



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

*Escuela Transformadora para la Patria Digna*

**SEMANA 15. UNIDAD 3. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL**

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

# 2° PRIMARIA



Del 6 al 10 de diciembre



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

## LUNES 6 DE DICIEMBRE 2021

- SALUDO: Saluda a tu familia como se saludan en Japón (Kony Chiwa), poniendo las palmas sobre las piernas e inclinándose frente al otro
- FRASE DEL DÍA: "La salud es sacar el máximo partido de nuestras habilidades físicas y mentales, disfrutar de aquello que nos rodea y, en definitiva, ser felices."
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: "Hugo López-Gatell declaró que no se descarta que vuelva a existir una cuarta ola de COVID en México"
- FRASE DE LA ESCUELA: "En la escuela se considera importante el desarrollo intelectual y planteamos la importancia de la apropiación de la palabra para nombrar y expresar el mundo,"
- TEMA GENERAL: MEDICINA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL.
- (comenzamos de arriba hacia abajo). Con nuestra ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR al realizar ejercicios de flexibilidad, tonificación, equilibrio, coordinación y relajación, estimulamos nuestro sistema nervioso central y periférico. RUTA DIDÁCTICA: 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. Estos ejercicios los vamos a repetir toda la semana.
- MISTICA:
- Poesía: las partes de mi cuerpo  
Las partes de mi cuerpo hoy quiero aprender  
Y cuando me pregunten yo responderé:  
¡Las manos son para aplaudir!
- ¡Las piernas son para saltar!  
¡Los brazos son para abrazar!  
¡La boca es para cantar!  
Y el corazón para querer.
- Platica con tu familia: cómo prevenir las enfermedades en vías urinarias: Limpiarse los genitales de adelante para atrás luego de ir al baño. Beber mucha agua y vaciar completamente la vejiga al orinar. No retener la orina. Hacer pipí cada 2-3 horas. Utilizar ropa suelta que no apriete. Tomar té de Cola de caballo, de Arándanos, de Diente de león
- Realiza con tu familia ejercicios para el cuidado de las vías urinarias: Cerciórese de que la vejiga esté vacía, luego siéntese o acuéstese. Apriete los músculos del piso pélvico. Manténgalos apretados y cuente hasta 3 a 5 segundos.. Relaje los músculos y cuente hasta 3 a 5 segundos. Repita 10 veces, 3 veces al día (mañana, tarde y noche).
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico **sobre hábitos para prevenir enfermedad en las vías urinarias:** higiene, agua, probióticos, ejercicio.
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabras; ejemplo: Beber agua
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabras; ejemplo: beber abundante agua

### ¿Por qué debemos tomar agua?

Porque permite la disolución y el arrastre de los materiales de desecho hasta los riñones y, una vez allí, su eliminación a través de la orina.

**Tiempo de recordar: investiga con tu familia ¿Cómo se ingería el agua hace 30 años?**

### DISCIPLINA: DLI

- Realiza ejercicios sencillos de equilibrio
- Lee las palabras 3 veces al día:

Daniel    dormir    dulce  
fibra       calcio    minerales

- Elabora un dibujo del comercio que hay en el lugar donde vives y cuál te gusta más
- Coloca el dibujo que realizaste en algún lugar de tu casa.
- Lee las palabras 3 veces al día:

**Atarantani= vender**

**anarakua= pollo**

**akua= comida**

**Uarhasi= papa**

**k'uiripeta= carne**

### DISCIPLINA: CIENCIAS. Ecosistema acuático terrestre.



Una tarde Daniel y Pablo platicaban de los ecosistemas porque les gustó saber que en todo el mundo hay ocho grandes ecosistemas, estos son: el bosque templado, el bosque lluvioso tropical, el desierto, la pradera, la tundra, la taiga, el chaparral y el océano, acuáticos-terrestres como glaciares. Cada uno es muy diferente de los otros. Un glaciar es una gruesa masa de hielo que se origina en la superficie terrestre por acumulación, compactación y recristalización de la nieve. Su clima es extremadamente frío. Un glaciar es considerado un vestigio de la última Edad de Hielo. Esto se debe a que, a pesar de que las temperaturas han aumentado, no se han derretido. Han sido capaces de mantenerse por miles de años y cumplir con su función natural. ¿Te imaginas que animales pueden vivir en el hielo?

- Actividad 1: Describe las imágenes, identifica los animales que hay. Colorea el glaciar que más te guste



### DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA

La familia de Daniel cultiva granos de avena. Es una planta anual que crece de forma vertical, con el tallo principal liso y erecto que mide de 40 a 180 centímetros de largo. Tiene tallos lisos con panículas de espiguillas en verano y hojas verdes y planas. Dichas panículas de ramitas "caídas" son inflorescencias de espiguillas colgantes y separadas unas de otras con 2-3 flósculos (flores pequeñas). Las semillas son color oro pálido.

Todos los días toman atole de avena porque es un cereal muy completo y equilibrado. Junto a los carbohidratos y la fibra, aporta más proteína, grasa y minerales que otros cereales

- Actividad: con ayuda de tu mamá prepara un rico atole de avena

Ingredientes

- 1 litro de leche
- 1 taza de avena
- 2 tazas de agua
- 1 rama de canela
- 1 taza de azúcar
- 1 cucharada de vainilla

Preparación:

CALIENTA el agua, agrega la canela, deja que infusione 5 minutos desde que empieza a hervir.

AGREGA el azúcar y mezcla hasta que se disuelva por completo.

LICUA la leche, la avena y la vainilla.

TRANSFIERE la leche y la avena a la olla con el agua y canela, sin dejar de mover caliente hasta que empiece a espesar.

SIRVE este delicioso atole de avena y canela



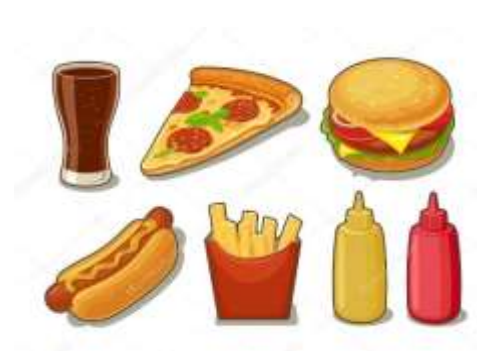
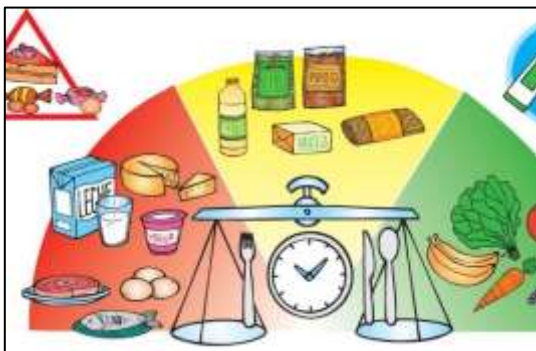
¿Cuáles son las opciones saludables que pueden implementar con la familia?

En el lugar donde vives, ¿Existen ecosistemas y cómo deben cuidarlos?



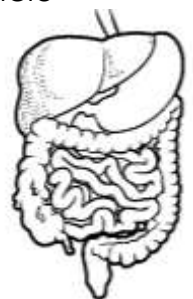
## Martes 7 de diciembre 2021

- SALUDO: Saluda a tu familia como se saludan en China, (Ni hau), haciendo un pequeño movimiento circular en el aire con la mano derecha
- FRASE DEL DÍA: "Es la salud el bien máspreciado. Y no el oro o la plata (Mahatma Gandhi)."
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Ómicron es la más reciente variante de preocupación del SARS-CoV-2; algunos datos sugieren que tiene mayor transmisibilidad que las previas.
- FRASE DE LA ESCUELA: "en la escuela se enseña que todos los mexicanos tenemos derecho al buen vivir."
- TEMA GENERAL: MEDICINA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL.
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy martes haremos el siguiente ejercicio. **Equilibrio**. Sitúe el talón de un pie casi al puro frente de los dedos del otro pie. El talón y los dedos deben tocarse, o casi tocarse. Escoja un punto frente a usted y concéntrese en ese lugar para mantenerse estable mientras camina. Tome un paso. Ponga el talón del pie al frente de los dedos del otro pie.
- MISTICA: Observa las imágenes y platica cuál es la mejor manera de cuidar el aparato digestivo.



- Platica con tu familia cuáles son los cuidados básicos del aparato digestivo: masticar bien los alimentos, comer despacio, consumir alimentos con poco picante, consumir fibra, no comer alimentos demasiados caliente o fríos, tomar agua, respetar el horario de comida, Evitar el exceso de azúcares y grasas saturadas.
- Con tu familia localiza en tu cuerpo las partes del sistema digestivo: boca, esófago, estómago, intestino grueso y delgado, hígado y páncreas
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de nombres propios con d: Daniel, Delia, Diana, Domingo, Dolores
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabras; ejemplo: Daniel mastica
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabras; ejemplo: Daniel mastica despacio
- **¿Qué es el aparato digestivo?**

Es uno de los más importantes de nuestro cuerpo ya que es el encargado de absorber los nutrientes de los alimentos y convertirlos en energía para alimentar todas las células. Nuestra salud pues, depende muy directamente de la alimentación y de una correcta digestión



**Tiempo de recordar: investiga con tu familia ¿Cuáles eran los téis que ingerían para cuidar el aparato digestivo?**

## DISCIPLINA DLI

- Realiza ejercicios sencillos de equilibrio
- Lee las palabras 3 veces al día :

# Daniel dormir dulce energía, nutriente dieta

- Narra la historia de daniel (cuento) mostrando la lámina central

**Daniel** vive en un lugar donde la mayor parte de las familias se dedican al comercio, algunos venden abarrotes, ropa, trastes, muebles, comida, **dulce** artesanal, flores, helados, verduras y frutas; y juguetes. Los días martes llegan personas de los lugares cercanos a comprar ese día lo conocen como el día del tianguis. El papá de Daniel le ha dicho que el un tianguis es un mercado. La palabra tianguis, procede del náhuatl tianquiztli que significa mercado público, es y ha sido siempre el espacio social y cultural. A Daniel le gusta ir porque aprecia los colores y sabores que venden en ese lugar y sobre todo le gusta probar lo que le ofrecen. Cuando sea grande voy a preparar ricos elotes para vender –le comentó Daniel a su papá-. Está bien hijito, pero también debes estudiar para que tengas conocimiento y puedas apoyar a las personas que lo necesitan.

En las noches cuando **Daniel** se va a **dormir** sueña que vende **dulce** y que muchos niños le compran.

¿Qué te gustaría vender o comprar?

- Actividad en libro, página 56

Describe la imagen



- Escribe la palabra Daniel

Daniel

*Daniel*

*Daniel*

*Daniel*

DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

- Lee las palabras 3 veces al día:

sacar    apartar    quitar  
disminuir    restar    extraer

Daniel estaba jugando con Pablo, Lucas y Mario con un dado a colocar y después quitar objetos, lo que más les emocionaba era cuando tenían que restar o quitar los objetos porque pensaban que se iban a quedar sin nada. Pero sabían que deben aprender a restar

- **Actividad:** Juego con canciones: Cantar la canción "cinco changuitos" Cinco changuitos brincando en la cama, uno se cayó y se pegó en la cabeza, mamá llamó al doctor, y el doctor dijo no más changuitos brincando en la cama. 4 changuitos brincando... se repite la canción con 3 changuitos brincando..... 2 changuitos brincando... un changuito brincando..... 0 changuitos. Puedes representar los changuitos con los dedos de tu mano e irlos bajando o doblando cada que un changuito se caiga.
- Realiza la siguiente actividad contando con tus dedos

5	4	3	2	2
-	-	-	-	-
2	2	2	2	0

### **DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL**

Daniel y su familia toman diferentes téls elaborados con hierbas naturales, algunas las cortan en el campo, otras las compran como: manzanilla, hinojo, menta, hierbabuena y melisa. Ellos saben bien que son parte de las tradiciones de los pueblos y que ayudan a prevenir enfermedades

- **Actividad: Prepara una infusión con manzanilla u otra planta que ayude al sistema digestivo.**
- Coloca en un recipiente las hierbas.
- Vierte la cantidad de agua hirviendo que consideres necesaria.
- Tapa la infusión. ...
- Deja reposar de 5 a 10 minutos.
- Cuela el líquido obtenido o bien retira el colador de la propia tetera y sirve.



¿Qué téls pueden tomar para cuidar el aparato digestivo?  
¿Cuáles son los comercios que hay en el lugar dónde vives?



## Miércoles 7 de diciembre 2021

- SALUDO: Saluda a tu familia como se saludan en Alemania, (Guten Morgen), estrechando la mano derecha aún más fuerte
- FRASE DEL DÍA: "La medicina tradicional ha venido aportando los conocimientos y procedimientos ancestrales."
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Mientras en cualquier parte del mundo esté activa la epidemia de Covid-19, 'puede haber no solo cuartas, quintas, sextas, séptimas olas'.
- FRASE DE LA ESCUELA: "En la escuela se considera que la importancia de la apropiación de la palabra para nombrar y expresar el mundo."
- TEMA GENERAL: MEDICINA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL.
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR: Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy miércoles haremos el siguiente ejercicio. Equilibrio. Camina en la barra de equilibrio. Imagina que estás en una barra de equilibrio y camina con un pie delante del otro mientras mantienes el equilibrio. Invita a tus hijos para que también se diviertan haciéndolo. ¡Simula ser un flamenco! Mantén el equilibrio sobre un pie siempre que puedas
- MISTICA: Poesía: las partes de mi cuerpo

Las partes de mi cuerpo hoy quiero  
aprender

Y cuando me pregunten yo responderé:

¡Las manos son para aplaudir!

¡Las piernas son para saltar!

¡Los brazos son para abrazar!

¡La boca es para cantar!

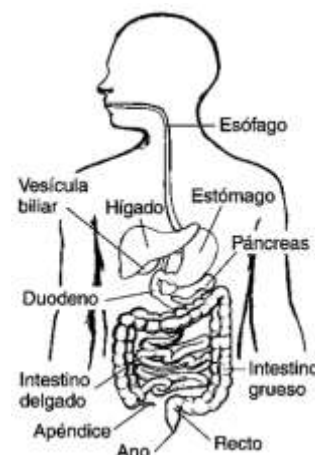
Y el corazón para querer.

- Con tu familia platica sobre Moderar la ingesta de alimentos grasos, como la mantequilla, margarina, tocino, manteca, y carnes grasas, embutidos, vísceras, natas, huevos y quesos curados. Lo mejor es preparar los alimentos hervidos, a la plancha, al horno, al vapor. Evita los condimentos fuertes, especias, picantes y alimentos demasiado quemados. Limita el consumo de platos preparados de manera industrial, ya que suelen tener exceso de grasas y sal.
- Con ayuda de tu mamá prepara verduras cocidas al vapor, comparte a tu familia
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de animales con **d**: delfin, cerdo, dodo, ardilla, dragón
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabras; ejemplo: Delfin inteligente
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabras; ejemplo: delfín inteligente y jugueton

### Sabías que:

El sistema digestivo, es el grupo de órganos que interviene en la digestión de los alimentos. Estos órganos actúan desde el ingreso de la comida al cuerpo hasta su expulsión, encargándose del tratamiento necesario para completar el proceso que incluye la absorción de nutrientes.

Los órganos huecos que componen el tracto gastrointestinal son la boca, el esófago, el estómago, el intestino delgado, el intestino grueso y el ano. El hígado, el páncreas y la vesícula biliar son los órganos sólidos del aparato digestivo. El intestino delgado tiene tres partes. La primera parte se llama duodeno.



**Tiempo de recordar: investiga ¿cómo se alimentaban para cuidar el aparato digestivo?**

## DISCIPLINA DLI

- Realiza ejercicios sencillos de equilibrio
- Lee las palabras 3 veces al día :

Daniel dormir dulce  
energía, nutriente dieta

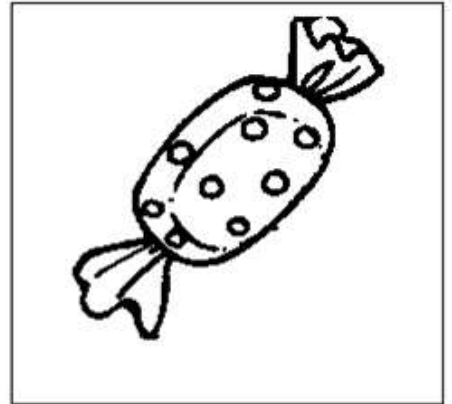
- Narra la historia de Daniel cambiando algunos hechos (cuento)
- Actividad en libro página 57
- Lee y marca las palabras escritas en las líneas



Daniel



dormir



dulce

- Escribe las palabra dormir

dormir

dormir

*dormir*

*dormir*

### DISCIPLINA SOCIEDAD Y CULTURA

- Lee las palabras 3 veces al día:

legado    vinculo    raíces  
herencia    cultural



Daniel aprende que nuestro país México está lleno de color, diversidad cultural y natural esto último representa los espacios naturales caracterizados por una baja alteración por la acción humana. Muchos de estos se encuentran bajo alguna figura normativa que los protege y es importante preservarlos porque permite la conservación de la biodiversidad, y de los ecosistemas importantes para la supervivencia de todos los seres vivos.

- Actividad: Dibuja un espacio Natural que exista en tu comunidad o Estado.

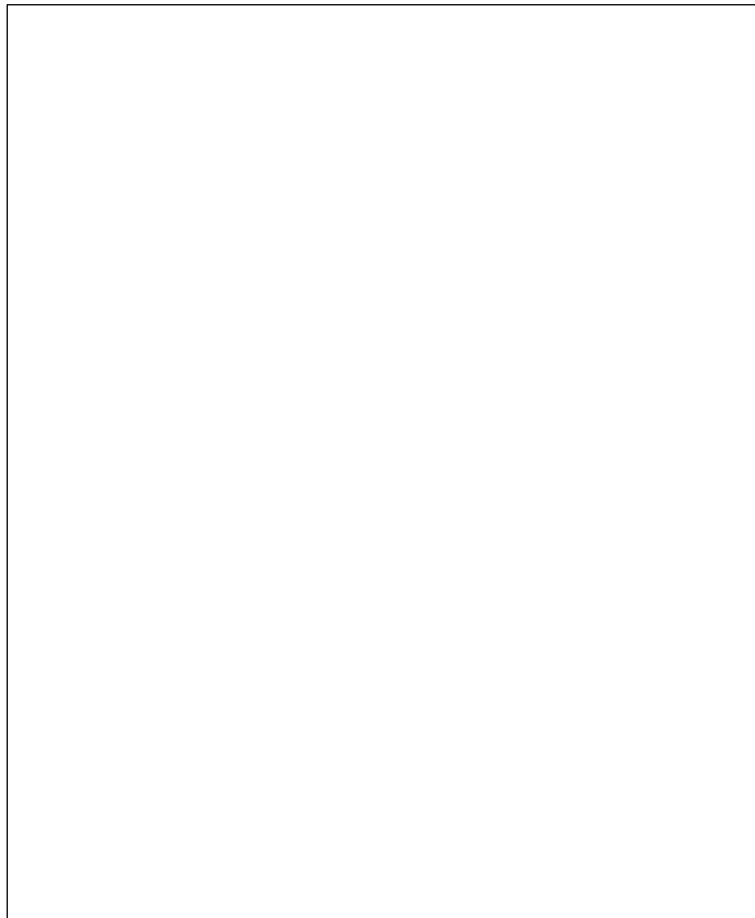
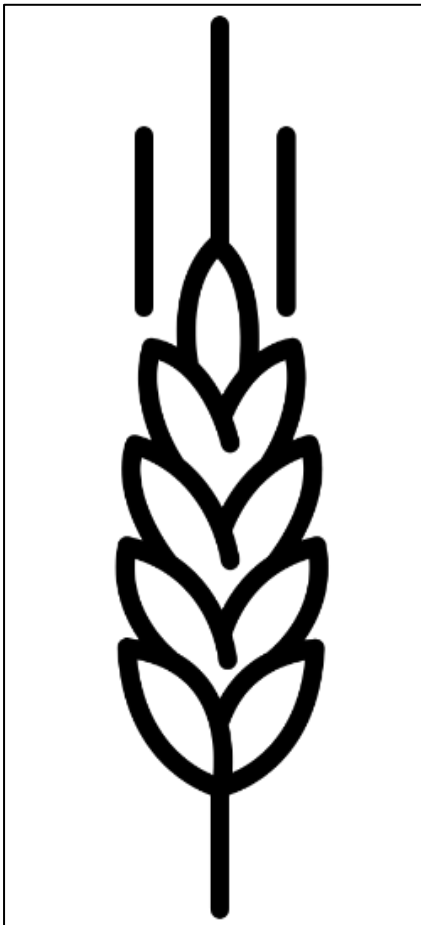
### DISCIPLINA ALIMENTACIÓN SANA

En el lugar donde vive Daniel, la Señora Delia vende agua de cebada, muchas personas van a comprarle porque esta sabrosa, también vende pan de cebada, algunas personas le compran los granos tostados para hacer café porque contiene proteínas (lisina), poco gluten, carbohidratos y gran cantidad de fibra, omegas-3, 6 y 9, vitaminas E y del complejo B, minerales (calcio, cobre, hierro, fósforo, potasio, magnesio, manganeso, zinc y selenio). Ayuda en los

siguientes casos: dolor de estómago, acidez y, regulador del tránsito intestinal y estreñimiento.



- Actividad: prepara una deliciosa agua fresca y disfruta de sus beneficios.
- Agua de cebada: se pone a cocer unos 50g de cebada en una olla, en 1L de agua a fuego lento durante unos 25 minutos. Luego se cuela y se endulza con azúcar de caña. También puede añadirse limón y/o canela.
- ¿sabes a quién le pueda ayudar en su salud el consumir la cebada?
- Copia el dibujo de la cebada



¿Cómo se sienten ser parte de las costumbres y tradiciones de nuestro país?

¿Qué alimentos debemos evitar para no afectar al sistema digestivo?

## Jueves 9 de diciembre 2021

- SALUDO: saluda a tu familia como se saludan en Francia (Bon Jour), dando cuatro besos en las mejillas
- FRASE DEL DÍA: "Las plantas tienen vida, escuchan, sienten, respiran, se alimentan, y algunas de ellas tienen células que se reproducen indefinidamente."
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: "Indudablemente llegará a México. ¿Cuándo? En algún momento, todo dependerá de la capacidad de transmisión del virus"
- FRASE DE LA ESCUELA: "En la escuela se reconstruye el tejido social, la vida comunitaria, recuperar la solidaridad de la vida en común."
- TEMA GENERAL: MEDICINA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL.
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos el siguiente ejercicio. Equilibrio. Cierra los ojos Intenta cerrar los ojos mientras te paras con los pies juntos, imagina que caminas sobre una barra de equilibrio, que haces equilibrio sobre una pierna o que caminas sobre una superficie con variaciones. Ten cuidado y apóyate en un familiar
- MISTICA: OBSERVA LAS IMÁGENES y comenta con tu familia. Cuál es la mejor manera de cuidar la salud



- Observa tus manos e identifica si están limpias. Platica con tu familia sobre la importancia de mantener las manos limpias es una de las medidas más importantes que podemos tomar para evitar enfermarnos y transmitir los microbios a otras personas. Muchas enfermedades y afecciones se propagan por no lavarse las manos con agua corriente limpia y jabón
- Dibuja tus manos "escribe" cómo deben mantenerse limpias
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras de campo semántico de plantas con **d**: dalia, abedul, damiana, gordolobo, cardamomo,
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabras; ejemplo: dalia roja
- Escribe en tu cuaderno 2 Trinas de palabras; ejemplo: dalia roja y rosa

### • Sabías que:

Las manos hacen tanto por nosotros... Son capaces de desempeñar una gran variedad de funciones: tocar, agarrar, sentir, sujetar, manipular, acariciar, etc. Son una parte vital porque definen quiénes somos y cómo nos vemos a nosotros mismos.

**Tiempo de recordar: investiga cómo portegian la piel de las manos**



**DISCIPLINA: DLI**

- Realiza ejercicios sencillos de equilibrio
- Lee las palabras 3 veces al día:

Daniel      dormir      dulce  
dedos,      uñas      palma

- Narración de la historia por los niños.
- Escriba en el cuaderno los enunciados que el niño le dicte con las palabras de estudio:  
**Daniel, dormir, dulce**
- **Actividad en el libro. página 58**
  - Escribe la palabra dulce

dulce

*dulce*

*dulce*

*dulce*



## DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

Lee las palabras 3 veces al día:

sacar      apartar      quitar  
disminuir      restar      extraer

Una tarde soleada, Daniel y su mamá fueron a comprar diez galletas, su mamá le dijo que podía comer una y guardar las demás, pero al niño le gustan mucho que pensó me como una y me quedan nueve, y si me como otra me quedarán ocho. Tal como pensaba se iba comiendo las galletas, cuando llegó a su casa solo tenía 5. Su mamá le dijo: Daniel, ¿cuántas galletas te comiste? Me comí cinco, mamá –dijo Daniel sonrojado- lo sé porque aprendí a restar. Hijo sé que aprendiste a restar, debes comer pocas galletas al día, para que no te enfermes. Daniel comprendió lo que su mamá le dijo y prometió que ya no volvería a comer muchas galletas al día.

Actividad: cuenta y quítale las letras a las palabras-

COMUNIDAD (quítale 3 letras) ¿Cuántas quedaron?

ANIMALES (quítale 2 letras) ¿Cuántas quedaron?

ÁRBOLES (quítale 1 letra) ¿Cuántas quedaron?

TIERRA (quítale 4 letras) ¿Cuántas quedaron?

CASAS (quítale 5 letras) ¿Cuántas quedaron?

5	5	5	5	5
-	-	-	-	-
5	1	2	3	4

## DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

A Daniel le gusta lavarse las manos porque es un hábito especialmente importante practicarlo, y lo hace: antes de comer, de ir al baño, después de ayudar a limpiar la casa, de tocar animales, de sonarse la nariz, toser o estornudar, así él cuida su salud y no se enfermará

- Actividad: dibuja y colorea tus manos y después lavalas



¿Cómo podemos cuidar el medio ambiente para estar sanos?

Donde vives, ¿qué actividad puedes hacer para disminuir la contaminación en el lugar?

## Viernes 10 de diciembre 2021

- SALUDO: Saluda a tu familia, como se saludan en India Indio (Jau), levantando la mano derecha".
- FRASE DEL DÍA: Alejado el hombre de la Naturaleza progresivamente se aleja de la salud"
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Ómicron cuenta con una amplia colección de mutaciones, que es una variante más contagiosa, pero no se conocen sus grados de letalidad y mucho menos si ésta burla completamente la efectividad de las vacunas."
- FRASE DE LA ESCUELA: "La escuela se aprende que debemos tener "educación para el buen vivir para todos", "
- TEMA GENERAL: MEDICINA INTEGRAL Y MEDICINA TRADICIONAL.
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy viernes haremos el siguiente ejercicio. **Equilibrio**. sobre pies y rodillas. Baja las manos. Estira una mano delante de ti y estira la pierna opuesta hacia atrás en el aire detrás de ti. Equilibrio de manos y rodillas Mantén tus músculos centrales contraídos para ayudarte a equilibrar. Ahora repite en el otro lado.

### • Mística: **Poesía: las partes de mi cuerpo**

Las partes de mi cuerpo hoy quiero  
aprender

Y cuando me pregunten yo  
responderé:

¡Las manos son para aplaudir!

¡Las piernas son para saltar!

¡Los brazos son para abrazar!

¡La boca es para cantar!

Y el corazón para querer.

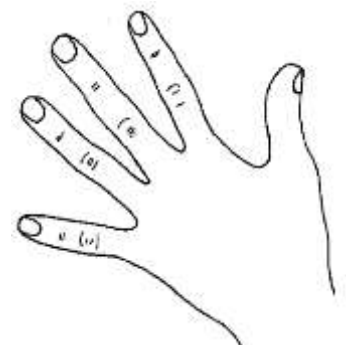
- Platicar en familia sobre la importancia cortar periódicamente las uñas: Mantener bien limpias y cortas las uñas previene de la aparición de gérmenes y bacterias que provocan infecciones
- Pide a tu mamá que te corte las uñas y las limpie porque las uñas son una zona muy importante en la limpieza porque al formar parte de las manos podrían llegar a convertirse en un vehículo de microbios y bacterias.
- Escribe en tu cuaderno 2 palabras de campo semántico de cosas que comiencen con la letra **d** ejemplo: dado, dedo, diente, diploma, domino.

- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabras; ejemplo: dado grande

Escribe en tu cuaderno 2 Trinas palabras; ejemplo: dado grande azul

### **SABÍAS QUE:**

Las uñas protegen las puntas de los dedos que son sensibles y nos ayudan a tomar objetos pequeños, constituyen una unidad funcional como órgano del tacto y órgano prensil que habilita funciones tan importantes para la vida del ser humano



**Tiempo de recordar: ¿Cómo se cuidaban las manos en el trabajo?**

### DISCIPLINA: DLI

- Realiza ejercicios sencillos de equilibrio
- Lee las palabras 3 veces al día:

Daniel      dormir      dulce  
dedos      uñas      palma

Leer los enunciados e identificar las palabras en estudio

Daniel vende donas grandes  
Todos debemos dormir bien  
El dulce es de sabor durazno

- Dictar las palabras de estudio a los niños para que las escriban. Daniel, dormir, dulce
- **Actividad en el libro 59**

### **DISCIPLINA: CULTURA AGROECOLOGICA**

El abuelito de Daniel le comentó que AGUA: es Sustancia líquida sin color, ni sabor cuya molécula está compuesta por dos átomos de hidrogeno y uno de oxígeno. Hay diferentes tipos de agua como:

#### AGUA POTABLE



El agua potable es aquella que es apta para el consumo humano y que no supone ningún riesgo para su salud, es decir, está libre de microorganismos y sustancias tóxicas. Normalmente el agua que bebemos y que está en nuestras casas no procede directamente de la naturaleza, sino que ha sido tratada previamente.

#### AGUA DULCE



El agua dulce es la que contiene muy pocas cantidades de sales disueltas y procede de las precipitaciones y del vapor de agua que proviene de los lagos, ríos y aguas subterráneas, o por el derretimiento de la nieve o el hielo.

#### AGUA SALADA



El agua que tiene un alto contenido en sal. Se trata de una solución que compone a los océanos y a los mares del planeta Tierra, el agua salada, es salada debido a la contracción de distintas sales minerales que se encuentran disueltas en el agua. La concentración de sales minerales disueltas es de un 3,5% aproximadamente.

Actividad: Realiza el siguiente experimento.

Materiales:

1. 2 vasos transparentes.
2. Agua.

3. 8 cucharadas soperas de sal

4. 2 huevos

#### PROCEDIMIENTO

Pon agua en los envases, agrega 8 cucharadas de sal en un recipiente y mezcla bien con una cuchara hasta que la sal se haya disuelto completamente en el agua.

Coloca un huevo en cada recipiente y observa cuál de los huevos flota y cuál se hunde.

Observa lo que ocurre y comenta con mamá.

¿Qué tipo de agua es la que se utiliza para el consumo humano?

#### **DISCIPLINA: ACTIVIDAD TRANSFORMADORA**

Como vimos es importante el comercio de tu comunidad, así que vamos a elaborar un producto que puedas vender en casa, que con ayuda de mamá puedas experimentar en casa.

- Palomitas

Ingredientes:

Maíz palomero

Aceite

En una olla agrega aceite y agrega una taza de palomitas tapa bien y espera que comiencen a reventar, muévelas constantemente hasta que ya no escuches explosiones, sácalas y retira las que no se reventaron, pon a enfriar y repite la operación, ahora envasa.

- Composición literaria: Elabora un cuento adivinanza, poema, rima o una canción sobre la vida en el lugar donde vives
- Elabora una pancarta sobre la importancia de preservar la naturaleza
- Elabora un cartel con el tema: "cuidado de la naturaleza y la salud"
- Prepara con tu familia una ensalada para cuidar la salud. Ensalada de lechuga, jitomate, zanahoria, cebolla y huevo duro

Lavar bien las verduras con agua fría y dejar escurrir.

Cortar la lechuga como te guste.

Cortar el jitomate

Agregar la zanahoria rallada.

Incorporar la cebolla rodajeada

Por último los huevos duros cortados.

Mezclar, condimentar a gusto..Servir

