



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

**Sección XVIII, Michoacán.**

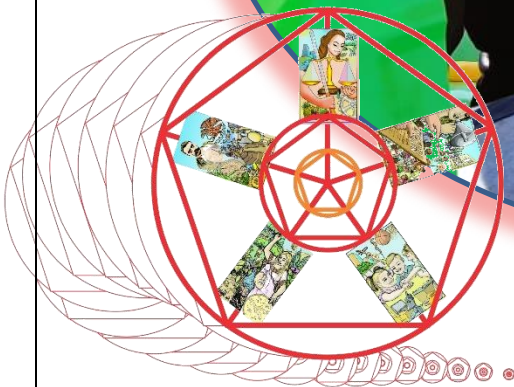
*Escuela Transformadora para la Patria Digna*

**SNTE**  
SECC. XVIII

4ª. unidad 3er modulo

# /2022

**1. PREESCOLAR**



**PDECEM**



Educación para el buen vivir

Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

**Lunes 24 de enero del 2022**

UNIDAD 4 MODULO 3

**Saludo del día:** Se mostrará una lámina con una serie de saludos, se elegirá a una persona que será la que dará la forma para realizar el saludo del día de hoy.

**Frase del día:** "Es la marca de un hombre verdaderamente educado saber qué no leer (Ezra Taft Benson)"

**Contexto a cerca de la pandemia:** Sabes que en el estado de Michoacán se estableció el uso obligatorio del cubrebocas. El decreto precisa que el uso del cubrebocas es obligatorio para todas las personas que se encuentren en el territorio del Estado de Michoacán, en vías y espacios públicos entorno al aire libre, al interior de establecimientos, ya sea públicos o privados, así como para usuarios, operadores y conductores de los servicios de transporte público.

**Tema general:** LA ASAMBLEA.

**Activación física:**

- 1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema
- 2.-calentamiento
- 3.-mov. tronquial o mecida (anfibia)
- 4.-reptar o arrastre (reptil)
- 5.-gatear (cuadrúpedo)

- 6.-posicion totalmente erguida (humano)
- 7.-braqueo (pasamanos)
- 8.-caminata, maratón y carrera.
- 9.-respiracion
- 10.-hidratacion

**Mística:** Poema

No acabarán mis flores,  
no cesarán mis cantos.  
Yo cantor los elevo,  
se reparten, se esparcen.  
Aún cuando las flores  
se marchitan y amarillean,  
serán llevadas allá,  
al interior de la casa  
del ave de plumas de oro.

**Observación.**

Continuamos con el tema de las Asambleas. En ésta ocasión hablaremos de sus componentes. El primero de sus componentes es la convocatoria. Ésta será convocada por el representante legal de la sociedad, mediante comunicación escrita dirigida a cada integrante con una antelación mínima de cinco (5) días hábiles. En el aviso de convocatoria se insertará el orden del día correspondiente a la reunión, así como a fecha y hora a realizarse.

**Vocabulario y frases:**

Escucha con atención la lectura de las siguientes palabras que papá o mamá te leerán.

convocatoria representante, integrante, fecha.

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico de



convocatoria.

**representante**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**representante**

**electo**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.

Ejemplo:

**intengrante**

**votando**

**acuerdos**

**DISCIPLINA: DESARROLLO LINGUISTICO INTEGRAL**

Lee las palabras :

Gisela      agua  
opinión      democracia

Mural

Dibuja lo que conoces del mundo vegetal.

## DISCIPLINA: Ciencia

Muchas veces no le damos la debida importancia a los bosques, jardines y parques. Creemos que el tema de la reforestación, la conservación de la Amazonía, los bosques y selvas que aún persisten en el planeta, sobreviviendo a la devastación generada por nosotros "los humanos"; son cosas de ecologistas.

Por lo mismo, realizaremos un sencillo experimento. Se requiere:

3 galones de plástico vacíos.

Se recortan por una cara, dejando la salida circular sin tocar.

En los tres envases, pondremos tierra. En uno de ellos, colocaremos un poco de pasto o vegetales que hay en nuestro entorno. En el otro, colocaremos hojas secas de las que se encuentran en nuestro alrededor, debajo de los árboles. El último, solo tendrá tierra.

Se tienen que ver más o menos de ésta forma:



Intentemos hacer lo que en el ejemplo. ¿Es el resultado parecido? ¿Para qué nos sirve la vegetación a nuestro alrededor?

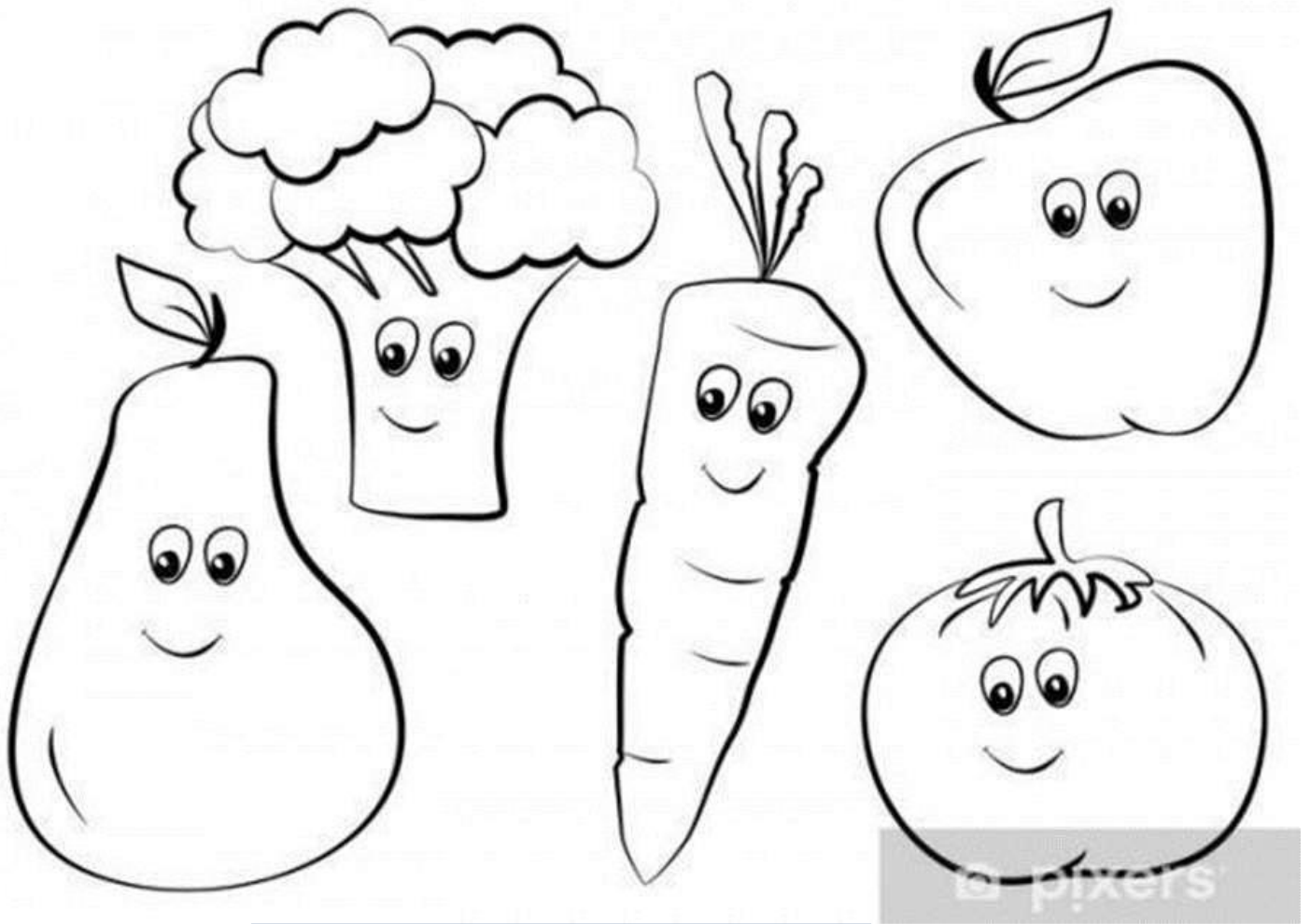
## DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA

Comparadas con los otros alimentos, las frutas y hortalizas se caracterizan por una extrema diversidad de tamaño y forma.





Actividad 1: colorear las siguientes frutas y hortalizas con colores, según corresponda.



**Martes 25 de enero del 2022**

UNIDAD 4 MODULO 3



**Saludo del día:** mostrará, en la siguiente ilustración en la forma que se saludarán el día de hoy.

**Frase del día:** “El educador es el hombre que hace que las cosas difíciles parezcan fáciles (Ralph Waldo Emerson)”

**Contexto a cerca de la pandemia:** El COVID-19 Del uso del cubrebocas obligatorio, quedan exentos pacientes inmunodeprimidos, asmáticos, con fibrosis quística, cáncer, lesiones faciales, personas con trastornos cognitivos, respiratorios o auditivos, discapacidades u otros trastornos de salud específicos que pudieran interferir con el uso correcto del cubrebocas.

**Tema general:** LA ASAMBLEA

**Activación física:**

- |  |   |
|--|---|
| 1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema | 6.-posicion totalmente erguida (humano) |
| 2.-calentamiento                               | 7.-braqueo (pasamanos)                  |
| 3.-mov. tronqual o mecida (anfibia)            | 8.-caminata, maratón y carrera.         |
| 4.-reptar o arrastre (reptil)                  | 9.-respiracion                          |
| 5.-gatear (cuadrúpedo)                         | 10.-hidratacion                         |

**Mística:** ¿Qué observas en la imagen?



¿Te parece correcto el uso del suelo?

### **Observación.**

De los componentes de la asamblea, una vez cubierta la convocatoria, le siguen el registro de asistencia, que es donde los participantes se anotan para hacer constar su asistencia, posteriormente, se hace un conteo para registrar si existe quorum suficiente para poder instalar la asamblea, el cual constaría de la mitad más uno de todos los componentes de población. ¿Ya conocías éstos detalles? Platícalos con tu familia.

### **Vocabulario y frases:**

Escucha con atención la lectura de las siguientes palabras que papá o mamá te leerán.

**Gisela, Griselda, Gustavo, Gloria**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de hombre o mujer que tengan la letra G.

**Gisela** \_\_\_\_\_

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**Gisela** \_\_\_\_\_

**ríe** \_\_\_\_\_

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.

Ejemplo:

**Gustavo** \_\_\_\_\_

**se** \_\_\_\_\_

**anota** \_\_\_\_\_

Lee las palabras :

Gisela                      agua  
participar              opinión              democracia

Narra la historia de Gisela

Voy a contarte la historia de Gisela una niña que arrancaba las hojas de los árboles y destruía las flores porque creía que las plantas no estaban vivas. Un día la maestra le dejó de tarea cultivar una semilla en casa, Gisela puso un frijol en un frasco con un poco de algodón, y con su mamá le pusieron agua todos los días, la sacaban a que le dieran los rayos del sol, y poco a poco la vieron crecer y hacerse fuerte, tanto que ya no cabía en el frasco así que decidieron plantarla en una maceta más grande y seguir cuidándola, poniéndole agua de forma adecuada. Gisela comprendió que las plantas son seres vivos que debemos cuidar y amar, pues nos dan oxígeno para vivir. Desde entonces ella cuida las plantas, no sólo las de su casa, sino las de su escuela, su comunidad y las de todas partes

Colorea la lámina central.



Repasa la palabra en los 3 espacios.

Gisela

→ Gisela

→ Gisela



Gisela te muestra las partes que conforman las plantas. Copia las palabras en el lugar que corresponda.

# Partes de la planta

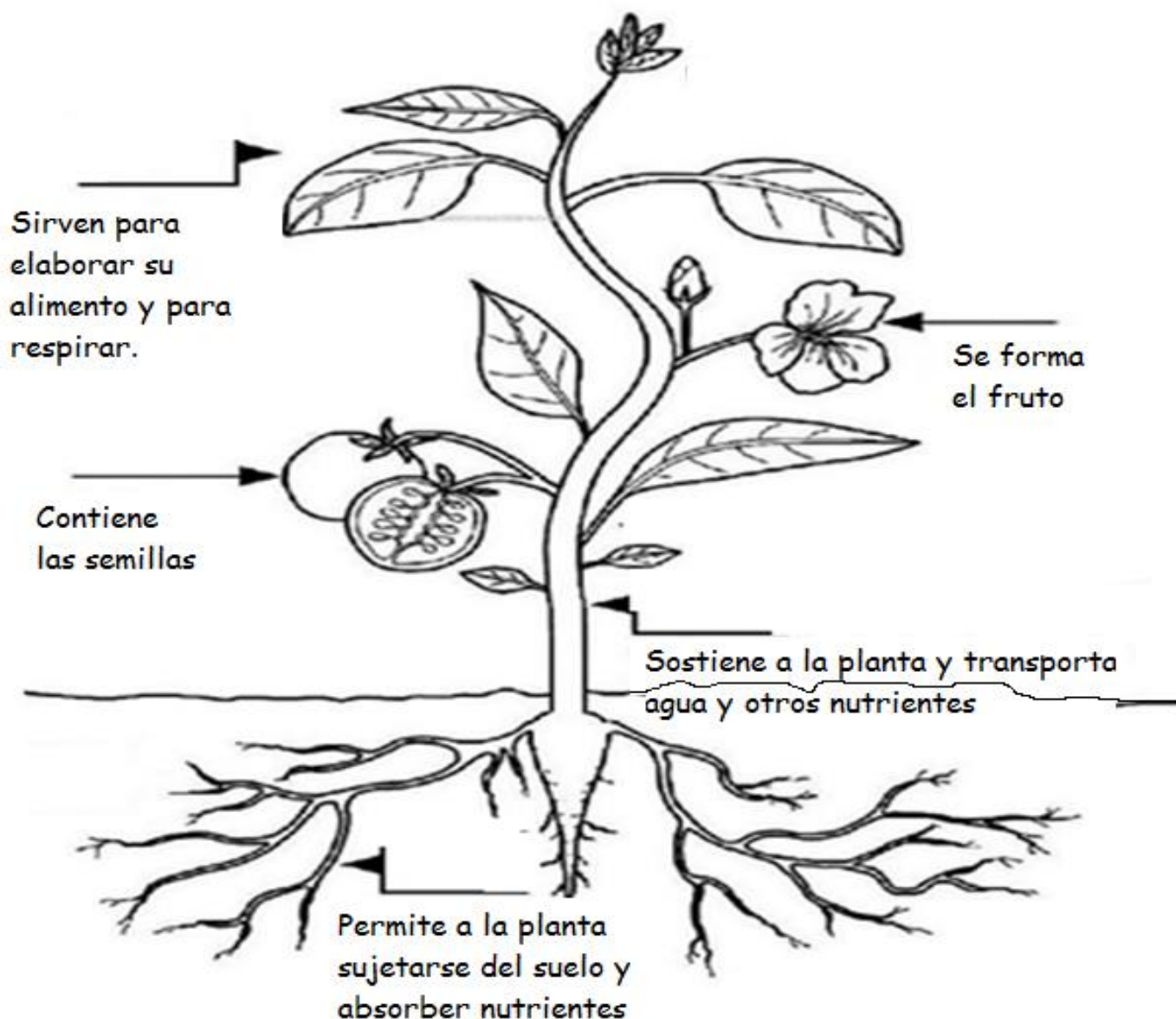
hoja

fruto

tallo

flor

raíz



### **Disciplina: Matemáticas:**

#### **Collares con Figuras Geométricas.**

Crea una divertida manualidad, un collar de figuras geométricas haciendo las figuras en cartulina y con orificios para ensartar, utilizando estambre y aguja de plástico. Puede ser un inicio maravilloso para los niños el que tengan un collar de figuras geométricas como el de la imagen, así cuando expliques las diferencias de las figuras, ellos pueden buscar dicha figura en el collar. Además queda muy decorativo y divertido.



### **DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA.**



Gisela comprende la importancia de la célula vegetal, la célula es la pieza fundamental de la que está hecha la vida. Esto implica comprender su alimentación al igual que los animales, las plantas se nutren. Sin embargo, son ellas mismas las que producen su alimento, pues obtienen agua y sales minerales del suelo y, al mismo tiempo, dióxido de carbono que toman del aire y la luz que toman del sol.

- ACTIVIDAD: Observa detenidamente diferentes hojas de árboles e identifica sus venas su color, su brillo, su forma y tamaño, en ella están las células, como son pequeñas no las podemos ver a simple vista.
- Dibuja una hoja con sus características



## Miércoles 26 de enero del 2022

UNIDAD 1 MODULO 1



**Saludo del día:** En la imagen, se mostrarán dos saludos, los miembros de la familia deberán elegir cuál les agrada para responder al otro.

**Frase del día:** "Sin educación no vas a ninguna parte en este mundo (Malcolm X)"

**Contexto a cerca de la pandemia:** El COVID-19 ha obligado a las autoridades a establecer medidas con el cubrebocas, sin embargo, se puntualiza que la obligatoriedad de usar correctamente el cubrebocas no sustituirá otras medidas sanitarias, tales como: la sana distancia, considerada de 1.5 metros entre personas; no saludar de mano, beso o abrazo; al toser o estornudar, cubrirse con alguno de los ángulos de los brazos; el evitar tocarse la nariz, la boca, los ojos y cara en general, así como el lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente, además de usar gel antibacterial y demás medidas sanitarias, que hayan emitido o emitan las autoridades sanitarias correspondientes.

**Tema general:** LA ASAMBLEA.

**Activación física:**

- |  |   |
|--|---|
| 1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema | 6.-posicion totalmente erguida (humano) |
| 2.-calentamiento                               | 7.-braqueo (pasamanos)                  |
| 3.-mov. tronquial o mecida (anfibio)           | 8.-caminata, maratón y carrera.         |
| 4.-reptar o arrastre (reptil)                  | 9.-respiracion                          |
| 5.-gatear (cuadrúpedo)                         | 10.-hidratacion                         |

**Mística:**

POEMA.

No acabarán mis flores,  
no cesarán mis cantos.  
Yo cantor los elevo,  
se reparten, se esparcen.  
Aún cuando las flores  
se marchitan y amarillecen,  
serán llevadas allá,  
al interior de la casa  
del ave de plumas de oro.

**Observación.**

¿Cuál fue la conclusión a la que llegaron después de discutir el tema anterior? El otro componente de la asamblea es la orden del día. Se tiene que llevar una lista de temáticas a analizar entre todos los presentes, para poder llegar a acuerdos, donde todos pueden participar y analizar lo que se va comentando.

**Vocabulario y frases:**

Escucha con atención la lectura de las siguientes palabras que papá o mamá te leerán.

girasol, gardenia, geranio, gladiola

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de plantas y árboles que tengan la letra G g.

**girasol**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.  
Ejemplo:

**girasol**

**amarillo**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.  
Ejemplo:

**perfume**

**de**

**gardenia**

**DISCIPLINA: DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL**

Lee las palabras :

Gisela      agua  
participar      opinión      democracia

Recordar la historia de Gisela.

Observar los dibujos y leer las palabras.(lámina individuales)



**Gisela**



**agua**

Repasa con tu crayola azul las palabras.

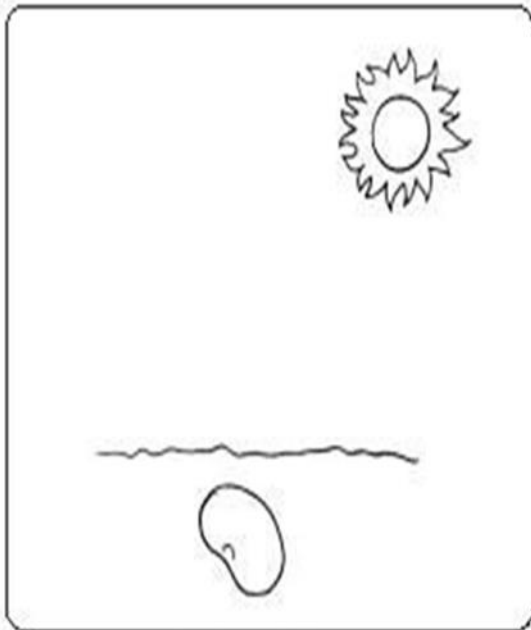
→ agua

→ agua

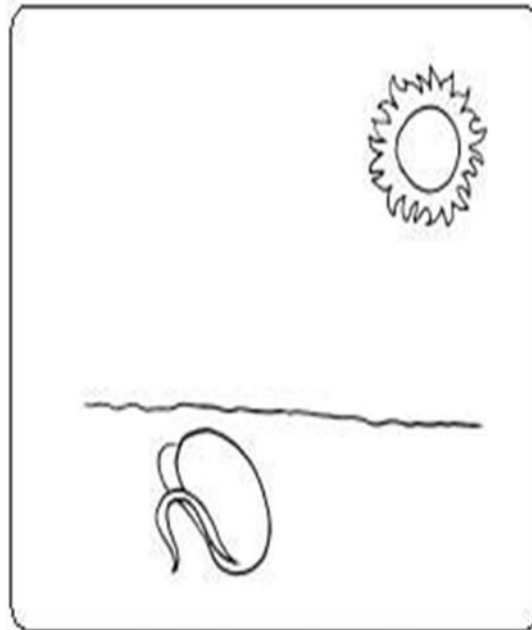
→ agua



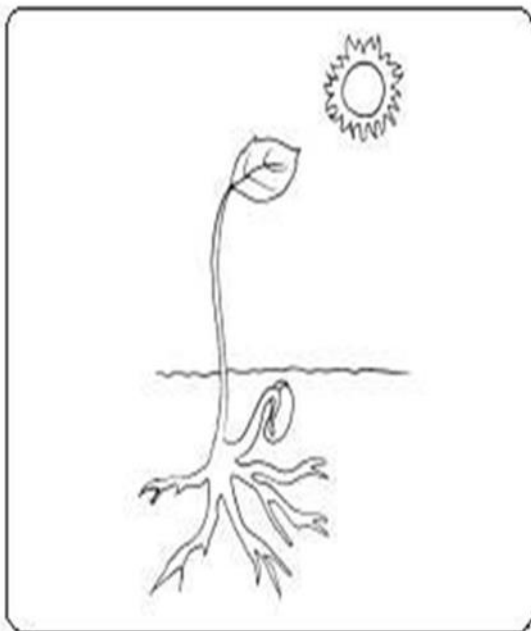
Esto es lo que observo Gisela cuando su planta fue creciendo.  
¿Sabías que así se desarrollan las plantas? Colorea el dibujo



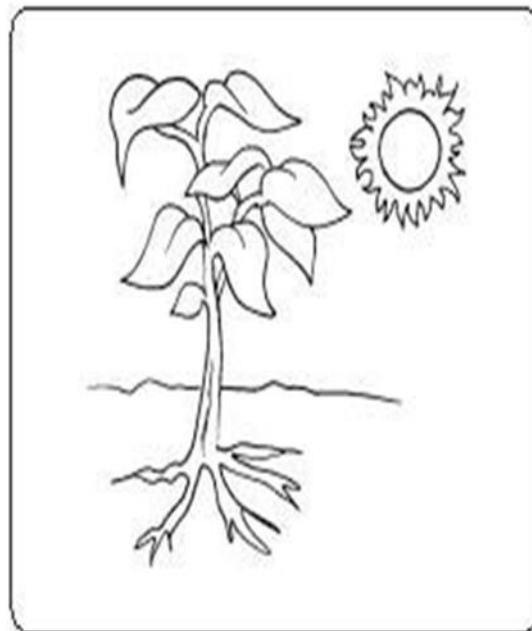
*Estoy metida.  
Mamá Tierra me esconde.*



*Necesito agua y Sol  
para crecer.*



*Me sale mi primera  
hoja y mi raíz.*



*Ya crecí, ya soy una planta.*

## **DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA**

### **Valor nutritivo**

¿Por qué consumirlas?

Las frutas y hortalizas frescas son ingredientes vitales de la dieta ya que aportan a los alimentos, variedad, sabor, interés, atracción estética y porque satisfacen ciertas necesidades nutricionales. La vitamina C (ácido ascórbico) es un nutriente importante presente en frutas y hortalizas porque el organismo humano es incapaz de sintetizarla. Las frutas y hortalizas pueden ser fuentes importantes de carbohidratos, minerales y proteínas así como de otras vitaminas. Algunas enfermedades que se presentan en las personas con un alto nivel de vida, han sido relacionadas a una insuficiencia de fibra cruda en la dieta, ocasionada por el consumo de frutas y hortalizas con alto grado de procesamiento y por ende con bajo contenido de fibra o simplemente por no consumir suficientes frutas y hortalizas frescas.

ACTIVIDAD : preparar un refrigerio con frutas de temporada, en la cual se le incluye al niño(a) para que apoye y se les hace la invitación a mas integrantes de la familia para que participen en la preparación y posteriormente la consuman en familia.

## **DISCIPLINA: SOCIEDAD Y CULTURA.**

Historia de Michoacán (Leer en familia)

En 1538 el obispo Vasco de Quiroga (llamado Tata Vasco por los michoacanos), construyó escuelas y hospitales y ayudó a mejorar técnicamente las distintas artesanías Purhépechas. En los siglos XVI al XVIII, en las dos principales ciudades, Tzintzuntzan y Pátzcuaro, se levantaron conventos y construcciones civiles. Se inició la explotación minera en Angangueo, y se desarrolló la ganadería en Tlalpujahua, Inguarán y Real del Espíritu Santo.

La medicina en la sociedad purhépecha se había desarrollado bastante; el médico llamado xurhijka se responsabilizaba de la salud de la población. Usaron mucho la herbolaria y las fuentes de aguas termales en la medicina. El estudio del cosmos y el movimiento de determinados astros como el Sol, la Luna y Venus fue importante para su conocimiento de las estaciones del año: tzitziquicurarensuca (época de flor) es la primavera; hozta (estrella) es el verano; hániscua (lluvia) es el otoño; iauansqua (hielo) es el invierno.

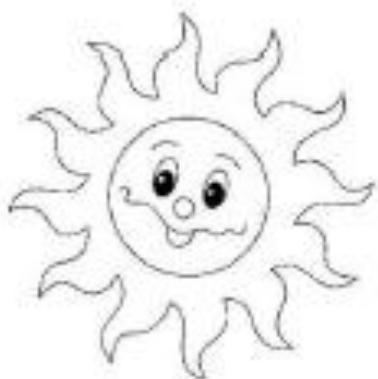
Una característica de su religión de todos ellos fue la de tener dioses del universo como el Sol-Curicaveri, la Luna-Xaratanga, y de los fenómenos de la naturaleza como la lluvia y el viento; o animales que los hombres consideraban que les habían dado la vida como águilas, halcones, serpientes, coyotes, ardillas, conejos, pumas, etc.; lo mismo deidades surgidas de la agricultura como el maíz-Uinturópati.

En el arte el maque, el tejido plumario, la alfarería y la música formaron parte de la expresión artística: el maque es una técnica que consiste en un barniz que se aplica a bateas, guajes o calabazos; para colorear se usan materiales minerales (tierras), vegetales y animales.

Hacían objetos útiles como recipientes para tomar alimentos o líquidos. Los tecomates para poner el chocolate o algunas otras bebidas, jícaras y bateas, juguetes para los pequeños, etc.

Su educación se basaba en la enseñanza práctica de los niños, pues éstos aprendían en las actividades de la caza, pesca, agricultura; la enseñanza se hacía en el trabajo mismo, en el campo de cultivo, en las lagunas o en los bosques, ayudando en todas las actividades para que de manera directa las aprendieran. A las mujeres se les preparaba para dirigir la casa, ayudaban en los menesteres, en el aseo, preparación de alimentos, en la confección de prendas de vestir, en la alfarería, etc. Se completaba la enseñanza tanto de hombres como de mujeres con el aprendizaje de la historia y de la religión.

Actividad: Copia los nombres que se mencionan en Purépecha y colorea



**Curicaveri**



**Uinturópati**



**hániscua**

**Jueves 27 de enero del 2022**

UNIDAD 4 MODULO 3

**Saludo del día:** Saluda a toda tu familia y personas con las que convivas de la forma en que se muestra la imagen.

**Frase del día:** "La educación es lo que sobrevive cuando lo aprendido ha sido olvidado (B. F. Skinner)"

**Contexto a cerca de la pandemia:** En todo Michoacán, para la prevención de la pandemia, se tomarán ciertas medidas, como, de jueves a sábado, todo establecimiento no esencial deberá cerrar sus puertas a las 7:00 de la noche, después de esa hora solamente habrá servicio para llevar a domicilio; y los domingos habrá cierre total de todos los establecimientos no esenciales.

**Tema general:** LA ASAMBLEA.

**Activación física:**

- 1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema
- 2.-calentamiento
- 3.-mov. tronquial o mecida (anfibio)
- 4.-reptar o arrastre (reptil)

- 6.-posicion totalmente erguida (humano)
- 7.-braqueo (pasamanos)
- 8.-caminata, maratón y carrera.
- 9.-respiracion



**Mística:**

Observa la imagen y coméntala con tu familia.

**Observación.**

Seguimos platicando sobre la asamblea. Otro de sus componentes, necesario para llevarla a cabo es la mesa de debates. Debe estar en ella un presidente, un secretario, moderador, relator y escrutador. ¿Sabes lo que significa o realiza cada uno de éstos?

Platica con tu familia y dibujen entre todos, qué opinan sobre el significado de cada uno de éstos conceptos.

**Vocabulario y frases:**

Escucha con atención la lectura de las siguientes palabras que papá o mamá te leerán.

gato gusano gallina

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de insectos y felinos que tengan la letra G g

**gallina** \_\_\_\_\_

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.  
Ejemplo:

**gallina** \_\_\_\_\_

**ponedora** \_\_\_\_\_

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.  
Ejemplo:

**gusano** \_\_\_\_\_

**come** \_\_\_\_\_

**hojas** \_\_\_\_\_

**DISCIPLINA: DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL**

Lee las palabras:

Gisela      agua  
participar      opinión      democracia

Los niños narraran lo que recuerden de la historia de Gisela

Lee con un adulto las palabras: (palabras en estudio grandes sin lámina)

Dictar a mamá o papá 1 enunciado con cada palabra. Observa como escriben.

**Gisela** \_\_\_\_\_

**agua** \_\_\_\_\_

**DISCIPLINA: MATEMÁTICAS.**

**ACTIVIDAD:**

- Aprendiendo Figuras Geométricas con Coches de Juguete.

Crea figuras geométricas básicas en negro que simulen pistas de carrera.

Con ayuda de pintura acrílica blanca puedes pintar las rallas de la carretera.

La idea es que los peques recorran las carreteras con coches de juguete para aprender su forma y bordes.

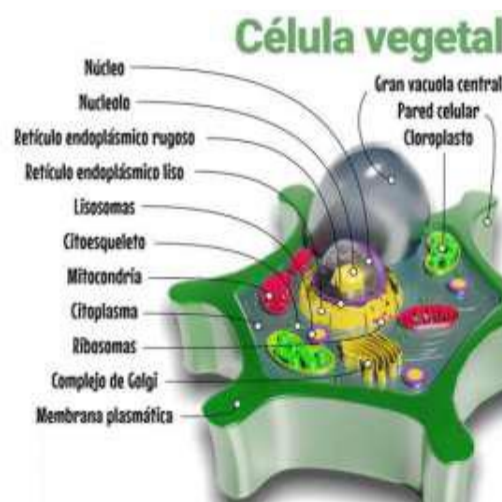




## DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA.

La mamá de Gisela cuida las plantas porque si llegan a desaparecer la vida tal y como la conocemos dejaría de existir. Esta afirmación tiene una explicación sencilla: cualquier forma de vida depende de la energía proporcionada por las plantas. En otras palabras, la fotosíntesis que realizan las plantas funciona como un mecanismo de intermediación: las plantas transforman la luz, el agua y el anhídrido carbónico en alimento y energía para la materia viva.

Como ya se ha indicado, este proceso tiene lugar en la célula vegetal. En consecuencia, la célula vegetal contiene la clave para explicar el fenómeno de la naturaleza más importante: la vida.



- **ACTIVIDAD:** Investiga y escribe las partes de la célula vegetal y registra en tu cuaderno o al reverso de esta hoja.

**Viernes 28 de enero del 2022**

UNIDAD 4 MODULO 3

**Saludo del día:** Nos saludaremos como lo indica la imagen. Al finalizar, elegiremos el saludo que más nos agradó de toda la semana y lo comentaremos con la familia.

**Frase del día:** “Estudia no para saber una cosa más, sino para saberla mejor (Séneca)”

**Contexto a cerca de la pandemia:** Recuerda que en ésta situación que estamos viviendo, lo mejor es evitar aglomeraciones, no asistir a reuniones con demasiada gente, si tienes que salir, usar cubrebocas, gel antibacterial y sanitizarte al llegar a casa.



**Tema general:** LA ASAMBLEA.

**Activación física:**

- |  |   |
|--|---|
| 1.-flexibilidad y estiramiento. seguir esquema | 6.-posicion totalmente erguida (humano) |
| 2.-calentamiento                               | 7.-braqueo (pasamanos)                  |
| 3.-mov. tronquial o mecida (anfibio)           | 8.-caminata, maratón y carrera.         |
| 4.-reptar o arrastre (reptil)                  | 9.-respiracion                          |
| 5.-gatear (cuadrúpedo)                         | 10.-hidratacion                         |

**Mística:** Poema.

No acabarán mis flores,  
no cesarán mis cantos.  
Yo cantor los elevo,  
se reparten, se esparcen.  
Aún cuando las flores

se marchitan y amarillecen,  
serán llevadas allá,  
al interior de la casa  
del ave de plumas de oro.

### Observación.

Comenta con tus papás sobre la plática anterior. ¿Si pudieron imaginar qué realiza un moderador? ¿O un relator? En ésta ocasión, se revisa otra de los componentes, la parte medular. En ésta, se la información, se realizan análisis y balance, se argumentan los puntos importantes del orden del día, así como la toma de acuerdos, donde, al votarse, por mayoría, deben respetarse. ¿Tú has votado en alguna reunión? Coméntenlo con la familia.

### Vocabulario y frases:

Escucha con atención la lectura de las siguientes palabras que papá o mamá te leerán.

gorro, guante, gabán.

Dicta a mamá o papá para que las anoten 3 palabras de campo semántico nombres de objetos y partes del cuerpo, que tengan la letra

**gorro**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 pares (binas) de palabras.

Ejemplo:

**gorro**

**rosa**

Dicta a mamá o papá para que las anoten 2 trinas de palabras.

Ejemplo:

**gabán**

**grueso**

**calientito**

**DISCIPLINA: DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL**

Lee las palabras

Gisela agua  
participar opinión democracia

Escucha la lectura de los enunciados y encuentra la palabra Gisela y agua. Enciérralas  
Hacer un jardín botánico quiere Gisela.

Gisela riega las plantas con cuidado.

El agua no tiene color, olor ni sabor.

El agua contaminada nos enferma.

### Dictado

Escribe las palabras que mamá te dicte. (Omar y oso)

→  
→  
Iniciamos un año nuevo, el 2022 lleno de alegrías y triunfos por alcanzar

Recuerda que la madre tierra, nuestro planeta, donde vivimos, nos necesita, de ti y de tu apoyo para seguir respirando, ahora que hablamos de respirar, ¿Recuerdas, quien nos proporciona oxígeno para poder respirar y vivir?

Si, las plantas, ¿las recuerdas? ¿Tienes alguna planta dentro de tu casa? Comenta con el adulto que te acompaña o con tus hermanos mayores sobre las plantas.

Aquí te muestro una planta que puedes encontrar dentro de cualquier casa, ¿Se parece a alguna que tengas tú dentro de tu casa?



Ya recordaste, y sobre todo observaste que tipo de plantas tienes en tu casa, ¿verdad?

Ahora, con apoyo de un adulto, cuenta cuantas plantas pequeñas tienes dentro de tu casa, y cuantas plantas grandes o muy grandes tienes fuera de tu casa, ya sea en la banqueta frente a tu casa o en el patio de tu casa.

Con ayuda de un adulto dibuja la planta pequeña que tienes dentro de tu casa y que te apoyen a escribir el nombre de dicha planta.

### Actividad transformadora

¿Sabías que en casa podemos tener una cantidad inmensa de plantas que nos ayuden a reforzar el sistema inmunológico? Vamos a poner una imagen y después buscarás en tu entorno, si alguna de ellas te parece conocida o se parece a la imagen.



Aceitilla o Mastis (*Bidens aurea*)



Ajenjo (*Artemisia absinthium*)



Albahaca (*Ocimum basilicum*)



Alcanfor (*Cinnamomum camphora*)



Anis estrella (*Illicium verum*)



Arnica (*Arnica montana*)

Algunas de éstas plantas, son antivirales, que te ayudarán en ésta época de pandemia, recomiendan tomar infusiones de romero, tomillo, menta, saúco y laurel. Otras que ayudan a elevar el sistema inmunológico son diente de león, té de limón, clavo y hierbabuena.

Si existe alguna de éstas plantas en los terrenos cercanos a tu casa, pide a algún miembro de tu familia que te ayude a trasplantarla en una maceta, así podrás tenerla más cercana, dentro de casa, en caso de que se te ofrezca una agradable infusión calientita, antes de dormir.

### **Autoevaluación**

Dibuja lo que más te gusto aprender en esta semana.