINCIPIO DE COMPROMISO CON EL ENTORNO.

PATRIMONIO TANGIBLE. De la lectura que realizaste investiga qué significan los conceptos de solidaridad, equidad, trabajo, sostenibilidad ambiental, cooperación, lucrativo y entorno. Regístralo en tu cuaderno. Una vez que investigaste estos conceptos elabora un cuadro sinóptico el tema que leíste.

Pregunta a tus abuelos si ellos han trabajado por el bien común de todos los integrantes de su comunidad. Que te expliquen qué han hecho y regístralo en tu cuaderno.

¿CÓMO VERBALIZAMOS EL MUNDO? Explica con tus palabras qué es la solidaridad y si consideras que aún se practica en tu familia y tu comunidad.

¿POR QUÉ LO HICIERON? Desarrollar una economía solidaria está relacionado con producir para resolver las necesidades básicas de alimentación, vestido y calzado sin fines de lucro y teniendo el bien común como principio, además de no dañar a la naturaleza como principal proveedora de los bienes que requerimos para vivir.

CONSERVANDO Y PRACTICANDO CONOCIMIENTOS ANCESTRALES. Reúnete en familia y hagan un listado de los gastos que tienen por mes en casa. Identifiquen en qué gastan más. Regístralo en tu cuaderno.

ALIMENTACIÓN SANA

EJE TEMÁTICO. ALIMENTACIÓN SANA.

CONTENIDO. Comedores compulsivos.

POSICIONAMIENTO. NO debe ser cuestión de burla, pues quien padece este problema necesita ayuda, primero es identificar el problema, y después que la persona esté dispuesta a superarlo.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. La Organización Mundial de la Salud define obesidad a la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La obesidad se ha considerado una situación de importancia por su fuerte asociación con las principales enfermedades crónicas no transmisibles, tales como las enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades osteoarticulares y algunos cánceres. En la salud pública chilena existen protocolos de atención para contrarrestar el exceso de peso, tales como la consulta nutricional en atención primaria de salud que se apoya en los manuales técnicos nutricionales. Además, han existido varias estrategias para disminuir esta tendencia, como: Vida Chile, Programa Promoción de la

Salud, Escuelas Ego, Elige vivir sano, entre otros, todas con una visión de mejorar la calidad de vida a través del fomento de la salud (alimentación saludable, actividad física, ambiente libre de humo de tabaco).

Sin embargo, no se ha considerado la alternativa de que existan trastornos alimentarios que pueden estar en comorbilidad con este estado nutricional.

Los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son problemas psiquiátricos, que se definen como una alteración persistente del comer o de conductas relacionadas con esta acción.

Se traducen en una alteración en el consumo o absorción de los alimentos, que alteran en forma significativa la salud física o el funcionamiento psicosocial, y que no son secundarios a ningún trastorno médico general u otro síndrome psiquiátrico. Cuando se habla de trastorno alimentario se asocia rápidamente a lo más conocidos: anorexia y bulimia, las cuales son patologías psiquiátricas asociadas a la mala alimentación y alteración de la percepción de la imagen corporal. Ambos trastornos han sido abordados por los equipos de la salud en Chile, se conoce sus características, los factores de riesgo e incluso los tratamientos, además han sido de objeto de un número considerable de estudios.

Las personas que padecen anorexia, poseen delgadez extrema, en la bulimia poseen un estado nutricional enflaquecido, normal o sobrepeso, según sea la situación; sin embargo, existe un trastorno alimentario que puede estar relacionado con el aumento de peso corporal y lo

Definición de Trastorno del Comedor Compulsivo. El término de Binge Eating (Comedor Compulsivo) fue descrito por primera vez por A. J. Stunkard en la década del 50, el cual lo definió como la ingesta excesiva de alimentos en intervalos de tiempos irregulares. En el año 1994 el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder lo incluyó dentro de la clasificación en Desórdenes Alimentarios no Especificados, el cual fue individualizado en la última versión del DSM V, reconociéndolo y declarándolo como patología mental. El Trastorno del Comedor Compulsivo (TCC), se define como la ingesta de grandes cantidades de comida asociado con indicadores subjetivos y comportamiento de pérdida de control; angustia significativa por la alimentación compulsiva; y la ausencia del uso regular de comportamientos compensatorios inapropiados: purgaciones, ayunos y ejercicios excesivos, esto último es lo que lo diferencia de la Bulimia Nerviosa y por ello se encuentra estrechamente asociado a la obesidad.

El DSM, estableció el criterio para identificar a una persona con TCC, la cual es una escala dicotómica en la que debe presentar al menos 3 hallazgos asociados

		si	no
1.	Como más rápido de lo normal		
2.	Como hasta sentirse muy saciado		
3.	Ingiero grandes cantidades de comida sin hambre		
4.	Como sólo por vergüenza		
5.	Como por disgusto, depresión o culpa por los patrones alimentarios		

ANÁLISIS. Si tú tienes alguno de estos rasgos de manera recurrente, si son ocasionales no prestes atención.

ACTIVIDAD TRANSFORMADORA. Realiza una tabla para que identifiques la forma de comer la cantidad el tiempo y tu estado anímico a la hora de ingerir los alimentos.



JUEVES

SALUDOS. ¡Reciban un saludo afectivo de todo el personal de la escuela! **EFEMÉRIDE.** Un día como hoy 2 de diciembre, pero del año 1867, entra en vigor la Ley Orgánica de Instrucción Pública y se crea la Escuela Nacional Preparatoria.

FRASE DEL DÍA. Son necesarios cuarenta músculos para arrugar una frente, pero solo quince para sonreír.

IMPORTANCIA DE LA ESCUELA. El músculo no levanta, si la mente no lo aguanta.

TEMA GENERAL. SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL. **SUBTEMA.** Cuidado de los músculos.

ACTIVACIÓN FÍSICA. Sigamos activando físicamente nuestro cuerpo porque es de vital importancia.

BEBER AGUA. Recuerda tomar aproximadamente 2 litros diarios. ¡Toma agua de castañas de indias, sin azúcar!

CULTURA DEL TÉ. El té de castaña de Indias se puede preparar también remojando las hojas secas o la corteza del árbol en agua hirviendo durante varios minutos. Tomar este té, ayuda a fortalecer los vasos sanguíneos y reducir la retención de líquidos.

ACTITUD ECOLOGISTA. Reduce, reutiliza y recicla. Aplica las famosas 3R a tu vida cotidiana, y hazlo en ese orden: no compres cosas innecesarias, antes de tirar algo a la basura pregúntate si puedes darle una segunda vida (por ejemplo, los tarros de cristal se pueden emplear para guardar azúcar o sal).

CULTURA DEL TRABAJO. La cultura del trabajo es, en definitiva, una construcción popular y, por ello, patrimonio del pueblo. ¡Ayuda en casa!

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

EJE TEMÁTICO. LECTURA.

CONTENIDO. Uso de la C, S y Z.

FRASE: “El buen maestro hace que el mal estudiante se convierta en bueno y el buen estudiante en superior.” *Marva Collins*

CAMPO SEMÁNTICO: Realiza tres campos semánticos de 10 palabras que contengan la C, S y Z.

BINAS: Escribe 5 binas con las palabras del campo semántico.

TRINAS: Escribe 5 trinas con las palabras del campo semántico.

TEXTO LIBRE: Redacta un texto breve, con las letras de estudio.

El uso de la C: La C es la tercera letra del abecedario y su uso varía de acuerdo a cada palabra.

- Normalmente su sonido depende de las vocales a, o y u, por ejemplo: casa, cosas, cuerda, etc., o como las terminaciones: cito, cita, cillo.
- Aquellas palabras que termina en z y se cambia a plural, se escriben con “c”. Ejemplos: lápiz- lápices o luz-luces.
- Y por último, siempre que el sustantivo termine el tor y en sor, cambia a “ción”. Ejemplos: destructor-destrucción, director-dirección.

El uso de la S

- Palabras que terminan en “sivo” como intensivo o antidepresivo, con algunas excepciones como nocivo y lascivo.
- También pueden tener terminaciones en:
 - ✧ es-esa como finlandés-francesa
 - ✧ esco-asco como pintoresco, grotesco
 - ✧ Así como los adjetivos en ismo como altísimo o gravísimo

El uso de la Z

- La letra z, se utiliza cuando las palabras terminan en azo, como balazo.
- También con sustantivos como: ez, eza, como gentileza-naturaleza-validez.

Es común que las letras z y s, se utilicen con la mayoría de las vocales, en cambio el uso de la c se diferencia por el sonido:

- Con la “e” y la “i” su sonido es mucho más suave.
- En cambio con la “a” y la “o” suena mucho más fuerte.

SOCIEDAD

EJE TEMÁTICO. LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA ORGANIZACIÓN COMUNITARIA Y POPULAR.

CONTENIDO. Comprensión del papel del Estado capitalista.

ACONTECIMIENTO. Desarrollo inicial del Capitalismo.

CONCEPTUALIZA. Industrialización, liberalismo económico, coexistencia, anarquista,

PALABRAS CLAVE. Burguesía, estado, proletariado, capitalismo.

VALIDACIÓN. El aspecto industrial de la doctrina capitalista cuenta con una serie de características a destacar. Debido, principalmente, a que supuso cambios significativos en el paradigma económico junto con las revoluciones industriales.

- ✧ Predominaba el papel de las industrias. Entre ellas la metalurgia, la textil o la química.
- ✧ Ayudó a la creación de mayor número de empresas, de la mano del auge de la burguesía y el papel económico destacado que ocuparon frente al Antiguo Régimen.
- ✧ La punta de lanza que dio paso a toda la posterior evolución fue la invención de la máquina de vapor y, por consiguiente, de la maquinaria más desarrollada y aplicada los sistemas de producción en escala y gran volumen.

- ✦ Elementos de producción artesanal fueron relegados a sectores marginales y de menor relevancia en el sistema económico. Los países basaron su crecimiento económico en el nuevo modelo industrial, más allá de otros ámbitos como el agroalimentario en ocasiones.
- ✦ Este sistema proyecta a su vez la rápida adaptación de la mano de obra. Por ello surge el papel en las sociedades del trabajador asalariado y proletario, estudiado por otras tendencias como el socialismo y el comunismo.

DEFINIR LOS HECHOS HISTORICOS A ESTUDIAR. Lee el texto: "Papel del estado capitalista" en la página 94 de tu libro Sociedad 2° grado.

CONSTRUCCION DE INFERENCIAS. De acuerdo a lo anteriormente estudiado, ¿Crees que el capitalismo fue na buena opción para el mundo? ¿Existirá actualmente el capitalismo? ¿Has escuchado anteriormente las palabras comunismo y socialismo? ¿Dónde? ¿Crees que sean buenas políticas económicas? ¿Has visto u oído estas palabras en la televisión o algún otro medio de comunicación?

INGLÉS

REPASO DE LA UNIDAD II. Escribe el significado en español en cada uno de los espacios.

		SIMPLE PAST FORM		VERB TO BE	AFFIRMATIVE	
ENGLISH		SPANISH	SPANISH		ENGLISH	SPANISH
SINGULAR	1 st	I was...			I was a good student	
	2 nd	You were...			You were very serious	
	3 rd	He was...			He was sick yesterday	
		She was...			She was in México	
PLURAL		It was...			It was a good play	
	1 st	We were...			We were good friends	
	2 nd	You were...			You were happy	
	3 rd	They were...			They were at home	

		SIMPLE PAST FORM		VERB TO BE	NEGATIVE	
ENGLISH		SPANISH	SPANISH		ENGLISH	SPANISH
SINGULAR	1 st	I was not			I was not a good student	
	2 nd	You were not			You were not very serious	
	3 rd	He was not			He was not sick yesterday	
		She was not			She was not was in México	
PLURA		It was not			It was not a good play	
	1 st	We were not			We were not good friends	
	2 nd	You were not			You were not happy	
	3 rd	They were not			They were not at home	

		SIMPLE PAST FORM		VERB TO BE	INTERROGATIVE	
ENGLISH		SPANISH	SPANISH		ENGLISH	SPANISH
SINGULAR	1 st	Was I?			Was I a good student?	
	2 nd	Were you?			Were you very serious?	
	3 rd	Was he?			Was he sick yesterday?	
		Was she?			Was she in México?	
PLURAL		Was It ?			Was it a good play?	
	1 st	Were we?			Were we good friends?	
	2 nd	Were are you?			Were you happy?	
	3 rd	Were they?			Were they at home?	

Escribe la contracción correspondiente a cada uno y escribe la traducción en español.

		SIMPLE PAST FORM		VERB TO BE	CONTRACTION	
		NEGATIVE			SPANISH	SPANISH
		PRONOUN	CONTRACTION			
SINGULAR	1 st	I was not...				
	2 nd	You were not...				
	3 rd	He was not...				
		She was not...				
PLU		It was not...				
	1 st	We were not...				
	2 nd	You were not...				

	3 rd	They were not...			
--	-----------------	------------------	--	--	--

Escribe oraciones en su forma afirmativa, negativa e interrogativa en pasado simple.

CULTURA

EJE TEMÁTICO. LA ESCUELA COMO GESTORA DE LA ECONOMÍA SOLIDARIA.

CONTENIDO. Pasos para tener una economía solidaria

IDENTIDAD COMUNALISTA. Pregunta a tus abuelos cómo trabajaban cuando eran niños, con quiénes trabajaban, ¿qué sembraban, ¿cómo cosechaban?

DIÁLOGO. "...una educación que prepare a los alumnos para la producción cooperativa, que les fomente el amor al trabajo como deber social..." *Lázaro Cárdenas del Río.*

¿Qué opinas del planteamiento anterior?

PATRIMONIO INTANGIBLE. Lee con atención el siguiente texto e identifica las palabras clave para entender la lectura.

PASOS PARA TENER UNA ECONOMÍA SOLIDARIA. Para tener una economía solidaria es importante entender lo que representa la igualdad, solidaridad, el bien común y el trabajo colectivo. De igual manera cuando hablamos de solidaridad no sólo nos referimos a los seres humanos sino a la naturaleza, de tal forma que si desarrollamos un proyecto de economía solidaria relacionado con la misma no la dañemos. Una vez entendida ésta parte es necesario organizarse en asamblea con los interesados, realizar un diagnóstico de cuáles son las mayores necesidades de sustento que se tienen y en cuál se puede incidir tomado en cuenta las características geográficas y sociales del lugar para la producción, distribución o consumo según sea el caso. Una vez elegido el proyecto, es necesario planificar cómo va a funcionar, el recurso y espacio que se requiere, las personas que participarán, los objetivos, fines y los principios que los van a guiar.

PATRIMONIO TANGIBLE. ¿En el lugar donde vives funciona alguna cooperativa de producción, distribución, consumo o ahorro? ¿Cuáles crees que son las ventajas de una cooperativa o proyecto de economía solidaria?

DISCURSO ¿CÓMO VERBALIZAMOS EL MUNDO? Explica con tus palabras qué pasos seguirías para desarrollar un proyecto de economía solidaria.

¿POR QUÉ LO HICIERON? Platica con tu familia y organícense para establecer algunas acciones encaminadas a desarrollar una economía solidaria, ¿qué pueden producir o hacer desde casa para tener una mejor situación económica? Registra en tu cuaderno 2 de las acciones que van a desarrollar.

CONSERVANDO Y PRACTICANDO CONOCIMIENTOS ANCESTRALES. Como has visto en sesiones pasadas la herbolaria y medicina tradicional es un legado de los pueblos prehispánicos que desde antes de la invasión de los españoles lo practicaban todos los pueblos originarios que habitaban estas tierras. Este conocimiento se fue transmitiendo de forma oral de generación en generación hasta nuestros días. De tu jardín botánico observa qué plantas tienen un mayor crecimiento y cuáles no están desarrollándose como debieran. Haz un dibujo de las plantas de tu jardín botánico clasifícalas en las que están más desarrolladas y menos desarrolladas, coloréalas poniendo sus nombres.

VIERNES

SALUDO. Buen día.

EFEMÉRIDE. Un 3 de diciembre de 1827 muere Fray Servando Teresa de Mier luchador de la independencia de México.

FRASE DÍA. "Los días más felices son aquellos que nos hacen sabios" Gabriela Mistral.

CONTEXTO. Continúa con todos los cuidados necesarios para evitar el contagio de covid19, cuídate y cuida a los tuyos.

TEMA GENERAL. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL FÍSICA.

SUBTEMA. ACTIVIDAD

OBSERVA. A las personas y te darás cuenta de cómo resulta evidente cuando esa persona se ejercita y tú ¿realizas actividad física o trabajo que impliquen mantener tu cuerpo activo y por lo tanto sano?

CONCEPTUALIZA Y DIBUJA. Escribe por qué es necesario que los seres humanos nos mantengamos activos físicamente.

ACTIVACIÓN FÍSICA. Todos los días ejercita tú cuerpo e invita a tu familia a hacerlo.

IMPORTANCIA DE LA ESCUELA. Los profesores siempre estaremos al pendiente y

preocupados por tu formación.

MÍSTICA. Pide a tu familia que juntos observen la imagen y lean las frases, luego comenten.

BEBER AGUA. Aunque no tengas sed recuerda consumir agua pura, evita el consumo de bebidas energizantes.



La palabra
convence,
pero el ejemplo
arrastra.

No te preocupes porque tus hijos no
te escuchan, te observan todo el día.
MADRE TERESA DE CALCUTA

CULTURA DEL TÉ. El día de hoy te recomendamos el consumo de té de tapioca; es anticancerígena, reduce el riesgo de padecer anemia gracias a su elevado contenido de hierro, mejora la circulación sanguínea, facilita la digestión al ser rica en fibra y proteínas, no contiene gluten por lo que es un alimento apto para los celíacos.

ECOLOGÍA. Procura no quemar basura, evita el uso de popotes y desechables.

TRABAJO. Si apoyas a tu familia en los quehaceres y trabajos llevarán una mejor relación familiar.

MATEMÁTICAS

EJE TEMÁTICO. LÓGICA Y CONJUNTOS

CONTENIDOS. Conectivas Lógicas: Proposición Condicional

LECTURA MATEMÁTICA DEL CONTEXTO. La condicional Si p, entonces q ($p \rightarrow q$), tiene muchos usos y sentidos en la vida cotidiana, pues se puede utilizar para indicar una relación lógica, en la que el consecuente (q) se deduce del antecedente (p). También se puede utilizar para indicar una relación de causa-efecto o como función matemática y se puede aplicar para comunicar una decisión, así como para deducir el consecuente (q) del antecedente (p). Igualmente, se puede usar hasta en forma humorística.

⊕ *Si tú eres genio, entonces yo soy Superman*, sería un ejemplo del sentido humorístico de la condicional.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. La Lógica proposicional nos ofrece otro método maravilloso para desarrollar nuestros razonamientos, a partir de los cuales podemos mejorar nuestra argumentación y estilo literario, nos referimos a la condicional Si-entonces ($p \rightarrow q$). La frase citada de Mario Vargas Llosa, *Cuanto más inteligente sea nuestro ordenador, más tontos seremos*, es una proposición condicional. Esta puede ser expresada de manera más formal, como:

⊕ *Si los ordenadores son más inteligentes, entonces los seres humanos serán más tontos.*

Si se conectan dos enunciados colocando la palabra “si” antes de la condición – llamada antecedente - y después de la palabra “entonces”, el consecuente; la proposición compuesta resultante se llama un condicional, proposición hipotética o implicación.

Variantes de la condicional. La condicional tiene diversas variaciones que son muy útiles no solo para el proceso de razonamiento y desarrollo de textos argumentativos, sino también para matizar literariamente un trabajo de composición.

✓ Las variaciones de la condicional ($p \rightarrow q$) son: la recíproca ($q \rightarrow p$), la inversa ($\neg p \rightarrow \neg q$) y la contrarecíproca ($\neg q \rightarrow \neg p$). Utilicemos la condicional anterior para ver sus diversas variaciones:

* $p \rightarrow q$: Si los ordenadores son inteligentes, entonces los seres humanos son tontos.

* $q \rightarrow p$ Si los seres humanos son tontos, las computadoras son inteligentes.

* $\neg p \rightarrow \neg q$ Si los ordenadores no son inteligentes, entonces los seres humanos no son tontos.

* $\neg q \rightarrow \neg p$ Si los seres humanos no son tontos, entonces las computadoras no son inteligentes.

Lee el texto “Conjunciones: definiciones y ejemplos” Pp. 147-148

REFLEXIÓN MATEMÁTICA. Escribe un ejemplo de condicional con variantes.

CIENCIAS

EJE TEMÁTICO. SERES VIVOS. CONTENIDO. El ADN la molécula de la herencia Página 117.

NOTA CIENTÍFICA.



POSICIONAMIENTO. Comprender cómo se genera la información hereditaria de las características y los rasgos nos permite comprender nuestros orígenes y nos aleja de las supersticiones.

PALABRAS CLAVE. Ácido desoxirribonucleico, ADN, hereditaria, nitrogenadas,

CUERPO DEL CONOCIMIENTO. Lee en las páginas: 117, 118 y 119 “EL ADN: LA MOLÉCULA DE LA HERENCIA” en el libro de ciencias de segundo grado.

ANÁLISIS. ¿Cómo se representa el código genético?

MODELOS. Dibuja una hélice que represente la cadena de ADN.

EJE TEMÁTICO. RESPONSABILIDAD CON EL MEDIO AMBIENTE.

CONTENIDO. Contaminación auditiva y visual.

ACONTECIMIENTO CIENTÍFICO RECIENTE. Especialmente en las ciudades la contaminación visual está en todas partes, en todos los entornos, hacia cualquier lado que volteemos. Estamos tan acostumbrados a ella que no nos damos cuenta que nos enferma y nos afecta anímicamente.

Este tipo de contaminación afecta o perturba la vista de algún sitio o paisaje, destruye su estética y su esencia original; ocurre porque existe un abuso de elementos no arquitectónicos que alteran la imagen rural, urbana, y de cualquier entorno.

VALIDACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO. La contaminación es un problema que desde hace más de 20 años se ha ido agravando gradualmente. Es un fenómeno que ha ido creciendo geográficamente y no solo en las formas como las conocemos, es decir, ahora se agregan a esta lista nuevas formas de contaminación como lo es, la contaminación auditiva y visual.

POSICIONAMIENTO ANTE EL OBJETO DE ESTUDIO. Socialicen en familia las posibles explicaciones que den respuesta a las siguientes preguntas: ¿Qué es la contaminación visual? ¿Qué es la contaminación auditiva?

CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO. En tu diccionario busca el concepto de las palabras claves y escríbelos en tu libreta: **auditiva – visual – ruido – decibelios**

- ★ **Contaminación visual.** La contaminación visual puede darse tanto en entornos rurales como urbanos, dada la presencia de elementos no arquitectónicos como carteles, antenas, cables, postes, anuncios, enrejados entre otros posibles factores que generan una sobre estimulación visual de naturaleza agresiva, invasiva y por lo general simultánea.

Algunos ejemplos posibles de contaminación visual son: La presencia excesiva de postes y cableado de electricidad o telefonía en paisajes naturales o turísticos de importancia. El abarrotamiento de grandes anuncios con luces, movimiento, colores. La colocación de anuncios y mensajes en postes de luz, paredes y árboles durante las campañas electorales, que luego de las elecciones no son retirados y permanecen en su lugar durante meses e incluso años. Los principales efectos de la contaminación visual en los seres humanos apuntan al incremento del estrés, lo cual deteriora significativamente sus condiciones de vida, trabajo o desarrollo.

- ★ **Contaminación auditiva.** Se llama contaminación sonora, contaminación acústica o contaminación auditiva a la presencia de ruidos molestos, ensordecedores o contantes, así como a la proliferación simultánea de ruidos excesivos en un área determinada, afectando así de manera negativa la calidad de vida de los seres humanos y los animales.

Si bien el sonido no se acumula y perdura como lo hacen otras formas de contaminación, generando daños a largo plazo, la presencia de contaminantes sonoros tiene un impacto directo e inmediato en la vida a su alrededor.

Ciertos niveles de ruido son inevitables en el modo de vida contemporáneo, producto de actividades industriales, medios de transporte o simplemente de la vida conjunta de miles de personas.

Algunos ejemplos de contaminación sonora o auditiva son:

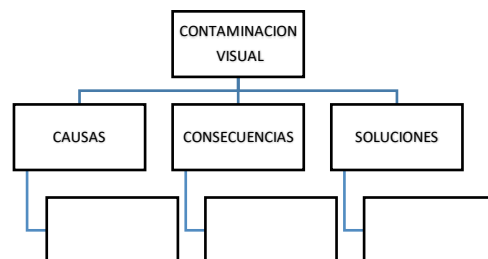
Algunas consecuencias posibles de la exposición constante a niveles elevados de contaminación sonora son:

- ★ **Socioacusia.** Un daño leve a nuestro sistema auditivo que revela la aparición de un pitido constante luego de haberlo sometido a altos niveles sonoros. Este efecto suele pasar con los días, pero el abuso de estas condiciones conducirá a la disminución de la capacidad auditiva y eventualmente a la sordera.
- ★ **Interferencia comunicativa.** A mayores niveles de contaminación sonora, más difícil se hace la comunicación oral, ya que nuestros oídos no pueden discernir unos sonidos de otros, sino que el cerebro debe filtrar entre la cantidad de sonidos registrados, la que le interesa.
- ★ **Efectos físicos.** Más allá del daño auditivo, la exposición a grandes fuentes de contaminación sonora produce efectos fisiológicos determinados, como dilatación de pupilas, aceleración del pulso, incremento de la presión arterial y dolores de cabeza, incremento de la tensión muscular y otros síntomas de estrés.
- ★ **Efectos psicológicos.** El ruido es altamente dañino para la salud mental y emocional, ya que puede causar insomnio, fatiga, estrés, depresión, ansiedad, irritabilidad, aislamiento y falta de concentración, así como defectos de aprendizaje y comunicación verbal en los niños.

El ruido no era considerado un contaminante ambiental hasta recientemente. Sin embargo, muchas de las medidas contra el ruido siguen siendo particulares. En ambientes de alta presencia de ruido las empresas deben brindar a sus empleados equipos de protección auditiva y deben emplear materiales aislantes para impedir que las ondas sonoras se esparzan fuera del recinto, así como aislar las operaciones industriales para alejarlas de los lugares donde la gente vive.

Por otro lado, el uso de tapones para los oídos y de barreras acústicas en los hogares es una práctica en auge en diversas regiones del mundo.

Con la información anterior, elabora un mapa conceptual donde puntualices las causas, consecuencias y soluciones en cada uno de los aspectos. EJEMPLO.



- ✱ Identifica y enlista ejemplos de contaminación auditiva y visual en tu comunidad.

EDUCACIÓN ARTÍSTICA INTEGRAL

EJE TEMÁTICO. ARTES ESCENICAS.

CONTENIDO. Telones.

SUJETO COGNOSCENTE. La actuación: Es el proceso de investigación personal que hace el actor para descubrir a un futuro personaje a representar. ¡Que se habrá el telón!

VALIDACIÓN. Un telón es una tela de gran tamaño que se coloca en los teatros para separar el escenario del espacio donde se ubican los espectadores. El telón puede desplazarse en sentido horizontal o vertical para permitir que las obras puedan ser vistas.

La tela que se usa para hacer los telones son: algodón, poliéster y terciopelos mohair son las telas ignífugas más tradicionales usadas para los telones teatrales.

Mientras que el peso del telón es de: una tonelada y media y mide 26 metros de ancho y 22 de alto. A diferencia de los telones anteriores que subían en forma de cuchilla, de manera vertical, este otro sube hacia los costados y bajan los costados formando una única pieza con la ayuda de los valletos.

POSICIONAMIENTO. ¿Cuántas personas crees que se requieren para cargar un telón? ¿cómo te imaginas que instalan un telón? ¿Cuánto tardaran en elaborar un telón para un teatro? ¿te gustaría actuar en un escenario así?

ACTIVIDAD TRANSFORMADORA.

- ✱ Elabora un esquema donde pongas los 9 telones que trabajamos en estos días y anota cual es la función de cada uno, este esquema tiene que tener la forma de un teatro, ahora utiliza tu creatividad para darle forma, estructura y color a tu trabajo.
- ✱ Para esta actividad, jugaremos en familia; se requiere de una lotería

INDICACIONES. Para este juego el que le toque correr la lotería lo hará con mímica, como es imposible que no hable, habrá que taparle la boca y en lugar de que cante las cartas que vayan saliendo las tendrá que imitar y los jugadores adivinar a que carta se refiere. Ahora jueguen y diviértanse en familia.



ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

EJE TEMÁTICO. INDUSTRIAS DOMÉSTICAS.

CONTENIDO. Elaboración de Pomada.

POSICIONAMIENTO. Las pomadas o ungüentos se basan en el uso de grasas, para la aplicación del principio activo, para aplicarse en la piel, con fines curativos.

CUERPO DEL CONOCIMIENTO.

- ½ taza de árnica seca (250 g)
- ¼ de taza de manteca (62 g)
- ⅔ taza de aceite de olivo (156 g)
- ¼ de cucharadita de bórax (1,2 g)

MODELOS. Realiza la pomada, calienta el aceite y vierte la planta de árnica, preferentemente molida, muévela y no permitas que se queme si aprecias que se va a dorar sácala del fuego, sin que llegue a dorarse, deja que se enfríe y agrega la manteca cuando aún este caliente, agrega el bórax o puedes utilizar mentol en la misma proporción del bórax.

EVALUACIÓN

¿Qué hice durante las clases de cada día?

¿Cómo lo hice, solo o ayuda