



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

Escuela Transformadora para la Patria Digna

SEMANA 17. UNIDAD

CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

Educación Especial



Del 03 diciembre al 7 de enero.



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

RUTA DIDACTICA EDUCACION ESPECIAL

CAMPO SEMÁNTICO.

Escribe en tu cuaderno palabras de los siguientes temas:



Palabras con la letra g Ejemplo:
con: Gonzalo, Gerardo, etc...

Palabras referentes al invierno.
Frio, viento, etc.

Alimentos que consumes en el
invierno: Té, ponche.

Frases:

Escribe 5 frases con las palabras que escribiste anteriormente.

1. Gonzalo come galletas con ponche 2.- Gerardo bebe ponche para el frio.

III. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO

. En cuanto llega el invierno empiezan a aparecer distintas enfermedades respiratorias tales como la gripe, bronquitis, neumonía, bronquiolitis, entre otras infecciones significativas, por tal razón debemos tomar medidas preventivas y estar alertas ante cualquier posible síntoma sobre todo en niños, mujeres embarazadas y adultos mayores que son más vulnerables ante este tipo de afecciones. A continuación, te enumeramos algunos consejos para mantenerte sano:

Lavarse las manos continuamente con agua y jabón antes de comer, cocinar o llegar de la calle, es de suma importancia usar un jabón antibacterial que mantenga tus manos muy limpias para prevenir la propagación de gérmenes que provocan enfermedades comunes.

Tener todas las vacunas correspondientes para evitar complicaciones, ten en cuenta los centros de salud qué vacuna están aplicando y mantente al día.

Limpiar los ductos tanto de aires acondicionados como de las calefacciones para evitar que las bacterias por suciedad se propaguen en el ambiente. A lo largo del tiempo estos van acumulando gran cantidad de bacterias que pueden afectar a nuestra salud, así que hacer una limpieza profesional cada cierto tiempo es la solución para tener un entorno saludable.

Evita fumar y mantén tus espacios libres de humo ya que el tabaco afecta las vías respiratorias, bien seas fumador activo o pasivo.

Mantén tus espacios ventilados, aprovecha las corrientes naturales y abre tus ventanas durante el día para que el aire fluya por toda tu casa, recuerda que un espacio cerrado y húmedo es el ambiente ideal para que las bacterias se reproduzcan.

No te automediques, cuando observes algún síntoma acude al médico para un chequeo y te de las indicaciones del tratamiento que debes usar según sea tu afección.

Estas son sólo algunas de las medidas preventivas a tomar durante esta temporada, toma en serio tu salud, cuídate y cuida a los tuyos.

En familia escriban la receta de un platillo que pueden preparar

Nombre de la receta:

Ingredientes:

Procedimiento de preparación:

Por favor saca una foto consumiendo los alimentos que consumes en invierno en familia.

V.- LA EVALUACION INTEGRAL PARA MEJORAR PERMANENTEMENTE EL PROCESO.

En familia escriban en este espacio las cosas más significativas para ustedes de las rutas didácticas que han trabajado en la familia.

ESTRUCTURA DE LA RUTA DIDACTICA EDUCACION ESPECIAL
Martes 4 de enero 2022

I.- EL SUJETO COGNOSCENTE EN SU REALIDAD OBJETIVA. –

A) Identidad

SALUDO: Hola. Feliz día.

FRASE DEL DIA: La familia es la primera comunidad de aprendizaje

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Las actividades presenciales son cada vez más normales, los cuidados deben continuar, ya que la variante del coronavirus Omnicron siguen siendo de riesgo, sobre todo para las personas en comorbilidad.

EFEMERIDES DEL DIA: 1811. El general José María Morelos triunfa ante las fuerzas realistas en Tres Palos, Acapulco.

FRASE DE LA ESCUELA: La escuela es nuestra segunda comunidad de aprendizaje

TEMA GENERAL: El invierno

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:

- FLEXIBILIZACION:

Con nuestra ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR al realizar ejercicios de flexibilidad, tonificación, equilibrio, coordinación y relajación, estimulamos nuestro sistema nervioso central y periférico. 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 martes haremos el siguiente ejercicio. Ejercicios de marcha Andar hacia delante. Primero, apoyar el talón, después, todo el pie y, finalmente, terminar con la punta. Mantener la rodilla estirada cuando se apoya el pie en el suelo. Andar de lado sin cruzar las piernas. Andar de lado cruzando las piernas. Andar como los soldados. Levantar las rodillas en cada paso. Subir y bajar escalones de diferentes alturas. Apoyar bien el pie en el escalón y, al subir la otra pierna, estirar bien la rodilla y la cadera. Caminar hacia delante de puntillas y, después, con los talones.

3.- Hidratación (beber agua, té, tizana, y/o suero casero después de la activación física.

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA ALTERNATIVA:

En temporada de frío es nuestro deber prevenirnos de las inclemencias del tiempo para evitar gripe, resfriados, influenza y demás enfermedades respiratorias, y sobretodo evitar contagios. Si bien es cierto que mientras más baja sea la temperatura, pasamos más tiempo bajo techo y menos bajo el sol. Expertos comentan que esto causa que nuestros niveles de vitamina D comiencen a bajar y por lo tanto estamos más expuestos al contagio de virus de persona a persona. Por lo tanto, es recomendable exponerse al sol en horas tempranas, por tiempos cortos.

Para prevenir las enfermedades respiratorias es importante que tomes en cuenta estos consejos:

- Comer sano y a tus horas
- Beber abundantes líquidos sin azúcar agregada, en especial agua simple purificada
- Dormir lo suficiente
- Controlar los factores de estrés emocional

B) INTERES COMUN Y CONTEXTUALIZACION. -

VOCABULARIO Y FRASES. 2 CAMPOS SEMANTICOS: TEMA: INVIERNO: frio, aire, nieve, vacaciones, fiestas, fin de año. Animales con la letra G. gato, garza, gorrión, gusano, gacela, gorila, gallina, gallo, gorgojo, grillo, grulla, golondrina.

BINAS:(dos palabras) Invierno-frio

TRINAS: (tres palabras) Grillo – salta – hierba

FRASES: El invierno es muy frio

CONCEPTO:

¿Cómo debemos protegernos de los efectos del frio de invierno?

¿Qué alimentos debemos consumir durante el invierno?

II. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO. -

PREESCOLAR: Elabora con ayuda de la familia un platillo que contenga los alimentos que se acostumbran en esta temporada.

PRIMARIA: Elabora con ayuda de la familia un platillo que contenga los alimentos que se acostumbran en esta temporada

SECUNDARIA: Elabora con ayuda de la familia un platillo que contenga los alimentos que se acostumbran en esta temporada

DISCIPLINA ALIMENTACIÓN SANA, SALUD INTEGRAL:

CONTENIDO:

Invierno:

El **invierno** es la estación del año donde se registran las **temperaturas más bajas**. A nivel astronómico, se inicia con el **solsticio de invierno** y finaliza con el **equinoccio de primavera**.

En comparación al resto de las **estaciones**, en el invierno hace más **frio** y los días son más cortos (las horas de luz solar son menores; es decir, anochece más temprano y amanece más tarde). Mientras más nos alejemos de los trópicos, encontraremos inviernos de características más acentuadas.

Dependiendo de las condiciones meteorológicas, la altitud y la latitud, en invierno puede producirse la caída de **nieve**. Muchas regiones, de hecho, se cubren de blanco durante esta estación, e incluso –por las bajas temperaturas– se pueden congelar lagos, ríos, etc.

Otros datos de interés acerca del invierno son los siguientes:



OBSERVACIÓN: Observa tu cuerpo durante la activación física, ve cada parte de tu cuerpo y ubica. ¿Cómo las utilizas y para qué? Dibuja tu cuerpo.

VOCABULARIO Y FRASES. CAMPOS SEMANTICOS: Nombres con la letra G: Gisela, Guillermo, Germán.

BINAS: Gisela – sueter

TRINAS: German – Té - Caliente

FRASES: Guillermo toca la guitarra

II. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO.

– El aparato respiratorio o sistema respiratorio es el conjunto de órganos que poseen los seres vivos, con la finalidad de intercambiar gases con el medio ambiente. Su estructura y función es muy variable dependiendo del tipo de organismo y su hábitat. El órgano principal del aparato respiratorio humano y de los animales mamíferos es el pulmón. En los alveolos pulmonares se produce mediante difusión pasiva el proceso de intercambio gaseoso, gracias al cual la sangre capta el oxígeno atmosférico y elimina el dióxido de carbono (CO₂) producto de desecho del metabolismo. El aparato respiratorio humano está constituido por las fosas nasales, boca, faringe, laringe, tráquea y pulmones. Los pulmones constan de bronquios, bronquiolos y alveolos pulmonares. Los músculos respiratorios son el diafragma y los músculos intercostales. En la inspiración el diafragma se contrae y desciende, por lo cual la cavidad torácica se amplía y el aire entra en los pulmones. En la espiración o exhalación, el diafragma se relaja y sube, la cavidad torácica disminuye de tamaño provocando la salida del aire de los pulmones hacia el exterior.

Primaria 3ero y 4to. Escribe el órgano y su descripción.

Primaria 5to y 6to. Secundaria 1ero, 2do, 3ero. Escribe las funciones de cada órgano en el proceso de respiración.

III. DISEÑO DE MODELOS Y PROYECTOS DE TRANSFORMACIÓN QUE NOS LLEVEN AL BUEN VIVIR EN LA COLECTIVIDAD:

CARTEL: Elaborar esquema del sistema respiratorio

IV.- REFLEXIONES FILOSÓFICAS PARA ELEVAR EL NIVEL DE LA CONSCIENCIA COLECTIVA. - Debemos asumir nuestra tarea histórica de sujetos creativos y productivos con consciencia colectiva, orgullosos de su cultura histórica.

V.- LA EVALUACION INTEGRAL PARA MEJORAR PERMANENTEMENTE EL PROCESO. – Con los trabajos realizados se llevara a cabo revisión de tareas.

ESTRUCTURA DE LA RUTA DIDACTICA EDUCACION ESPECIAL. Viernes 7 de enero 2022.

I.- EL SUJETO COGNOSCENTE EN SU REALIDAD OBJETIVA. – A

) Identidad

SALUDO: ¡Hola! Feliz día ¡

FRASE DEL DIA: La vida debe ser una incesante educación.

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Los virus aprovechan que el organismo humano se encuentre con mucha acidez para meterse en la célula y replicarse. Por ello se recomienda bajar el consumo de azúcar y harinas y aumentar el consumo de alimentos alcalinos.

EFEMERIDES: 1986. Muere Juan Rulfo, escritor jalisciense y uno de los más influyentes escritores mexicanos del siglo XX, autor de El Llano en llamas y Pedro Páramo.

FRASE DE LA ESCUELA: La alimentación determina la salud

TEMA GENERAL: LA SALUD. SISTEMA MUSCULAR.

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:

I – FLEXIBILIZACION y ESTIRAMENTOS: Realiza estiramientos suaves comenzando primero por la movilidad de tobillos, rodilla, caderas, tronco, hombros, cuello y cabeza.

IV.- PATRON EVOLUTIVO: Evolutivo (anfibio, arrastre, gateo, braqueo, postura erguida y patrón cruzado perfecto), maromas, rodar, patrón cruzado perfecto.

Repetimos los ejercicios del lunes. Cada momento de nuestra activación es importante.

GATEAR CON PATRÓN CRUZADO no solo es actividad para bebés, al hacerlo niños o adultos estimulamos el cerebro medio que ayuda a reconocer detalles, en la escritura algunos detalles tienen que ver con la puntuación y la acentuación y las operaciones matemáticas.

SALUD

1.-. Comunicar ¿Cómo se sintieron durante activación la física?: gestual Oral, corporalmente y poner énfasis en la importancia de las partes del cuerpo.

2.- Lavado de manos. (Con o sin apoyo) después de realizar la activación, ya que pueden estar sucias y contienen microorganismos (están sucias). Aseo general.

3.- Hidratación (beber agua, té, tizana, y/o suero casero después de la activación física.

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA ALTERNATIVA:

TE PARA REFORZAR VIAS RESPIRATORIAS: Limón, hojas de vaporub, un pedazo de cebolla roja, flor de buganvilia morada, un limón, y miel. Se hierva un cuarto de litro de agua, cuando hierva, le echas un puño de hojas de vaporub o del orégano grueso, un puño de las flores, media cebolla, se deja 5 a 7 min y se apaga se le exprime un limón y se le echa miel al gusto.

B) INTERES COMUN Y CONTEXTUALIZACION. -

OBSERVACIÓN: Buscar imágenes del sistema muscular, ver cuáles son las partes más importantes que lo conforman.

VOCABULARIO Y FRASES: CAMPOS SEMANTICOS:

BINAS: (dos palabras): músculo - piel

TRINAS: (tres palabras) Bíceps – tríceps - cuádriceps

FRASES:

Los músculos sostienen nuestro cuerpo

CONCEPTO:

¿Cómo debemos cuidar nuestro sistema muscular?

II. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO. -

PREESCOLAR

MATEMATICAS: Utiliza el anexo de conjuntos y colorea los que te pide.

PRIMARIA: Libro de lectura página 18

MATEMATICAS: Utiliza el anexo de conjuntos y colorea los que te pide.

SECUNDARIA: Libro Vamos a leer 1º. página 142

MATEMATICAS: Haz un conjunto con nombres de animales que viven en la selva y sus nombres empiezan con G, haz otro conjunto con los nombres de animales que comen carne y otro conjunto con los que comen hierbas, hojas.

CONTENIDO:

El sistema muscular es un conjunto de músculos que pueden ser controlados de forma voluntaria por un organismo vivo. Su función principal es conseguir movilidad, acción que tiene lugar cuando estímulos eléctricos procedentes del sistema nervioso provocan la contracción de las fibras musculares.

El sistema muscular y la función de los músculos permite el movimiento de nuestro cuerpo y es el que trabaja en sintonía con otros sistemas de nuestro organismo para garantizar el normal funcionamiento general.

Los 3 tipos de tejido muscular son: cardíaco, liso y esquelético. Las células del músculo cardíaco están localizadas en las paredes del corazón, tienen apariencia estriada y están bajo control involuntario.

Existen tres tipos de músculos: voluntarios o esqueléticos, involuntarios o lisos y cardíaco o miocardio que se diferencian por las células que los componen y la función que realizan. Gracias al sistema muscular es que podemos movernos. Los músculos trabajan junto con el sistema nervioso central para que el cuerpo se pueda mover.

Algunos movimientos son controlados por la persona, y otros son inconscientes. Sin el sistema muscular, no podríamos hablar, sonreír, ver, ni levantar una ceja.

El ejercicio y la buena alimentación favorecen el buen funcionamiento de nuestro sistema muscular.

III. DISEÑO DE MODELOS Y PROYECTOS DE TRANSFORMACIÓN QUE NOS LLEVEN AL BUEN VIVIR EN LA COLECTIVIDAD. -

Proyecto: Realizar un esquema donde se plasme el sistema muscular, sus características e importancia para el ser humano.

IV.- REFLEXIONES FILOSÓFICAS PARA ELEVAR EL NIVEL DE LA CONSCIENCIA COLECTIVA. - Conocer nuestro cuerpo y su función es importante para preservar la salud.

V.- LA EVALUACION INTEGRAL PARA MEJORAR PERMANENTEMENTE EL PROCESO. – Conservar los trabajos para que se revisen cuando sea posible.

