



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

Escuela Transformadora para la Patria Digna

SEMANA 16. UNIDAD 3. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL

CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

2º PRIMARIA



Del 13 al 17 de diciembre



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica



PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y CULTURA PARA EL TRABAJO PRE-SENCIAL Y A DISTANCIA SOCIAL

2^a GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

16

CARTILLA DE ORIENTACIONES Y DE TRABAJO

BUENOS DIAS:



FECHA: del 13 al 16 de Diciembre del 2021

FRAASE DEL DIA: "Comer es una necesidad, pero comer inteligentemente es un arte."

Contexto acerca de la pandemia. Leerlo en familia

Síntomas de la variante ÓMICRON

Cansancio extremo

Dolores corporales

Dolor de cabeza

Picazón en la garganta

Fiebre baja



NO PRESENTA
•Tos o tos ligera
•Pérdida de olfato o de gusto

OBSERVACIONES:
La mayoría son hombres jóvenes de 30 a 40 años.
Se ha visto un aumento en las reinfecciones de personas que ya tuvieron Covid-19.

Fuente: SAMA

Tec Review

"Con Ómicron presente en cerca de 60 países globalmente, las prohibiciones de viaje que afectan principalmente a países africanos son difíciles de justificar", dijo este jueves en un comunicado la directora regional para África de la OMS, Matshidiso Moeti.

Hasta el momento, la variante ha sido registrada en 11 naciones de África, incluidas Túnez en el norte, Nigeria, Ghana y Senegal en el oeste, Uganda y Mozambique en el este y Zambia, Zimbabwe, Botsuana, Namibia y Sudáfrica en el sur.

Por otro lado, la llegada de vacunas al continente se ha acelerado durante las últimas semanas, si bien África sigue a la zaga del mundo con solo un 7.8% de su población -de unos 1,300 millones de personas- habiendo recibido la pauta completa de vacunación.

"Hemos pasado de una situación en la que recibíamos entre dos y tres millones de dosis a la semana a una situación en la que estamos recibiendo 20 millones por semana", celebró hoy en una rueda de prensa virtual el coordinador del Programa de Inmunización y Desarrollo de Vacunas de Salud para África de la OMS, Richard Mihigo.

FRASE DE LA ESCUELA: *"Deje que los alimentos sean su medicina y que la medicina sea su alimento".*

LEE EN VOZ ALTA

TEMA GENERAL: CUIDADOS BÁSICOS DEL APARATO DIGESTIVO

Consumir alimentos ricos en fibra; Consumir cada día de tres a cinco porciones de frutas y verduras; Comer tubérculos y raíces; Beber suficiente agua.

Moderar la ingesta de alimentos grasos, fritos; Preparar los alimentos de manera sencilla, poco condimentados; Evitar comer en exceso y los ayunos prolongados.

(Uso de carbonato, aceite de olivo y té boldo, estafiate, manzanilla-verbabuena, mezishe, aguamiel).

Procurar la ingesta de 3 a 5 comidas al día, balanceadas y con horarios preestablecidos.

CON AYUDA DE UN ADULTO LEE EN VOZ ALTA.

LAVADO DE MANOS:

Lavado frecuente con agua y jabón; aplicar crema hidratante a menudo. No exponerlas demasiado al sol. En caso necesario, por trabajo o demasiado frío, protegerlas con guantes.

Cortar periódicamente las uñas. No hacerlo con los dientes. Las uñas son anejos cutáneos rígidos situados en el extremo distal de los dedos. Tienen forma de láminas translúcidas y convexas y están constituidas por varios estratos de células córneas muy queratinizadas y sólidamente cimentadas. A pesar de su apariencia inerte, son estructuras que requieren la aplicación regular de una serie de cuidados y tratamientos específicos para mantenerlas sanas, funcionales y acordes con la imagen estética y de pulcritud que se desea transmitir. El cuidado higiénico de uñas, como no podía ser de otro modo, debe considerarse como una extensión de la higiene de las manos.

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.

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy lunes 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.

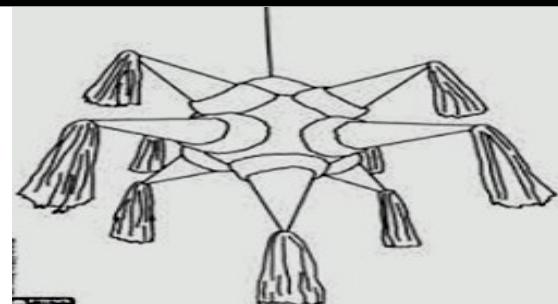
CANCIÓN PARA ROMPER LA PIÑATA. (Letra Completa)



Dale Dale Dale (No pierdas el tino) Canciones infantiles en español.mp3



Origen y significado de las piñatas.mp4



**ESCUCHA EL AUDIO Y CON
AYUDA DE UN ADULTO
CANTA.**

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
mide la distancia,
que hay en el camino.

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
porque si lo pierdes,
pierdes el camino.

No quiero oro, ni quiero plata,
yo lo que quiero es romper la piñata.

No quiero oro ni quiero plata,
yo lo que quiero es romper la piñata.

Ándale Juana no te dilates,
con la canasta de los cacahuetes,
Echen confites y canelones
pa' los muchachos que son muy
trágones,

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
mide la distancia,
que hay en el camino.

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
porque si lo pierdes,
pierdes el camino.

No quiero oro, ni quiero plata,
yo lo que quiero es romper la piñata.

No quiero oro ni quiero plata,
yo lo que quiero es romper la piñata.

Ándale Pedro, sal del rincón
con la canasta de la colación.
Yo tengo cañas de buen sabor
y tejocotes de buen color,
con cacahuates de Salvatierra,
tostado de horno y no hay mejor.
Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
mide la distancia,
que hay en el camino.

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
porque si lo pierdes,
pierdes el camino.

No quiero oro, ni quiero plata,
yo lo que quiero es romper la piñata.

No quiero oro ni quiero plata,
yo lo que quiero es romper la piñata.

Ándale niña, sal otra vez
con la botella del vino jerez,
que muy alegre está la posada,
pero a mi copa no han servido nada.

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
mide la distancia,
que hay en el camino.

Dále, dále, dále,

no pierdas el tino,
porque si lo pierdes,
pierdes el camino.
No quiero oro ni quiero plata,
Yo lo que quiero es romper la piñata.

No quiero oro ni quiero plata,
Yo lo que quiero es romper la piñata.

Castaña asada, piña cubierta,
dénle de palos a los de la puerta,
De los cerritos y los cerrotes,
saltan y brincan los tejocotes.

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
porque si lo pierdes,
pierdes el camino.

Dále, dále, dále,
no pierdas el tino,
porque si lo pierdes,
pierdes el camino.

No quiero oro ni quiero plata,
Yo lo que quiero es romper la piñata.

No quiero oro ni quiero plata,
Yo lo que quiero es romper la piñata.

Dále, dále, dále,
dále y no le dió,
quítense la venda,
porque sigo yo.

Conoce estos remedios para mejorar la salud de tu aparato digestivo.

iiiCOMPARTE!!!

Boldo

El boldo (Peamus boldus) El té de boldo es excelente para tratar enfermedades digestivas, incluyendo mejorar el funcionamiento del hígado es una planta medicinal muy eficaz para reducir el dolor y la hinchazón abdominal, la indigestión y los gases por lo que es muy recomendable su consumo de cara a combatir los estragos de los excesos navideños. Debido a su alto contenido en alcaloides, el boldo también protege el hígado.



OBSERVACIÓN ,CONTEXTUALIZACIÓN Y DIBUJO

Lee la siguiente tabla y con ayuda de un adulto, revisa que tanto de lo que dice ahí consume tu familia.

Recorta la tabla y pégala en tu cuaderno y realiza los dibujos de los alimentos que consumen en tu casa.

| Beneficios | Alimentos ricos en <u>fibra insoluble</u> | Alimentos ricos en <u>fibra soluble</u> | ¿qué tenemos que <u>cambiar para consumir</u> la fibra que necesitamos? |
|--|---|--|--|
| <p>De consumir fibra es que ayuda a prevenir la aparición de algunas <u>enfermedades</u> como el estreñimiento o la hipertensión.</p> <p>Recuerda que la ingesta de fibra siempre debe ir acompañada de suficiente <u>agua</u> para contribuir al correcto trabajo de nuestro intestino.</p> | <p>La harina de trigo integral, el salvado de trigo, <u>los frutos secos</u>, los frijoles y las verduras, como la coliflor, los frijoles verdes y las papas, chicharos, repollo, vegetales de raíz, cereales y frutas maduras.</p> | <p>la avena, ciruelas, zanahoria, cítricos, ejotes y otras <u>legumbres</u>.</p> | <p>5 <u>comidas</u> al día y con horarios lo más exactos posibles y en ellos incluir:</p> <p>2-3 raciones diarias de verduras y hortalizas.</p> <p>2-3 raciones diarias de fruta</p> <p>6 raciones semanales de cereales, preferiblemente integrales: cereales de desayuno, arroz o pasta.</p> <p>3-4 raciones semanales de legumbres.</p> |

VOCABULARIO Y FRASES: ENUNCIADOS SIMPLES Y TEXTOS

Escribe en tu cuaderno 3 enunciados simples con la información de arriba: La avena es rica.

Ahora escribe un pequeño texto en tu cuaderno utilizando las palabras subrayadas de lo que leíste arriba.

CONCEPTUALIZACION

Con ayuda de un adulto investiga el significado y escríbelo en tu cuaderno.

La fibra soluble:

La fibra insoluble:

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN



DIBUJO

Observa las imágenes de la unidad 2 Lee en voz alta con apoyo de un adulto y contesta en tu cuaderno lo siguiente: ¿Cuál es el nombre de la unidad 2? ¿Cuál es el nombre de los módulos 2 y 3 de la unidad 2? ¿Recuerdas cuáles eran las palabras de cada 2 y 3 módulo anótalas en tu cuaderno?

¡¡¡SABIAS QUE!!! Que un texto:

Es un escrito que se realiza con la finalidad de transmitir una idea, un mensaje, una opinión, un sentimiento, una crítica, una descripción o cualquier tipo de discurso que se quiera.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

Escribe en tu cuaderno las palabras: Comida, cena, desayuno, almuerzo, vegetales, frutas, carne, pollo, res, pescado, harinas, grasas, azúcares, cereales. Encierra a que campo semántico pertenece:

Ahora tu escribe en tu cuaderno un campo semántico de agricultura...

VOCABULARIO Y FRASES: ENUNCIADOS SIMPLES Y TEXTO

Forma 3 enunciados simples y un texto con las palabras subrayadas que estamos estudiando como el ejemplo anterior en tu cuaderno:

Ejemplo de enunciado simple: Las harinas hacen daño.

Ejemplo de texto: Sergio hizo una sabrosa avena en el desayuno y al abuelo Antonio le gusto mucho.

CONCEPTUALIZACIÓN

Investiga el significado de las palabras con ayuda de un adulto:
desayuno: almuerzo:

Realiza con ayuda de un familiar la lectura en voz alta de las palabras de los módulos 2 y 3.

Ahora realiza la lectura rápida de las palabras con ayuda de un familiar tres veces al día.

Señor (a) por favor hacer dictado diario en el cuaderno de los enunciados simples que va escribiendo.



CIENCIAS EJE TEMATICO: DE LA INVESTIGACION CIENTIFICA.

CONTENIDO: El orden en que aparecen los órganos de una planta durante su crecimiento.

CONTEXTUALIZACION

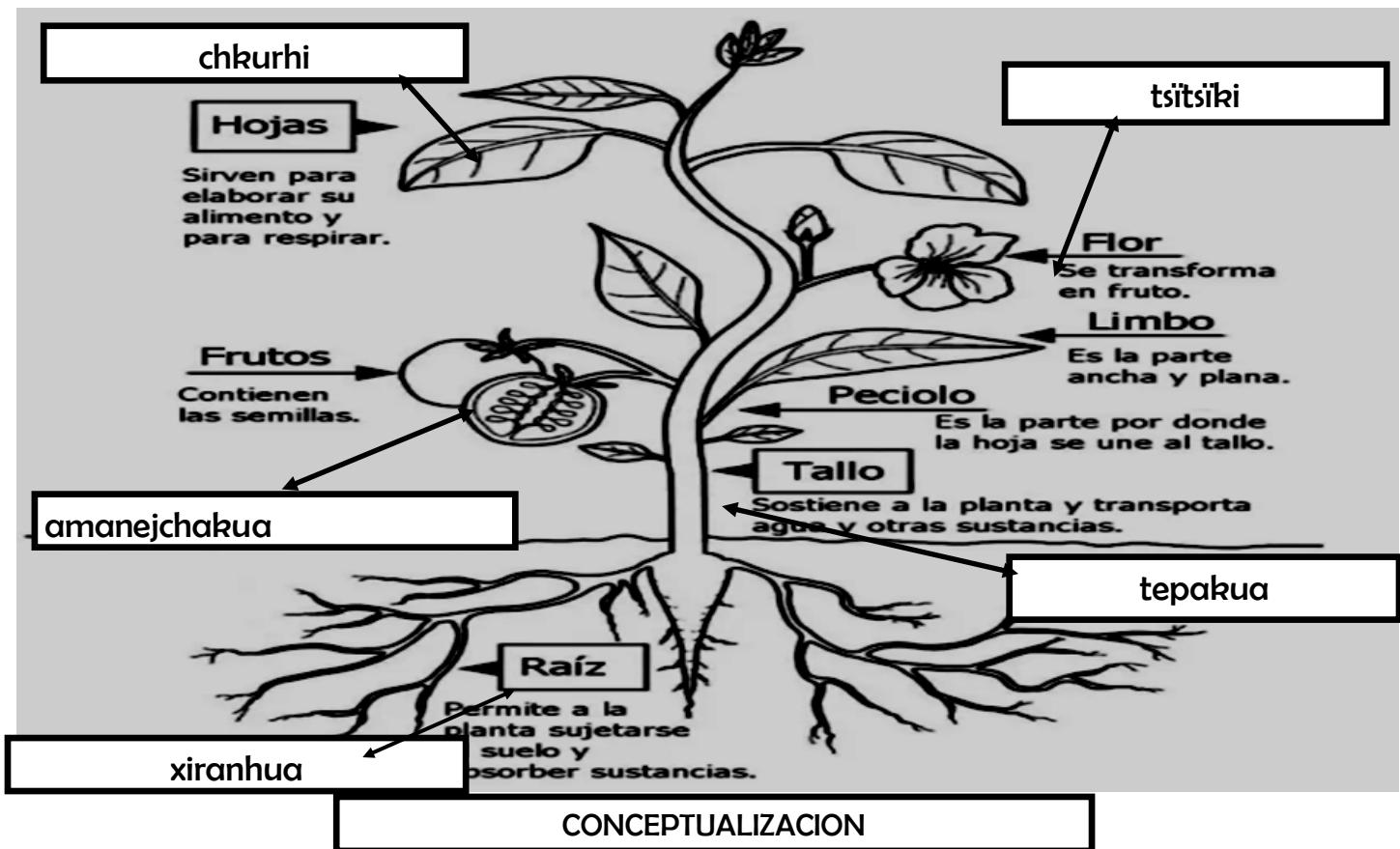
OBSERVA, LEE EL DIBUJO

LEE EN VOZ ALTA CON AYUDA DE UN ADULTO LA SIGUIENTE INFORMACIÓN:

Los órganos principales de las plantas son raíces, tallos, hojas, flores y frutos. Las raíces, los tallos y las hojas son estructuras vegetativas, es decir, llevan a cabo las funciones que hacen posible la vida de las plantas y su crecimiento. Las flores son estructuras reproductoras.

Las raíces son estructuras especializadas de las plantas, sujetan firmemente las plantas al suelo para que puedan crecer en forma vertical y no las desprenda el viento. También, absorben el agua y las sales minerales del suelo para llevarlas a las hojas de las plantas. Por su aspecto externo, se clasifican en típicas y fibrosas.

Función del tallo es transportar sustancias inorgánicas y nutrientes de la raíz a las hojas y de las hojas a todo el vegetal.



CONCEPTUALIZACION

Buscar las siguientes palabras y escribirlas en su cuaderno.

Ejemplo. Minerales: Los minerales son elementos formados por la naturaleza, es decir que no son fabricados. ... Están compuestos de uno o varios elementos químicos y algunos minerales se encuentran en el suelo, mientras que otros se encuentran dentro de las capas internas de nuestro planeta.

Inorgánicas:

Nutrientes:

POSICIONAMIENTO

Lee, escribe en tu cuaderno con ayuda de un adulto en tu cuaderno:

¿Qué sucedería si la extinción de las plantas fuera una realidad?

Cuando una especie vegetal desaparece se afectan todos los procesos ecológicos “como una especie de reacción en cascada”, Por ejemplo, si desaparece una planta de la cual se alimenta otro ser herbívoro, éste disminuirá y afectará la cadena alimenticia.

El desarrollo de la humanidad depende totalmente de los ecosistemas y los servicios ambientales que nos brindan, estos son iguales o más importantes que otros capitales como el financiero o el manufacturado. Parte fundamental de este trabajo está en las plantas; sin embargo, no se le ha dado la importancia que merece.

Este es un efecto que puede llegar, en casos graves, a que se pierda el funcionamiento del ecosistema. ” Como captación de agua, producción de oxígeno y perdida de poblaciones; lo hemos visto en poblaciones de manglares, donde, a su perdida, se vuelve susceptible a huracanes u oleajes”

REFLEXIÓN FILOSÓFICA

Lee el pequeño texto y platica con tu familia estas preguntas contéstales en tu cuaderno:

La biodiversidad es el conjunto de todos los seres vivos del planeta, el ambiente en el que viven y la relación que guardan con otras especies. Son todos los animales, todas las plantas y todos los organismos, desde los más grandes, como las ballenas o las secuoyas, hasta los más pequeños como las bacterias.

¿Por qué preocupa la pérdida de biodiversidad? ¿Cuál es el valor de la biodiversidad?

¿Cuáles son las causas de la pérdida de biodiversidad? ¿Qué medidas se pueden adoptar?

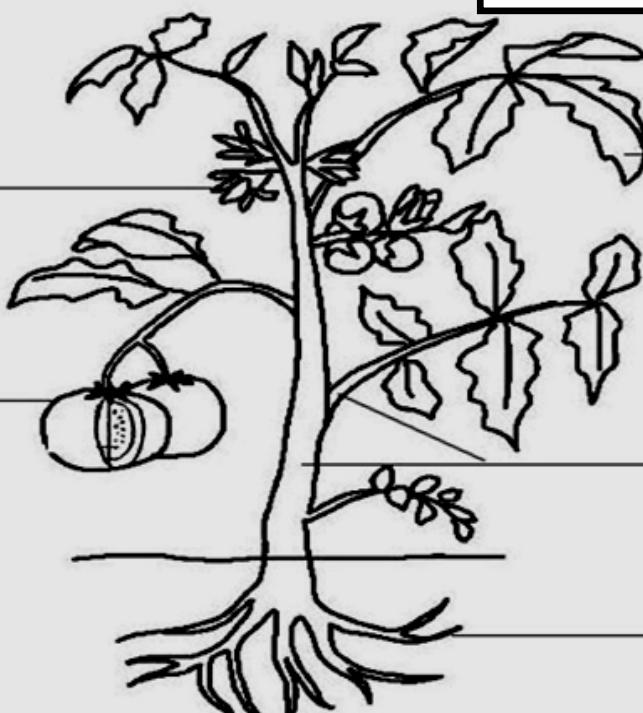
MODELO: ACTIVIDAD FINAL

1.-Lee y une cada parte de la planta y su función:

| | | |
|---------------|-------|--|
| chkurhi | Hoja | Parte que se puede comer. |
| tsütsíki | Flor | Absorbe el agua y las sales minerales. |
| amane-jchakua | Fruto | Sostiene las hojas, flores y frutos. |
| tepakua | Tallo | Parte bonita de la planta. |
| xiranhua | Raíz | Permite a la planta respirar. |

2.-Observa y escribe las partes de la planta.

En Idioma p'orhé o purépecha y español.



Con la ayuda de un adulto recolecta plantas Medicinales que están en riesgo de extinción y has tu Propio jardín con la finalidad de conservar y no dejar Que se acaben cientos de plantas utilizadas en la elaboración de medicinas están en peligro de extinción Porque se recolectan demasiado y debido a la deforestación por lo tanto hay que plantarlas.



MATEMÁTICAS

E.T. SISTEMAS TRADICIONALES DE NUMERACION

CONTENIDO: Símbolos Mayor que > menor que <, Igual Que Matemáticas Para Niños (Video Infantil)



Mayor Que, Menor Que, Igual Que, Matemáticas Para Niños (Video Infantil).mp4



Pez de papel Origami Facil de hacer - How to make a Paper fish.mp4

1.- Lectura matemática del contexto, construcción problemática y representación abstracta del contexto.

Motivación: Si los números son como hermanitos, ¿Quién es el mayor?

Realiza la siguiente tabla en tu cuaderno con los datos que se te piden y contesta la pregunta.

2.- Manejo del lenguaje matemático: caracterización – contextualización – conceptualización. 3.- Manejo de palabras claves: apropiación del conocimiento. 4.- Manejo conceptual del lenguaje matemático.

Lee con ayuda de un adulto:

En las sistemas tradicionales de numeración tenemos el igual = que se representa con dos líneas paralelas iguales, se utiliza para identificar equivalencias entre dos o más cantidades. Ejemplo: 365 días es igual a un año (365 días = 1 año).

Cuando las cantidades son desiguales utilizamos los símbolos mayor = que > y menor que < para indicar cuando un número es mayor o menor que otro. Ejemplo: 90 es mayor que 50. 80 es menor que 100.

Edades de las personas que forman parte de tu familia

Los nombres de los integrantes de la familia del más joven al más viejo

Frente a cada nombre, escribirán la edad que ya tienen en la tabla anterior



5.- Manejo de los procedimientos matemáticos 6.- Reflexión matemática, construcción de inferencias– 7.- Correlación entre ramas matemáticas, 8.- Correlación de las matemáticas con otras disciplinas 9.- Construcción de conclusiones y/o inferencias sobre las correlaciones científicas. (Dominio del conocimiento). 10.- Construcción de modelos: con ayuda de un adulto contesta, recorta y pega en tu cuaderno el ejercicio.

MAYOR **MENOR** **IGUAL**
 > < =

84 _ 34

28 _ 61

13 _ 41

21 _ 76

77 _ 64

92 _ 97

27 _ 46

38 _ 31

65 _ 82

68 _ 74

56 _ 61

70 _ 51

80 _ 34

41 _ 40

48 _ 43

95 _ 39

89 _ 48

63 _ 64

98 _ 21

11 _ 35

40 _ 23

94 _ 86

85 _ 76

71 _ 64

20 _ 31

16 _ 81

82 _ 32

33 _ 21

91 _ 50

59 _ 26

BUENOS DIAS:



FRASE DEL DIA: "No se trata de llenarte, se trata de nutrirte"

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy martes haremos el siguiente ejercicio. Equilibrio. Levante los brazos de los costados hacia arriba, hasta la altura de los hombros. Escoja un punto frente de usted y concéntrese en ese lugar para mantenerse estable mientras camina. Camine en línea recta con un pie en frente del otro. Mientras va caminando, levante la pierna de atrás. Haga una pausa por 1 segundo antes de volver a caminar. Repita por 20 pasos, alternando las piernas. (Canta la canción mientras vas haciendo la activación)

TEMA GENERAL: CUIDADOS BÁSICOS DEL APARATO DIGESTIVO



Moderar la ingesta de alimentos grasos, fritos;

Preparar los alimentos de manera sencilla, poco condimentados;

Evitar comer en exceso y los ayunos prolongados.



Conoce estos remedios para mejorar la salud de tu aparato digestivo. ¡¡¡COMPARTE!!!

Usos medicinales del estafiate, es recomendado a nivel nacional como eficaz para el tratamiento del dolor de ESTÓMAGO, llámense retortijones, cólicos estomacales o intestinales, dolor e inflamación en la boca del estómago, etc. Se le conoce como el antibiótico por naturaleza, muy usado para combatir y eliminar las bacterias estomacales o intestinales, como desparasitante.

OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

DIBUJO



Observa las imágenes de la unidad 2 Lee en voz alta con apoyo de un adulto y contesta en tu cuaderno lo siguiente: ¿Cuál es el nombre de la unidad 2? ¿Cuál es el nombre del módulo 4 de la unidad 2? ¿Recuerdas cuáles eran las palabras del módulo 4 anótalas en tu cuaderno?

¡¡¡SABIAS QUE!!! El sustantivo es una palabra que nombra o designa a personas, animales, cosas, lugares, sentimientos o ideas. ...

OBSERVA CON ATENCIÓN LAS SIGUIENTES PALABRAS EN ESTUDIO DE LOS

MÓDULOS: 2, 3 Y 4

Busca, lee y repasa las palabras de cada uno de los módulos:

Módulo 2.– Sergio, sillón, sangre, suelo, salón, sudor, sucio, salta, salud, siente, serpiente, soñar.

Módulo 3:- Tiripetío, tabique, tambor, tarea, tierra, tuza, tabla, tamales, tiene, teléfono, toca, tazas, túneles.

Módulo 4.– Sara, maestra, Ariel, oruga, pera, diario, Tere mariposa, cierra, Álvaro, ordena, flores.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

Escribe en tu cuaderno las palabras: Compresa-Vendas-Pastillas-Termómetro-Jarabe-Alcohol-Algodón-Camillas-Botiquín. Encierra a que campo semántico pertenece:

Ahora tú escribe en tu cuaderno un campo semántico de salón

VOCABULARIO Y FRASES: ENUNCIADOS SIMPLES Y TEXTO

Forma 3 enunciados simples y un texto con las palabras subrayadas que estamos estudiando como el ejemplo anterior en tu cuaderno:

Ejemplo de enunciado simple: El termómetro de Sergio.

Ejemplo de texto: Ana hizo una rica avena en el desayuno, al abuelo Antonio le gusto mucho y juntos se fueron al sillón..

CONCEPTUALIZACIÓN

Investiga el significado de las palabras con ayuda de un adulto:

compresa:

termómetro:

Realiza con ayuda de un familiar la lectura en voz alta de las palabras del modulo 4 de la unidad 2.

Ahora realiza la lectura rápida de las palabras con ayuda de un familiar tres veces al día.

Señor (a) por favor hacer dictado diario en el cuaderno de los enunciados simples que va escribiendo.



MATEMÁTICAS

E.T. MEDICION CONTENIDO: Representar

cantidades en la recta numérica.



Recta numérica.mp4

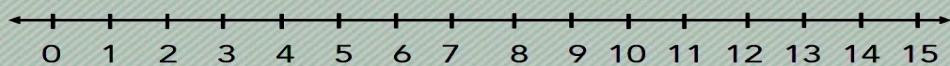
1.- Lectura matemática del contexto, construcción problemática y representación abstracta del contexto.

Motivación: Lee y observa el cuadro.

Realiza el anexo 1

RECTA NUMÉRICA

Recta numérica esta relacionada con Recta geométrica



¿Por qué flechas?

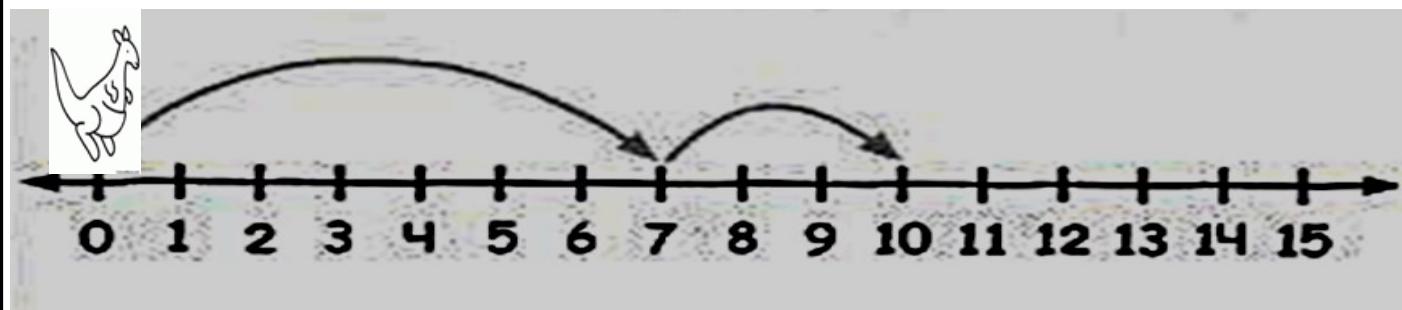
¿Cómo se representan los números naturales en una recta?

2.- Manejo del lenguaje matemático: caracterización – contextualización – conceptualización. 3.- Manejo de palabras claves: apropiación del conocimiento. 4.- Manejo conceptual del lenguaje matemático.

Lee con ayuda de un adulto: La recta numérica es una línea recta seccionada por puntos o números, a cada segmento se le da un valor correspondiente, se parte del cero como referencia y las cantidades pueden ser positivas o negativas.

La recta nos sirve para ejemplificar distintas operaciones aritméticas como la suma y la resta.

Ejemplo: Un dino dio dos saltos, en el primer salto avanza 7 metros y en el segundo salto avanza 3 metros



¿Cuántos metros recorrió en total en los dos saltos? $7 + 3 = 10$ metros

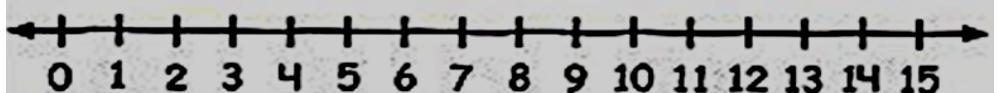
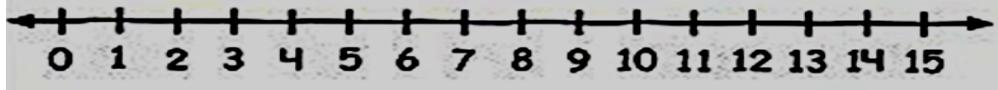
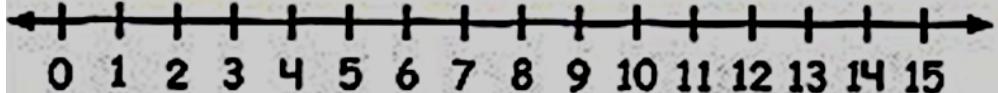
Ahora te toca a ti:

11.- Construcción y resolución de proyectos en planos de transformación social o del entorno ecológico. (Actividades de transformación). Realiza las siguientes sumas en la recta numérica en tu cuaderno:

$$9 + 4 =$$

$$5 + 7 =$$

$$3 + 4 + 5 =$$





OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

Con ayuda de un adulto trata de investigar las respuestas correctas escribe las preguntas y sus respuestas correctas en su cuaderno.

¿Cuáles de estos seres vivos están compuestos de células?

a) Animales y plantas

b) Los virus y las bacterias

c) El plancton

d) Todos los seres vivos

¿Cuál es la parte más importante de una célula?

a) La membrana

b) El núcleo

c) El citoplasma

¿Qué podemos encontrar en el citoplasma?

a) La membrana

b) El muro celular

c) Los orgánulos

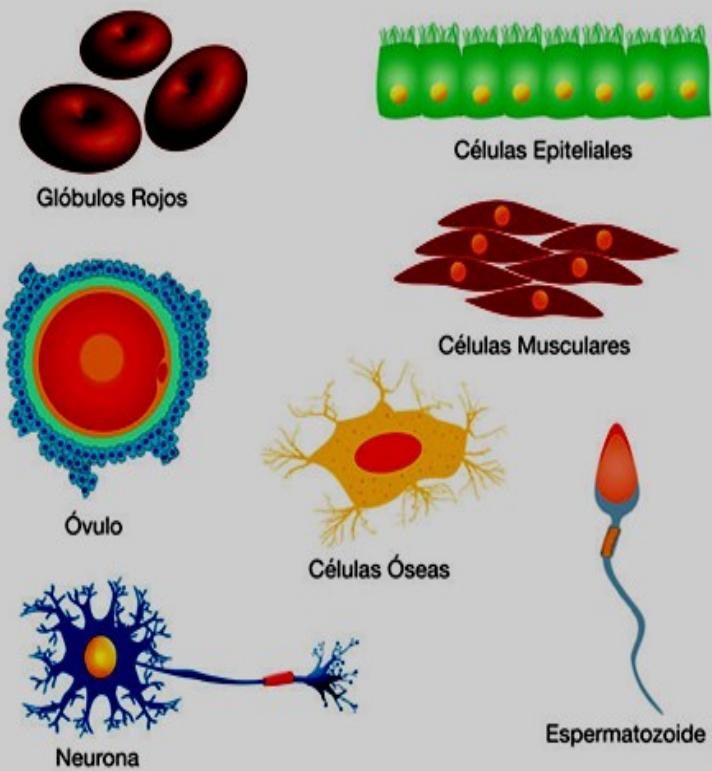
d) Las bacterias

OBSERVA EL DIBUJO

CÉLULA ANIMAL Y SUS PARTES



Tipos de Células Humanas



POSICIONAMIENTO

Lee con ayuda de un adulto la información.

La célula animal es la unidad mínima de funcionalidad que compone a los seres vivos pertenecientes a la categoría de los animales, el reino Animalia.

Toda célula animal posee las siguientes partes:

Núcleo, Nucléolo, Membrana核a, Citoplasma, Mitocondria, Vacuola, Ribosoma, Retículo endoplasmático liso, Retículo endoplasmático rugoso, Lisosoma, Aparato de Golgi, Centriolo y Membrana celular.

"Las 4 diferencias entre la célula animal y la vegetal"

Tipos y funciones: Podemos establecer una clasificación de células animales según sus funciones y tipo de tejidos y órganos biológicos que suelen constituir al agruparse entre sí. Veamos cuáles son estas categorías básicas. Eso sí, no todos están presentes en todas las formas de vida animal.

1. Células epiteliales

Este tipo de célula animal forma estructuras superficiales y de apoyo al resto de tejidos. Forman la piel, glándulas y ciertos tejidos especializados que cubren partes de órganos.

2. Células conjuntivas

Estas células tienen como objetivo crear una estructura interconectada que, más allá de la piel, mantengan todas las partes internas en su sitio. Por ejemplo, las células óseas, que están incluidas en esta categoría, forman los huesos, estructuras rígidas que mantienen el resto de elementos en su sitio.

3. Células sanguíneas

Este tipo de células animales permiten que todos los nutrientes, vitaminas y moléculas necesarias para la vida viajen a través del sistema circulatorio, por un lado, y evitar que agentes externos nocivos se propaguen por el organismo, por el otro. Así, su actividad está ligada al movimiento. En esta categoría están incluidos los glóbulos rojos y los glóbulos blancos, o eritrocitos y leucocitos, respectivamente.

4. Células nerviosas

Este es uno de los tipos de células más característicos de la actividad de los animales, pues estos seres vivos se caracterizan por su capacidad de moverse y de procesar muchos tipos de información correspondiente a este cambio constante de entorno. Se trata de una categoría que incluye a las neuronas y a las células gliales, gracias a las cuales los impulsos nerviosos viajan por el organismo.

5. Células musculares

Las células musculares forman fibras con la capacidad de contraerse y relajarse dependiendo de las órdenes que lleguen a través del sistema nervioso.

REFLEXIÓN FILOSÓFICA:

Platica con un adulto si saben que enfermedades y trastornos están directamente asociados con las células.

Lee y comenta si sabias esto!!!

Aunque muchas enfermedades, trastornos o padecimientos afectan de algún modo las células, algunas están directamente relacionadas con alteraciones celulares que no tienen origen en una bacteria, un virus u otro microorganismo. Por ejemplo:

Cáncer: Las células se multiplican de forma anormal y al extenderse hacia áreas donde normalmente no crecen, forman bultos o excrecencias que pueden devenir en tumores y producir la muerte.

Las neoplasias de células plasmáticas son cancerosas (relativas al cáncer).

Algunas enfermedades mitocondriales son la diabetes mellitus y las relacionadas con la esclerosis múltiple.

Anemia falciforme: Los glóbulos rojos adquieren una forma curva debido a una mutación en el gen de la hemoglobina.

Para proteger nuestras células, necesitamos nutrientes esenciales que actúan como fabricantes de células. En caso de escasez de estas sustancias tan importantes, las células pierden su eficacia y ya no pueden desempeñar sus funciones adecuadamente.

Un suplemento dietético óptimo, tomado de acuerdo con los criterios de la Cronobiología, que pone a disposición las sustancias necesarias en el momento más adecuado del día puede mantener nuestras células sanas y ayudar el organismo humano en el mantenimiento de determinadas células. De esta manera, se pueden erradicar varias enfermedades o, al menos, ralentizar su desarrollo.

ACTIVIDAD FINAL

Ya que sabes tanta información sobre las células platica con tu familia.

Como pueden consumir estas vitaminas.

Por lo pronto realiza una investigación en que alimentos los puedes encontrar.

Escribe los nombres y realiza los dibujos o recortes de revistas y pégalos en tu cuaderno.

Vitaminas para la protección de las células
(a tomar por la mañana):

Vitamina A

Carotenoides naturales

Vitamina D

Vitamina E

Colina

Vitamina B6

Inositol

Vitamina C

Vitamina K

Bioflavonoides cítricos

Calcio

Magnesio

Manganese

Boro

Cromo

Selenio

Molibdeno

Yodo

TEMA DEL DIA MIERCOLES Y JUEVES POR DISCIPLINA DLI

BUENOS DIAS:



FRASE DEL DIA: “El que bien come y bien digiere, sólo de viejo se muere.”

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: durante los comerciales de la televisión, mientras esperas el autobús, cuando lees las noticias. Está atento a las oportunidades diarias para practicar. No se te olvide tomar agua al terminar (Canta la canción mientras vas haciendo la activación)



Dale Dale Dale (No pierdas el tino) Canciones infantiles en español.mp3

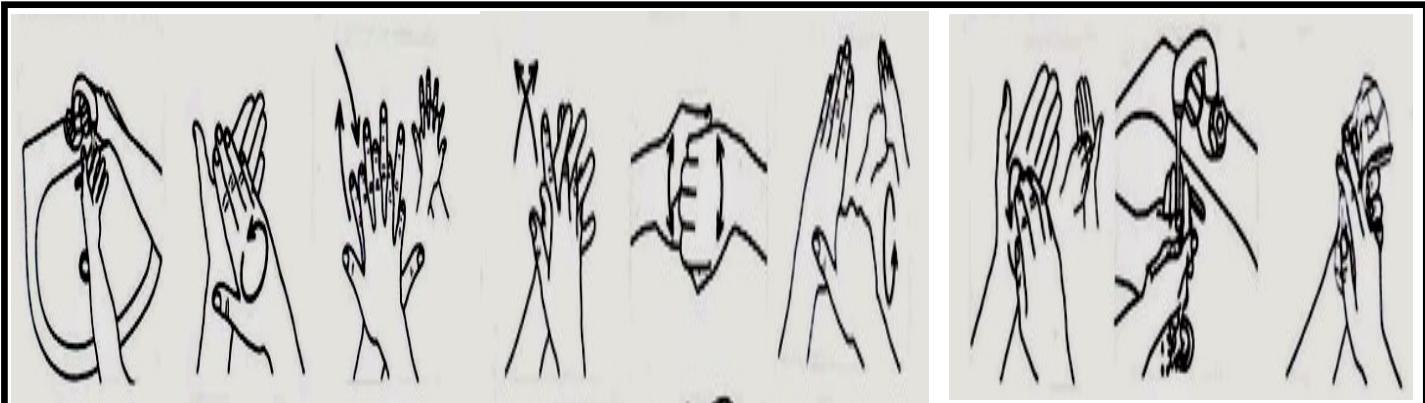
TEMA GENERAL: LAVADO DE MANOS

Lavado frecuente con agua y jabón; aplicar crema hidratante a menudo. No exponerlas demasiado al sol. En caso necesario, por trabajo o demasiado frío, protegerlas con guantes.



Cómo lavarse las manos - Lavado de manos en 10 pasos - Higiene de manos.mp4

Observa y recorta las imágenes y pégalas en tu cuaderno. Escribe los pasos para lavarse las manos.



Conoce estos remedios para mejorar la salud de tu aparato digestivo. ¡¡COMPARTE!!!

La manzanilla es una de las hierbas más populares para aliviar males comunes, no por nada las abuelitas nos recomiendan tomar té de manzanilla cada que no podemos dormir o cuando nos duele el estómago.

La hierbabuena o yerbabuena, conocida científicamente como *Mentha spicata*, es una planta medicinal y aromática con propiedades que ayudan a tratar problemas digestivos, como mala digestión, flatulencia, náuseas o vómitos, además de poseer efectos calmantes y expectorantes.



OBSERVACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

DIBUJO

LIBRO: "Las piñatas mágicas" escucha el audio

¿Qué cosas acostumbran a hacer durante la temporada navideña?

¿Qué es lo que más les gusta de la época navideña? ¿Por qué?

¿Qué cosas no te agradan de la época navideña?

¿Alguien tiene alguna costumbre especial para celebrar la navidad con su familia?



Las piñatas mágicas..mp3

¡¡¡SABIAS QUE!!! Los sustantivos en singular nombran a una sola persona, animal o cosa. Por ejemplo: vaca, lápiz, toro.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

Escribe en tu cuaderno las palabras : Carnitas michoacanas , guacamaya, birria, guacamole, tamales, huevos rancheros, coctel vuelve a la vida, aguachile, enchiladas, chiles en nogada, cochinita pibil y pozole a que campo semántico pertenecen:__

Ahora tú escribe un campo semántico de NAVIDAD en tu cuaderno.

VOCABULARIO Y FRASES: ENUNCIADOS SIMPLES Y TEXTO

Forma 3 enunciados simples y un texto utilizando las palabras de el campo semántico de Navidad. Ejemplo de enunciado simple: La navidad fría.

Ejemplo de texto: Ana y el abuelo Antonio le gusto mucho la navidad pues llega toda la familia.....

CONCEPTUALIZACIÓN

Investiga el significado de las palabras con ayuda de un adulto:

arcilla:

jacal:

alfarero:

Cómo hacer una piñata:

Elaboramos una piñata en FAMILIA.

Primero hay que decidir la figura que se le va a dar, hacer un dibujo y pensar en el colorido.

Materiales:

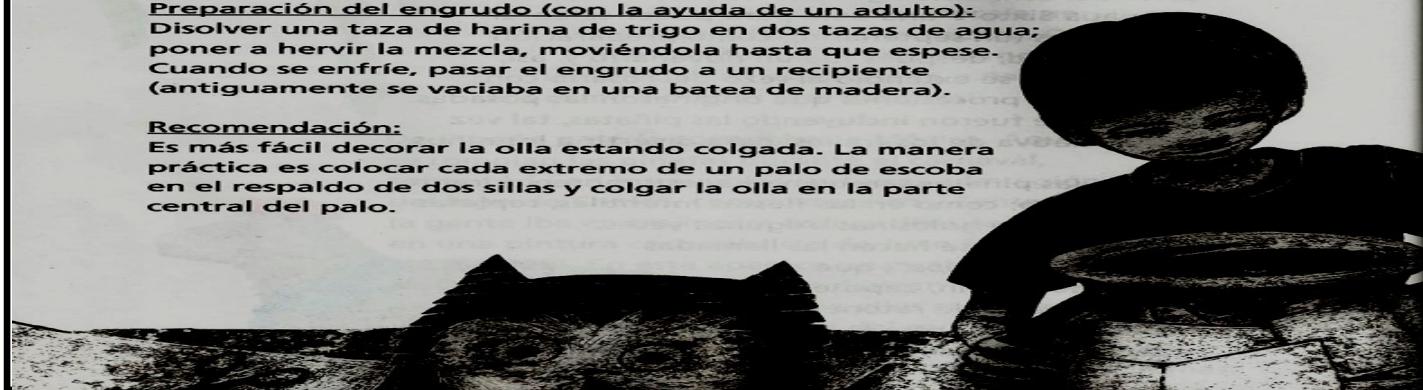
Una olla piñatera, de barro con dos agujeros para poder colgarla
Papel periódico, cartoncillo y papel de China de diferentes colores
Regla, lápiz y tijeras
Brocha y engrudo (o pegamento).

Preparación del engrudo (con la ayuda de un adulto):

Disolver una taza de harina de trigo en dos tazas de agua; poner a hervir la mezcla, moviéndola hasta que espese. Cuando se enfríe, pasar el engrudo a un recipiente (antiguamente se vaciaba en una batea de madera).

Recomendación:

Es más fácil decorar la olla estando colgada. La manera práctica es colocar cada extremo de un palo de escoba en el respaldo de dos sillas y colgar la olla en la parte central del palo.



Modo de hacer una estrella:

Primero, usando la brocha, se embadurna la olla con engrudo; luego se forra con pedazos de papel periódico (dos capas son suficientes) y se deja secar. Para hacer los picos de la estrella, con el cartoncillo se forman cinco conos y se pegan en la olla. Mientras secan, se corta el papel de China en tiras, que dobladas, enchinadas, lisas o picadas se irán pegando para adornar la piñata según el modelo diseñado. Por último, alrededor de la boca de la olla se le pone un papel de China para disimular el agujero y, por fin, se llena de fruta. ¡Ya está lista para que la rompan!

Las piñatas en forma de estrella que se rompían durante el carnaval llevaban siete picos, pues representaban los siete pecados capitales y había que acabar con ellos a palos. Cuando fueron parte de las posadas, ya sólo se les ponían cinco picos, pensando en la estrella que guió a los Santos Reyes a Belén.

Aprendemos, reescribimos y cantamos versos para romper la piñata

Bajen la piñata, bájenla tantito,
que me den de palos
poquito a poquito

No quiero fruta, ni quiero plata,
¡Yo lo que quiero es romper la piñata!

SOCIEDAD Y CULTURA E.T. LA ESCUELA COMO ESPACIO PARA LA ORGANIZACIÓN COMUNITARIA Y POPULAR.

ORGANIZAR ASAMBLEAS: Tradiciones y costumbres de mi municipio.

CONTEXTUALIZACIÓN.

Contesta en tu cuaderno con ayuda de un familiar con la Ayuda de un familiar

¿Qué sabes de las inundaciones en el sureste mexicano? ¿Cómo ocurrió? ¿Dónde? ¿Cuándo?

¿Ha ocurrido algo parecido en tu comunidad? ¿Qué sucedió y cuándo?

¿Qué hizo la comunidad? ¿Cómo se organizaron?

DIBUJO.

En tu cuaderno dibuja como quedó tu comunidad con el desastre natural.

CONCEPTUALIZACIÓN.

Con la ayuda de tu diccionario busca las siguientes definiciones.

Desastre natural:

Ayuda Humanitaria :

Organización comunitaria:

Asamblea comunitaria:

VALIDACIÓN Y POSICIONAMIENTO.

Lee la siguiente información si se te dificulta pídele ayuda a un adulto.

CONOCIMIENTO DE LA HISTORIA

Las primeras apariciones de las organizaciones sociales en nuestra civilización se presentan desde la prehistoria en donde grupos de personas nómadas, denominados hordas, se dividían los trabajos y deberes para encontrar alimento suficiente para todos, así como satisfacer todas aquellas necesidades grupales que surgían.

COMPRENSIÓN DEL CURSO DE LOS ACONTECIMIENTOS

A lo largo de la historia la humanidad ha tenido que enfrentar y sortear una infinidad de situaciones, que los obligaron a organizarse, es por ello las organizaciones han estado presentes en nuestra historia como especie, que las creamos con la finalidad de tener una mejor estructura social.

RELACIONAR LOS SUCESOS

Con el paso del tiempo se volvieron necesarias en nuestra civilización y para el desarrollo y crecimiento de ésta. A pesar de que los intereses de las organizaciones actuales han cambiado y que, obviamente, ya no son los mismos que los de antes, la idea y el fundamento del concepto de organización sigue siendo el mismo, “un grupo de personas unidas con un fin o un bien común”.

La escuela como centro del quehacer comunitario. Todo proceso requiere de un trabajo organizativo; la escuela puede ser el espacio que permita coadyuvar en organizar a la comunidad, realizando primero el llamado para una asamblea inicial con los miembros de la comunidad.

REFLEXIÓN Y ABSTRACCIÓN.

Basándote en la lectura resuelve las siguientes preguntas.

Contesta trabajar o resolver problemas, solo o en equipo? ¿te preguntas cuál es la mejor opción para ti?

¿Cómo resolver el problema? ¿Quiénes participan en la solución?

Ambas lo son, solo que para distintos momentos, y ambas tienen sus ventajas y sí, algunas desventajas también...Pero resolver un problema de gran magnitud es otra cosa.

PREDECIR – PROYECTAR – TRANSFORMAR.

Anota y contesta en tu libreta con ayuda de un familiar.

¿Está organizada tu escuela con tu comunidad? ¿Realizan trabajo comunitario?

¿Por qué es importante la Organización Comunitaria?

¿El trabajo en equipo puede beneficiar a una comunidad?

¿Qué aplicaciones crees que puede tener éste en tu comunidad, o en una organización?

¿Cómo ayudaste a los damnificados por las inundaciones?

Invita a la participación ciudadana en el trabajo colectivo, colaborativo, cooperativo

En tu familia y comunidad.

ALIMENTACION SANA

UNIDAD 3 MÓDULO 4

Platillos de mi región (estado o municipio).

Los ingredientes que dan sabor y olor: las especias, ajo, cilantro, etc.

Elaboremos nuestro platillo regional favorito

OBSERVACIÓN CONTEXTUALIZACIÓN

Con ayuda de un adulto contesta en tu cuaderno:

¿Tienen un platillo favorito en tu familia que preparen ahora en Navidad?

¿Cuándo lo preparan? ¿Es un acontecimiento familiar?

¿Cuál es el nombre de ese platillo familiar favorito?

¿Conocen en el lugar donde vives ese platillo?

Investiga ¿Cuáles son los platillos típicos de tu región donde vives?

DIBUJO

Ahora haz el dibujo de ese platillo favorito en la familia y otro dibujo del platillo regional que investigaste.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMÁNTICOS

Lee en voz alta con ayuda de un adulto.

Desde corundas hasta aporreadillo, la cocina michoacana es un tesoro de nuestro país

Sopa tarasca. Se hace con frijoles molidos, puré de jitomate y chile pasilla seco. ...

Corundas. Es como un tamal, pero de forma triangular. ...

Enchiladas moreliananas o placeras..

Morisqueta. ...

Carnitas estilo Michoacán. ...

Aporreadillo. ...

Uchepos.

Churipo

Olla podrida

Pozole batido

Charales

tortas de tostada

nieve de pasta de Pátzcuaro

chongos zamoranos etc.....

VOCABULARIO Y FRASES: ENUNCIADOS SIMPLES Y TEXTOS

Forma 3 enunciados simples y continuamos con el texto con las palabras que estamos estudiando en tu cuaderno termina el texto. ¿Qué le pidió escribe con las palabras de la lectura de arriba?.

Ejemplo: Las corundas tienen queso

Ejemplo: Ana hizo una rica avena en el desayuno, al abuelo Antonio le gusto mucho; juntos se fueron al sillón a saborear unos ricos tamales de mole. Ana de postre le pidió al abuelo Antonio _____.

CONCEPTUALIZACIÓN

Investiga el significado de las palabras con ayuda de un adulto:

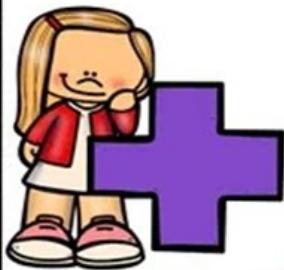
morisqueta:

charales:

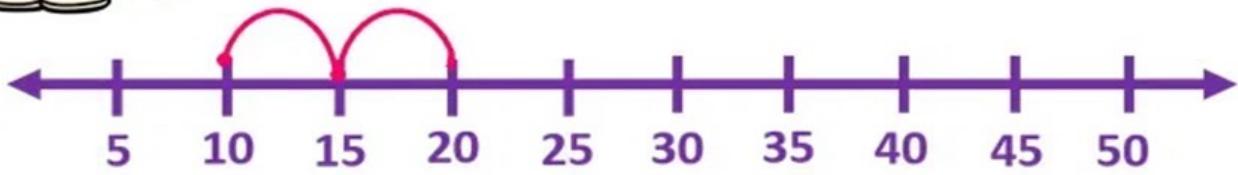
EVALUACIÓN

Escribe en tu cuaderno el platillo favorito de tu familia con los siguientes datos:

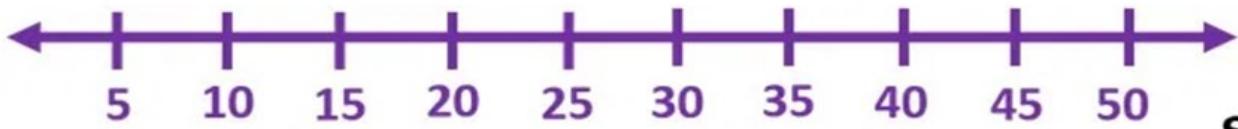
Nombre, Ingredientes, procedimiento y dibújalo



Sumas con recta numérica

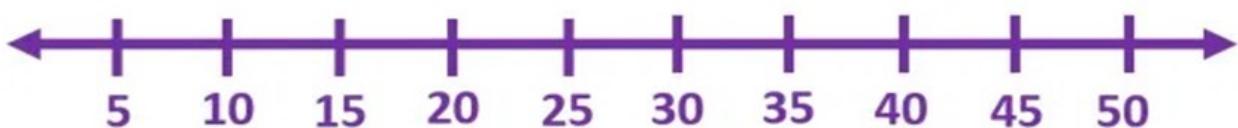


$10+10=$

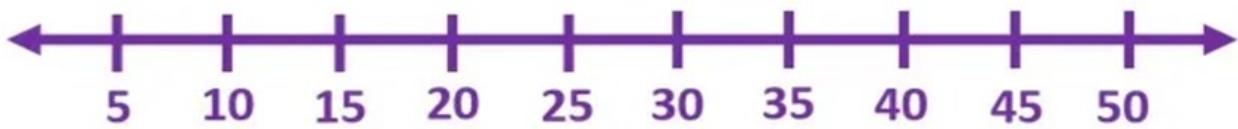


$10+15=$

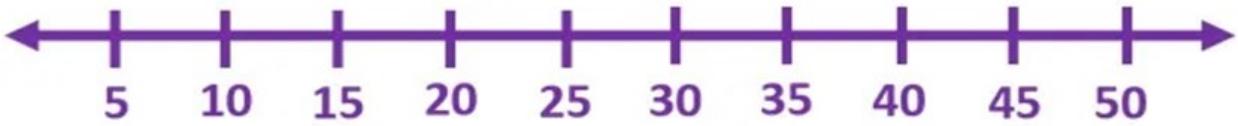
By acrbio



$25+30=$



$5+35=$



$40+5=$