



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

*Escuela Transformadora para la Patria Digna*

SEMANA 21. UNIDAD 4

CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

# 1. PREESCOLAR



Del 31 de enero al 4 de febrero



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

**Lunes 31 de enero 2022**

Hola familia, ¿cómo están? Recuerden que es muy importante seguirnos cuidando en esta pandemia y por eso debemos mantenernos informados.

Investiga junto con tu familia acerca del estado actual de la pandemia y de noticias importantes que debemos tener en cuenta.

Lee, observa, y busca información y pega los recortes en este espacio de lo que encuentres.

## MARTES 01 DE FEBRERO DEL 2022

- SALUDO: En éstos tiempos de pandemia es necesario aprender muchas formas nuevas



de saludarnos. Presentamos la ilustración del saludo de hoy.



- FRASE DEL DÍA: "Continúa a pesar de que todos esperen que abandones. No dejes que se oxide el hierro que hay en ti. Teresa de Calcuta"
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Síntomas menos comunes de COVID son los siguientes:
  - Molestias y dolores
  - Dolor de garganta
  - Diarrea
  - Conjuntivitis
  - Dolor de cabeza
  - Pérdida del sentido del olfato o del gusto
  - Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies
- TEMA GENERAL: LA ASAMBLEA
- ACTIVACIÓN FÍSICA: 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: Juego el carrito loco. El niño caminará en diferentes direcciones, simulando ser un carrito y tomando como volante un objeto redondo (plato, aro, etc.) A la señal del semáforo, ejecutarán la acción correspondiente al color que oriente (papá-mamá): si es rojo, es pararse; amarillo, prepararse para iniciar el recorrido; y verde, la acción de conducción.
- MISTICA: ¿Qué observas en la imagen?



- Desde los más antiguos tiempos, los hombres han comprendido que para un funcionamiento de una sociedad grande o pequeña, se requiere de una cualidad: la organización. Para que exista ésta, se deben realizar reuniones ya sea pequeñas (mamá-papá) o grandes, (reuniones de comunidad) en donde se pueden llevar a cabo desde las organizaciones más simples, hasta las más complicadas, incluso de forma popular. Nombra una organización que se haya realizado en tu casa, así como una en tu población.
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras del campo semántico de nombres propios: Fátima, Felipe, Francisco.
- Escribe 2 binas de palabras del campo semántico: Fátima canta
- Escribe 2 trinas de palabras del campo semántico: Francisco toma iniciativa.

#### DISCIPLINA: DLI

- Lee las palabras :
- 

Fátima                      fuego  
Derecho                  popular                  debate

- Elabora un dibujo sobre las plantas, las estaciones del año
- Coloca el dibujo que realizaste en algún lugar de tu casa.

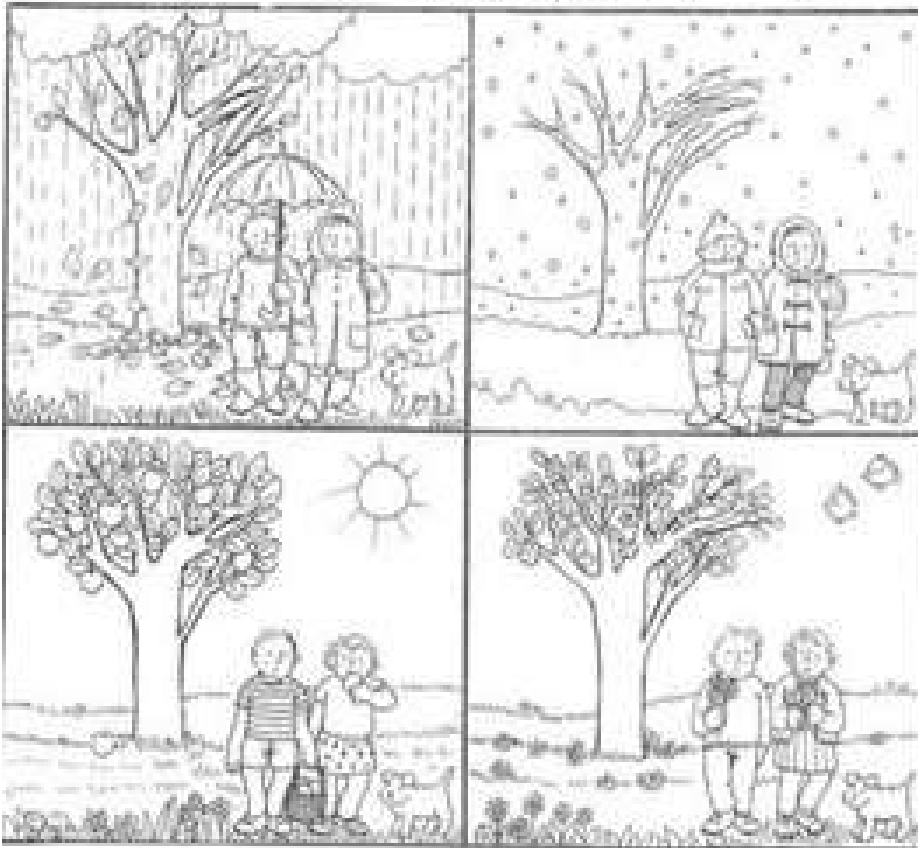
### **Narra la historia de Fátima (cuento) mostrando la lámina central**

Fátima estaba una niña sentada en el patio de su casa, pensativa viendo llover. En ese momento, su mamá la llamó diciéndole: - Hija ¿en qué piensas? La niña volteó y la miró diciendo que pensaba que la lluvia no le gustaba ya que era molesto no poder salir a jugar. Entonces su mamá le pidió que entrara a su casa y le explico sobre la importancia de la lluvia en determinado tiempo, entonces le preguntó ¿qué pasaría si no tuvieran agua para tomar, ni para bañarse, ni lavarse las manos?, en fin, que no hubiera nada de agua. La invitó a imaginar que pasaría en el mundo si no lloviera. Fátima imaginó que las plantas, los animales y todos los seres vivos moriríamos.

La mamá de Fátima la invitó a jugar las estaciones del año, es tan importantes para vivir. -la primavera llega en marzo y se acaba en junio en ella pasan muchas cosas interesantes, florecen más los jardines, nacen muchas mariposas, se reproducen muchos pajaritos y el clima es agradable. El verano lo disfrutamos de junio a septiembre, en esos días llueve mucho los campos se ven más verdes y se dan las cosechas. En otoño, las hojas de los árboles se caen y se ven de color amarillo, los campos se ven rojizos y en ocasiones llueve, pero es también bello ver los distintos matices que nos regala la naturaleza, llega de septiembre a diciembre. En diciembre llega el invierno esta estación se relaciona con las fiestas decembrinas, en algunos lugares el clima es frío y en ocasiones hasta se cubre el suelo, los bosques y las montañas de hielo, en otros es fresco, y a veces prenden fogatas para calentarse con el fuego. Después de haber jugado por un buen rato dentro de la casa Fátima le dio las gracias a su mamá, porque había aprendido y se había divertido sin necesidad de salir al patio porque había aprendido la importancia que tiene cada cambio de estación

durante los doce meses que se viven en el año. Las estaciones del año suceden por el movimiento de traslación de la tierra alrededor del sol.

**¿Conoces cuáles son las estaciones del año?**  
**Describe la imagen**



Escribe la palabra Fátima

Fátima

*Fátima*

*Fátima*

*Fátima*

## DISCIPLINA: MATEMÁTICAS.

NOCIONES DE MEDIDA :GRUESO-DELGADO, ANCHO-ANGOSTO, ALTO BAJO.

Actividad:

### ACTIVIDADES

- Rodea el más largo y tacha el más corto



## DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL.

Derivados de los vegetales. (Transformación).

Las verduras son hortalizas cuyo color predominantemente es el verde, se pueden comer la planta, las hojas, los tallos etcétera. Estas verduras se transforman para poderse conservar y aumentar su duración para posteriormente poderse consumir.

Se clasifican en productos de primera, segunda, tercera, cuarta y quinta gama lo que quiere decir que son 5 formas de conservarlas.

\*\* Deshidratación----- consiste en retirar el agua.

\*\* La salación ----- consiste en ponerlas en cocción, esterilizarlas y conservarlas con sal.

\*\* Conserva -----consiste en aplicarles frio hasta congelar

\*\* Encurtidos----- consiste en pre cocerlas y se curan con vinagre.

\*\* Frescas ----- consiste en limpiar, lavar, pelar, cortar, envasar en plástico y refrigerar.

## MIÉRCOLES 2 DE FEBRERO DEL 2022

- SALUDO: En la imagen, se muestra el saludo de hoy.



- FRASE DEL DÍA: "Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad. Albert Einstein"
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: El COVID-19 nos obliga a tomar medidas distintas: Los problemas de salud mental son más comunes de lo que parece. Aquí te dejamos algunos consejos para reducir el estrés y fomentar el bienestar.  
Párate. Respira. Reflexiona.  
Conecta con otras personas  
Mantén una rutina saludable  
Sé amable contigo y con los demás  
Pide ayuda si la necesitas
- TEMA GENERAL: LA ASAMBLEA.
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR. Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy martes haremos este ejercicio: El semejante. En este juego ocuparemos que papá o mamá realicen 5 tarjetas con nombre, dibujo o color de algún objeto pequeño que tengan en casa y colocarlos en una caja, con el fin de que el niño identifique el objeto. Delimitaremos un espacio de 2 a 3 metros en donde el niño tenga salida y meta (es donde se encontrara la caja con los objetos). El ejercicio lo hará en cuadrupedia.
- MISTICA: POEMA.

Las hortalizas del huerto  
quieren hacer un potaje,  
y llaman a sus colegas  
por si entre todas les sale.  
Los garbanzos a remojo  
porque tienen que ablandarse,  
y muy gordo y todo rojo  
llega rodando el tomate.  
La cebolla picadita  
para que sepa más suave,  
y de su vaina, que es verde,  
van saliendo los guisantes.  
Un manojito de acelgas  
es imposible que falte  
y un par de dientes de ajo  
le dan al guiso realce.

La patata se pregunta  
sobre la falta que hace,  
y las demás le responden  
que, por supuesto ¡adelante!  
De jamón y de panceta  
con un poquito es bastante,  
al igual que de chorizo,  
que no debe ser picante.  
Primero se hace el sofrito  
esperando a que se trabe,  
y luego todo a la olla  
hasta que el guiso remate.  
Se prueba el punto de sal,  
y algo de azafrán se añade.  
Se deja enfriar un poco  
... Y ya está listo el potaje

- Otra parte importante de la organización a nivel general es la libertad de expresión y movilización. La posibilidad de que las personas puedan manifestarse públicamente y protestar o apoyar situaciones son parte fundamental del derecho a la libertad de expresión de todas las personas. Por lo tanto, resulta esencial que los estados respeten y se garantice que nadie sea criminalizado por ejercerlo. ¿Has visto alguna manifestación? Dibújala.
- Escribe en tu libreta 3 palabras del campo semántico de plantas con f: ficus, fresno, fitolaca
- Escribe en tu libreta 2 binas de palabras: ficus verde
- Escribe en tu libreta 2 trinas de palabras: fresno en maceta.

### DISCIPLINA DLI

- Lee las palabras :
- 

Fátima      fuego  
Derecho      popular      debate

### Narra la historia de Berenice cambiando algunos hechos (cuento)

- Lee y marca las palabras escritas en las líneas



Fátima



Fuego

Escribe las palabra fuego

fuego

*fuego*

fuego

*fuego*

## DISCIPLINA: SOCIEDAD Y CULTURA

Belleza e historia de nuestro estado. Leer en familia.

Michoacán es una mezcla de inspiración y sensibilidad; de arte, pueblos típicos, cultura y bellezas naturales. Gracias a los misioneros que encabezaba Don Vasco de Quiroga, se elevaron los niveles culturales, creándose colegios donde se educaban a españoles, mestizos e indígenas. Un claro ejemplo de ellos es la Primera Casa de Altos Estudios en América en Tiripetío. Así mismo, Don Vasco de Quiroga estableció en 1538, el Colegio de San Nicolás en Pátzcuaro, siendo el antecedente directo de la actual Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

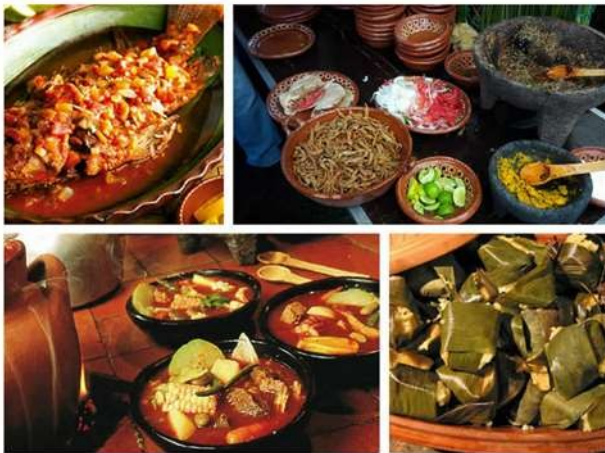
Michoacán es una de las entidades con mayor diversidad cultural en el país. La cultura del estado está expresada en el legado prehispánico de sus primeros habitantes y en el legado español durante la época colonial del Virreinato de Nueva España.

En la cultura folclórica y tradicional Michoacán se distingue por su música, gastronomía, artesanías y su herencia indígena principalmente de la región purépecha del Lago de Pátzcuaro y con celebraciones ancestrales como el día de muertos declarado también por la UNESCO Patrimonio de la Humanidad.

En nuestra capital Morelia en ocasiones las plazas y templos sirven como escenarios para llevar a cabo eventos culturales, tal es el caso de la bella Catedral, escenario del Festival Internacional de Órgano, donde se ubica un monumental órgano de 4,600 flautas o voces.

Pátzcuaro por su lado, no se queda atrás con sus templos, plazas y edificios de los siglos XVI al XIX; así como tampoco Zintzuntzan capital del antiguo Imperio Purépecha y Santa Clara del Cobre.

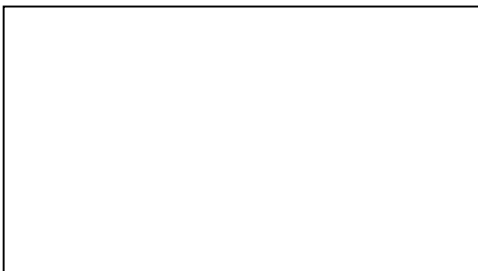
Actividad: Observa algunos de los platillos típicos y artesanías de Michoacán.



Dibuja algún platillo típico y una artesanía de Michoacán que no esté en las imágenes y que te guste mucho.

Platillo típico

Artesanía



## **DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA**

Siempre es importante el consumo de hortalizas, y en ésta ocasión, debido al clima y a la situación de salud mundial, se hace necesario consumir hortalizas que contengan ácido ascórbico. El ácido ascórbico, sin embargo, cumple diversas funciones esenciales en el organismo. Interviene en procesos metabólicos, es un potente antioxidante y puede ayudar a las defensas. La EFSA reconoce dos reclamos saludables entre sus propiedades: contribuye a la protección de las células frente el daño oxidativo y participa en la formación de colágeno para la piel, por lo que también ayuda a mantener las articulaciones, la densidad ósea, y también facilita la cicatrización.

El brócoli es una de las verduras más ricas en vitamina C que podemos consumir, con 110 mg en crudo. Aquí hay que incidir mucho en la importancia de cocinarlo al dente, lo justo y necesario, para evitar la pérdida excesiva de nutrientes y disfrutar de todo su sabor y textura en su esplendor. ¿Qué tipo de platillos puedes realizar con brócoli en casa?

Aquí algunos ejemplos, para preparar uno de ellos.

\*Ensalada de col, con brócoli y manzana. Crema de Brócoli. Gratinado de brócoli con queso. Sopa de fideos con verdura y brócoli.

### **JUEVES 3 DE FEBRERO DEL 2022**

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



- **FRASE DEL DÍA:** "No te amargues con tu propio fracaso ni se lo cargues a otro. Acéptate ahora o seguirás justificándote como un niño. Recuerda que cualquier momento es bueno para comenzar y que ninguno es tan terrible para claudicar. Pablo Neruda"
- **CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA:** Se veía venir: diciembre fue un mes difícil para contener la propagación de la nueva enfermedad de coronavirus, debido a las actividades sociales y comerciales de la temporalidad. Y las consecuencias son evidentes: enero de 2021 ha sumado el mayor número de contagios reportados en un solo mes desde marzo de 2020, cuando se iniciaron las medidas de confinamiento y distanciamiento social. Es importante no aflojar las medidas sanitarias impuestas por las autoridades.
- **TEMA GENERAL:** LA ASAMBLEA.
- **ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:** Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy miércoles haremos este ejercicio: Carrera de cocodrilos y cangrejos a través del túnel. Mamá o papá dan la orden de salida. El niño saldrá como un cocodrilo (reptar deslizándose como un reptil) y de regreso simularan se un cangrejo (Se realiza en cuadrupedia invertida). Para simular el

túnel podremos utilizar; la mesa o sillas con un lazo arriba, para que el niño pueda pasar por debajo.

- MISTICA: Observa la imagen y coméntala con tu familia.



- Dentro de nuestros derechos al reunirnos en un grupo, se encuentra el derecho al disenso, a la oposición y a la objeción. Todas, tienen que ver con no estar de acuerdo con alguna opinión de alguien más. ¿Qué pasa en tu familia cuando existe oposición? ¿son capaces de llegar a un acuerdo? ¿Cuándo peleas con tu hermano o hermana, existe una forma de que ambos estén conformes?
- Escribe en tu cuaderno 3 palabras con f del campo semántico de animales: foca, faisán, flamenco.
- Escribe en tu cuaderno 2 binas de palabras con el campo semántico: foca grande
- Escribe en tu cuaderno 2 trinas de palabras con el campo semántico: flamenco piernas largas.

#### DISCIPLINA: DLI

Lee las palabras:

Fátima      fuego

Derecho      popular      debate

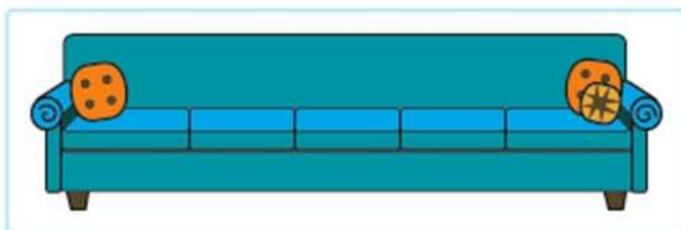
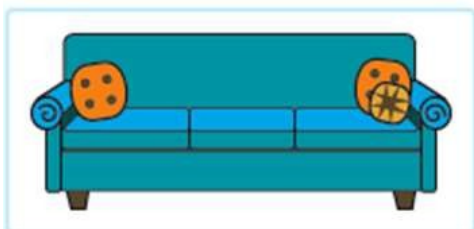
Narración de la historia por los niños.

- Escriba en el cuaderno los enunciados que el niño le dicte con las palabras de estudio: **Fátima, fuego.**

## DISCIPLINA MATEMÁTICAS.

ACTIVIDAD:

¿Qué sofá es el más corto?



- Táchalo, y en un círculo, coloca el sofá más largo.

## DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL.

Con ayuda del adulto qué te acompaña, busca en el refrigerador varias hortalizas (pepino, apio, zanahoria nopales) lávalos, pela, parte y envasa en bolsas de plástico, en el congelador y elabora el dibujo del paso a paso del proceso de conservación de conserva.

Después de varios días, puedes utilizar la conserva que guardas en el refrigerador para preparar una receta sencilla de comida. ¿Ya pensaste que vas a preparar? Pues manos a la obra.

Te dejo estas imágenes de hortalizas verdes para que las conozcas, si de alguna de ellas no sabes su nombre pide apoyo al adulto mayor que te acompaña o tus hermanos mayores.



## VIERNES 4 DE FEBRERO DEL 2022

- SALUDO: 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.



!Nuevos saludos!

- FRASE DEL DÍA: "Nuestra gloria más grande no consiste en no haberse caído nunca, sino en haberse levantado después de cada caída. Confucio"
- CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Este periodo de distanciamiento social, no implica un periodo vacacional, o que podamos hacer actividades de forma común. No olvidemos no salir a actividades multitudinarias y evitar salir a menos que sea necesario.
- TEMA GENERAL: LA ASAMBLEA.
- ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR: Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos este ejercicio: El canguro. Mamá o papá se colocará en un extremo del área, y el niño comenzarán a saltar. Serán guiados a realizar los saltos con una pierna, alternadamente, con dos, en diferentes direcciones, sin y con carrera de impulso.
- MÍSTICA: Poema.

Las hortalizas del huerto  
quieren hacer un potaje,  
y llaman a sus colegas  
por si entre todas les sale.  
Los garbanzos a remojo  
porque tienen que ablandarse,  
y muy gordo y todo rojo  
llega rodando el tomate.  
La cebolla picadita  
para que sepa más suave,  
y de su vaina, que es verde,  
van saliendo los guisantes.  
Un manojito de acelgas  
es imposible que falte  
y un par de dientes de ajo  
le dan al guiso realce.

La patata se pregunta  
sobre la falta que hace,  
y las demás le responden  
que, por supuesto ¡adelante!  
De jamón y de panceta  
con un poquito es bastante,  
al igual que de chorizo,  
que no debe ser picante.  
Primero se hace el sofrito  
esperando a que se trabe,  
y luego todo a la olla  
hasta que el guiso remate.  
Se prueba el punto de sal,  
y algo de azafrán se añade.  
Se deja enfriar un poco  
... Y ya está listo el potaje.

- De igual manera, al entrar a nuestra mayoría de edad, tenemos el derecho de votar, de elegir a la persona que creamos que cumple las expectativas razonables y es muy importante, razonar el voto de tal manera que se sepa, los pros y los contras del voto, del no votar y de la elección de la persona por la cual se va a realizar.

- En tu cuaderno, escribe tres palabras sobre el campo semántico de cosas con f: fuego, foco, fuente
- En tu cuaderno, escribe 2 binas de palabras del campo semántico: fuego caliente
- En tu cuaderno, escribe 2 trinas de palabras del campo semántico: fuente alta y hermosa

**5 de febrero**

## ***Día de Constitución Mexicana***



La Constitución Política de México, firmada en 1917 y vigente hasta hoy, tiene gran valor histórico para el país azteca. Cada 5 de febrero se celebra su aniversario.

La Carta Magna de 1917 contenía las demandas sociales de la época, como normar las relaciones obrero-patronales, las conquistas agrarias, los alcances sociales y el dominio de la nación sobre sus riquezas naturales.

Asimismo, estos eran los títulos que la conformaban: de las garantías individuales; de la soberanía nacional y de la forma de gobierno; de la división de poderes; de las responsabilidades de los funcionarios públicos; de los estados de la federación; del trabajo y previsión social; prevenciones generales; de las reformas de la Constitución; y de la inviolabilidad de la Constitución.

Dicho documento fue conocido como Constitución de 1917 y representó un verdadero adelanto a su época pues fue el primero a nivel mundial en implementar garantías sociales. Además, aunque ha sufrido algunas modificaciones, sus leyes continúan vigentes.

### **DISCIPLINA: DLI**

- Lee las palabras

Fátima      foco      fuego

Derecho      popular      debate

Leer los enunciados e identificar las palabras en estudio

Fátima está feliz

El fuego da calor y luz

- Dictar las palabras de estudio a los niños para que las escriban. Fátima, fuego

### **DISCIPLINA: DESARROLLO ECOLÓGICO.**

¿sabes cuál es el nombre del segundo mes del año? Ya entramos a él!

Continuamos hablando sobre las plantas, si recuerdas que la mayoría son de color verde ¿verdad?

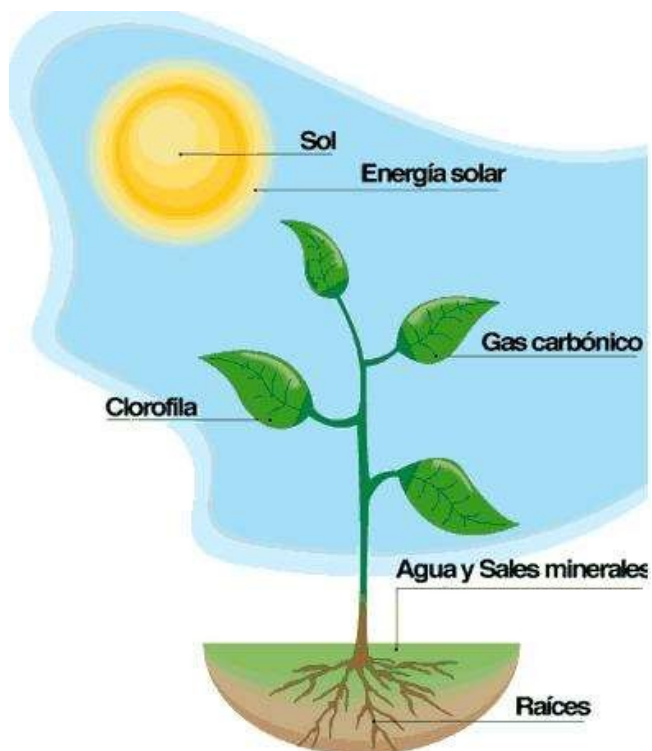
La semana pasada hablábamos sobre la importancia del agua para las plantas, ¿recuerdas?

Pues muy bien, ahora vamos a hablar un poco de que otros elementos requieren las plantas para poder vivir, tú sabes, aparte del agua, ¿Qué es lo que requiere una planta para poder vivir y dar frutos?

Aquí te menciono algunos aspectos: Independientes y autosuficientes, las plantas requieren de compuestos inorgánicos como el fósforo, calcio, nitrógeno, magnesio y otras sales minerales. Estos nutrientes se obtienen del agua y la tierra. Una **planta** necesita **para vivir** 4 cosas fundamentales: agua, tierra o sustrato, aire y sol.

Ya conocimos la importancia del agua, y a su vez observaste que las plantas que están dentro de tu casa, están en una maceta que contiene tierra y las plantas que están sobre la banqueta de tu casa y en el patio, están dentro de la tierra, ¿si lo has observado, verdad? Platica con el adulto que te acompaña o con tus hermanos mayores sobre el tema.

Aquí te muestro una imagen del proceso que llevan a cabo las plantas para poder vivir



En la ciudad y en las comunidades donde tú vives hay unos lugares que se llaman vivero, ¿si has escuchado el nombre o termino de esos lugares?

Pregunta al adulto que te acompaña o con tus hermanos mayores sobre que son los viveros.

En dicho lugar venden tierra preparada con minerales que las plantas requieren para vivir, como te lo mencione anteriormente, tal es el caso de fósforo, calcio, nitrógeno, magnesio y otras sales minerales.

Si por el momento, no puedes salir a comprar el costal de tierra, pues puedes comenzar a recopilar y guardar todas las cascarras de frutas y verduras que salen la cocina. Con todo ello podrás hacer una composta con apoyo del adulto que te acompaña o con tus hermanos mayores.

Te dejo este espacio, para que tú, con apoyo del adulto que te acompaña, hagas un dibujo de como imaginas tú, que las plantas obtiene sus nutrientes. Utiliza todo el espacio y emplea los colores o crayolas que más te gusten a ti.



## DISCIPLINA: ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

¿Sabes qué fecha importante se conmemora el día de hoy?  
Te lo explico en imágenes.



Se promulgó nuestra Constitución Política Mexicana. Gracias a ella podemos realizar todo lo que dice en el dibujo. Colorealo y elige de los derechos, cuál te agrada más.

