



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

Escuela Transformadora para la Patria Digna

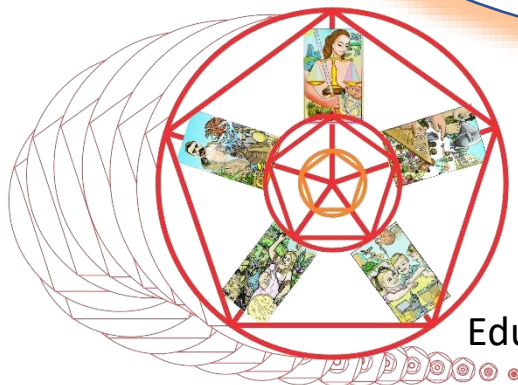
SEMANA 28. UNIDAD 5.

CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

3. PREESCOLAR



Del 22 al 25 de marzo



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

SALUDO: Hola, te deseo un día asombrosamente feliz.

FRASE DEL DÍA: "No importa si un niño aprende lentamente, lo importante es animarlo a que nunca deje de aprender."

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA:

¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19?

Si tiene síntomas que apuntan a la COVID-19, póngase en contacto con su dispensador de atención de salud o la línea de asistencia contra la COVID-19, para que le den instrucciones y averiguar cuándo y cómo hacerse una prueba, quédese en casa durante 14 días lejos de otras personas y vigile su salud.

Si tiene dificultades para respirar o dolor u opresión en el pecho, busque atención médica inmediatamente. Llame a su dispensador de atención de salud o a la línea de asistencia con antelación para que le dirijan hacia el centro de salud adecuado.

FRASE DE ESCUELA: "Jamás la escuela y el maestro podrá ser reemplazados por la tecnología...Hace falta la pedagogía del afecto".

TEMA GENERAL: Alimentación sana

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.

Tomar agua al término de la activación física para hidratarte.

MÍSTICA.

- Observa y comenta la frase que expresa Benito Juárez con tu familia o en el grupo con apoyo del docente.

Natalicio de Benito Juárez

*Entre los individuos,
como entre las naciones,
el respeto al derecho
ajeno es la paz.*



DISCIPLINA: DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

- Lectura rápida de las palabras de estudio.

Zúñiga cabaña muñeca sueña niño

- Lectura del campo semántico de nombres propios que lleve la letra ñ.

Begoña Iñigo Iñaki

- Escribe 3 palabras del campo semántico anterior:

- Escribe 2 binas con las palabras del campo semántico anterior.

Ejemplo: Begoña canta

- Escribe 3 trinas del campo semántico anterior

Ejemplo: Begoña canta bonito

- Trabaja en el libro del alumno página 88.

DISCIPLINA: MATEMÁTICAS

- Eje temático:** Medición
- Tema:** Instrumentos de medidas convencionales y otros (cinta métrica, regla, litro bascula, etc.)

Los instrumentos de medición son las herramientas que se utilizan para tomar la medida de un objeto u elemento. Existen diversos tipos de instrumentos que se clasifican según lo que miden:

Instrumentos para medir tiempo. Reloj, cronómetro, temporizador.

Instrumentos para medir peso. Báscula, balanza, dinamómetro, barómetro.

Instrumentos para medir longitud. Regla, cinta métrica, distanciómetro, calibrador.

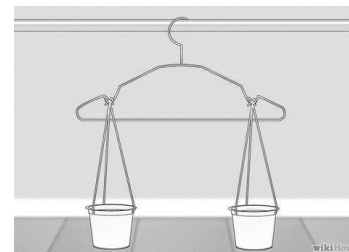
Instrumentos para medir temperatura. Termómetro, pirómetro, termohigrógrafo.

Instrumentos para medir corriente eléctrica. Amperímetro, polímetro, galvanómetro.

Con el apoyo de tu familia elabora una balanza con material que tengas en casa, enseguida responde lo siguiente:

¿Es una unidad convencional o no convencional la balanza que realizaste y por qué?

Dibuja en tu libreta ¿qué objetos puedes pesar con tu balanza y que pasa cuando queda en el mismo nivel o sea que no sube ni baja la balanza?



Las enfermedades respiratorias crónicas (ERC) son enfermedades de tipo crónico que afectan al pulmón y/o a las vías respiratorias. Algunas de ellas son el asma, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la rinitis alérgica, las enfermedades pulmonares de origen laboral y la hipertensión pulmonar. Las enfermedades respiratorias afectan a los pulmones directamente y pueden surgir por las siguientes causas: pulmonares, cardiovasculares, emocionales y causas graves que pueden llegar a ser mortales.

Los síntomas varían según la persona y según la patología. No obstante, los síntomas más frecuentes son:

- Tos
- Silbidos y presión en el pecho
- Secreciones (flemas)
- Fatiga y dificultad para respirar
- Rinitis
- Estornudos
- Picor de nariz

¿Cuáles son las causas de las enfermedades respiratorias?

Puede haber combinación de factores que causen las enfermedades respiratorias. Normalmente responden a determinadas causas:

- Virus
- Fumar cigarrillos
- Contaminación del aire, polvo y gases tóxicos



Comenta con tu familia que harían para prevenir una enfermedad respiratoria en estos momentos de pandemia.

EL EQUINOCIO DE PRIMAVERA

- **Actividad.** En familia lean el siguiente texto.

Las antiguas culturas de México construyeron sus templos pensando no solamente en el vínculo estrecho que tenemos los seres humanos con la tierra, sino también en el enorme vínculo que establecemos con el universo. Los templos que hoy conocemos como zonas arqueológicas son monumentos astronómicos que miden no solo los movimientos del sol, sino también los lunares, planetarios y estelares.

La sabiduría que desarrollaron las culturas de Mesoamérica estaba basada en un concepto muy sencillo... "observar a la naturaleza y aplicar en nosotros sus principios".

Sin duda alguna uno de los fenómenos astronómicos en los que estaban más centrados los pueblos antiguos eran los solsticios y equinoccios. Veámoslo de una manera muy sencilla:

El Sol no siempre nace en el mismo punto cada día, si bien es cierto que el Sol nace en el Oriente y se oculta en el poniente, también se mueve de norte a Sur.

Cuando Tonatiuh el Sol, inicia su recorrido hacia el norte pasa por dos momentos importantes, el primero de ellos es el equinoccio que es el centro de todo el recorrido, el punto medio. Nuestros ancestros decían que es cuando el Sol se convierte en Quetzaltototl, el ave de plumas preciosas que irradia de vida todo lo que ilumina.



Un poco más hacia el Norte llega a su ascensión máxima posándose en el cenit. Es el día solar más importante de todos porque justo al mediodía todas las cosas carecen de sombra si es que se encuentran en una perfecta vertical. A este momento los Toltecas le llamaron Tonalnepantla "la energía central" que es cuando el Sol se convierte en águilamariposa.

Esto es justo lo que se expresó en la Cuauhxicalli. En el punto central está la perfecta verticalidad cuando la gran águila que es el Sol, el fuego, se fusiona con la mariposa símbolo del movimiento y el espíritu. Es el momento en que se crea un ombligo que alimenta la Tierra. Al centro Tlaltecuhltli, la esencia masculina y ancestral de la tierra recibe la fuerza de Tonatiuh para fecundar la tierra. En el código Mendoza se puede ver en el centro como se unen el águila que representa el Sol y el nopal que representa el agua formando el atlachinolli el "agua quemada", el principio fundamental de la vida.

Particularmente en el equinoccio al ser la mitad del recorrido solar, el día tiene la misma duración que la noche. El registro de este momento lo podemos observar en varios templos como el de Dzibilchaltun en Yucatán, Chichen Itza, el tajín, Teotihuacan, Monte Albán, Palenque, Tulum, Xochicalco, el Tepozteco y Mitla, por mostrar solo algunos ejemplos.

¿Por qué las culturas antiguas ponían tanta atención a este evento? En el equinoccio de primavera en marzo brota la vida, todo florece y comienza un periodo en el que se crearán los frutos que han de alimentar a todos los seres vivos.

En el equinoccio de otoño en septiembre se cosechan los frutos y la tierra comienza su periodo de reposo y descanso donde la naturaleza muere y se contrae para depositar las semillas sobre la tierra, las mismas que comenzarán a crecer en marzo.

El equinoccio de primavera es una época del año en la que el día y la noche duran prácticamente lo mismo, esto se debe a la alineación completa del Sol y el Ecuador que significa el inicio oficial de la primavera.

MIÉRCOLES 23 DE MARZO

SALUDO: Hola. Que tengas bonito día.

FRASE DEL DÍA: "No importa si un niño aprende lentamente, lo importante es animarlo a que nunca deje de aprender."

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA:



FRASE DE ESCUELA: "Jamás la escuela y el maestro podrá ser reemplazados por la tecnología...Hace falta la pedagogía del afecto".

TEMA GENERAL: Alimentación sana

ACTIVACIÓN FÍSICA:

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del martes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy martes haremos este ejercicio: **GATEO EN PATRÓN CRUZADO**. Papá o mamá dirá al niño que gatee sobre las rodillas y las manos. Su gateo debería ser suelto y rítmico: sincronizado. Debe realizar de la siguiente manera; la mano derecha y la rodilla izquierda deben tocar el suelo al mismo tiempo y viceversa. Las manos deben tener las palmas hacia abajo en forma plana, los dedos deben señalar hacia adelante y los pies debe arrastrarlos. Papá o mamá deben observar: Como se está usando la mano y la rodilla de lados opuestos simultáneamente, el equilibrio y el ritmo deben ser sueltos y naturales.

Tomar agua al término de la activación física para hidratarte.

MÍSTICA

Observa la imagen y menciona que estamos haciendo los humanos con otros seres vivos que viven en otro hábitat. A causa de esto hay animales que se están extinguiendo de este planeta.



Concepto de Extinción: Terminación o fin de una cosa, especialmente después de haber ido disminuyendo o desapareciendo poco a poco.

- Lectura rápida de palabras de estudio.

Zúñiga cabaña muñeca sueña niño

- Escribe 3 palabras de nombre de fruta que lleve la letra ñ.

- Escribe 2 binas con las palabras del campo semántico anterior.

- Escribe tres trina del campo semántico anterior

Lectura del cuento e identificar las palabras de estudio.

La familia Zúñiga viaja a la playa

La familia **Zúñiga** realiza un viaje a la playa, se organizan y llevan alimentos para comer a la orilla de la playa, la pequeña Lucia llevo su **muñeca** estuvo jugando con ella en la playa cuando de repente se acerca un **niño** que quería jugar con ella, él se acercó y ella lo invita a jugar a realizar castillos de arena.

Los padres de Lucia le dicen a ella y a su amigo que no se muevan de donde estar, llega su hermano mayor Iñaki y se ponen a jugar los tres en la arena, mientras sus padres se fueron a la **cabaña** a traer los alimentos para la comida, Lucia invita a su amigo a comer y todos convivieron muy contentos.

Al otro día la familia realizo un paseo a la playa en un bote, todos estaban contentos y observando el paisaje, cuando se encontraban muy adentro de la playa decidieron nadar utilizando los trajes de buzo y los tanques de oxígeno, cuando empezaron a bajar a la superficie observaron distintos peces de colores, una tortuga que pasaba nadando cerca de donde estaban ellos, cuando subieron a la superficie observaron a los lejos una ballena, todos estaban contentos en haber visto tan cerca algunos animales del mar. Lucia le cometa a su familia que debemos de cuidar el hábitat de estos animales sino ya no los podremos ver así de cerca, cuando llegaron a descansar a la cabaña Lucia ya se había quedado dormida y su papá le dice a su mamá que no la despierte ya que ella ya **sueña** algo muy bonito del paseo de hoy.

Escribe una de las palabras de estudio en los 3 momentos.

- Trabaja en el libro del alumno página 89.

DISCIPLINA: SOCIEDAD Y CULTURA

La diversidad cultural es una fuerza motriz del desarrollo, no sólo respecto al crecimiento económico, sino como medio de tener una vida intelectual, afectiva, moral y espiritual más enriquecedora. Esta diversidad es un componente indispensable para reducir la pobreza y alcanzar la meta del desarrollo sostenible.

Esta diversidad cultural, se manifiesta por la diversidad del lenguaje, de las creencias religiosas, de las prácticas del manejo de la tierra, en el arte, la música, en la estructura social, en todos los atributos de la sociedad humana.

Concepto






Cultura: Conjunto de conocimientos, ideas, tradiciones y costumbres que caracterizan a un pueblo, a una clase social, a una época, etc.

Observa la imagen y comenta si es importante respetar la forma de ser de cada persona como de su cultura y porqué.



DISCIPLINA: ALIMENTACIÓN SANA

Importancia de las cinco comidas: Una buena nutrición inicia con las porciones adecuadas y en el momento indicado del día. Tu organismo requiere cinco comidas al día para mantener una vida saludable.

Desayuno	El desayuno ayuda a mantenerte con energía para iniciar tu día por eso es la comida más importante.	
Colación	La colación satisface nuestro apetito y nos ayuda a mantener niveles de energía estables en el día.	
Almuerzo	El almuerzo aporta la energía que el cuerpo necesita, para afrontar cualquier actividad.	
Colación	En la tarde, la colación refuerza una buena dosis de nutrientes a tu organismo.	
Cena	La cena debe ser ligera y es importante para compartir y alimentarte sanamente en familia.	

Comenta con tu familia si es importante llevar a cabo las cinco comidas y porque, enseguida dibuja en tu libreta que alimentos consumes en cada uno de los momentos.

JUEVES 24 DE MARZO

SALUDO: Buen día, ¡Me encanta poder saludarte todos los días!

FRASE DEL DÍA: "No importa si un niño aprende lentamente, lo importante es animarlo a que nunca deje de aprender."

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA:



FRASE DE ESCUELA: "Jamás la escuela y el maestro podrá ser reemplazados por la tecnología...Hace falta la pedagogía del afecto".

TEMA GENERAL: Alimentación sana

ACTIVACIÓN FÍSICA:

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del martes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos este ejercicio: **Caminata de orientación.** Mientras el niño camina, papá o mamá dirá; gira a la derecha o gira a la izquierda. Observar la orientación espacial.

Tomar agua al término de la activación física para hidratarte.

MÍSTICA:

Observa la imagen y comenta, sabías que estos alimentos aparte de que se consumen son una fuente de trabajo para los pobladores que viven cerca de la costa.



- Dibuja en tu libreta que mariscos conoces o consumes en casa con tu familia.

- Lectura de las palabras de estudios.

Zúñiga cabaña muñeca sueña niño

- Escribe 3 palabras de animales que su nombre inicie o lleve la letra ñ.

- Escribe 2 binas con las palabras anterior.
Ejemplo: ñacunda vuela

- Escribe tres trina con las palabras anterior.

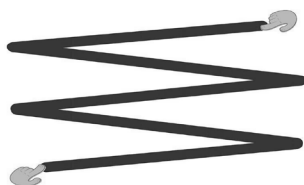
Ejemplo: ñacunda vuela alto

Escribe una de las palabras de estudio en los 3 momentos.

- Trabaja en el libro del alumno página 90.

DISCIPLINA: DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL
--

Realiza el siguiente trazo en la libreta y enseguida realiza el ejercicio de sincronización cerebral. Colocar los dedos índices de las manos derecha e izquierda y a continuación intentar repasar con ellos el trazo señalado, de forma simultanea hasta que los dedos lleguen a encontrarse en el punto medio.



DISCIPLINA: MATEMATICAS

- **Eje temático:** Medición
- **Tema:** Instrumentos de medidas convencionales y otros (cinta métrica, regla, litro bascula, etc.)

Las unidades de medidas no convencionales son aquellas que no están en el sistema internacional de unidades, por ejemplo: partes del cuerpo y diferentes objetos.

Observa las siguientes imágenes e identifica con una **x** las unidades convencionales y las no convencionales con un círculo (o).



DISCIPLINA: SALUD COMUNITARIA INTEGRAL

Medicina alternativa

Se refiere a tratamientos con bajo o sin riesgo que son utilizados en lugar de tratamientos convencionales (estándar). Si usted utiliza un tratamiento alternativo junto a medicina o terapia convencional, el tratamiento alternativo será considerado como terapia complementaria.

Existen muchas formas de medicina alternativa. Estas incluyen acupuntura, quiropráctica, masaje, hipnosis, biorretroalimentación, meditación, yoga y tai chi.

La acupuntura consiste en estimular ciertos acupuntos en el cuerpo utilizando agujas finas u otros métodos.

La acupuntura es un medio efectivo para aliviar el dolor como, por ejemplo, el dolor de espalda y el dolor de cabeza. La acupuntura también puede ayudar a aliviar el dolor debido a:

- Cáncer
- Síndrome del túnel carpiano
- Fibromialgia
- Parto (trabajo de parto)
- Lesiones musculo esqueléticas (por ejemplo, del cuello, hombros, rodilla o codo)
- Osteoartritis
- Artritis reumatoide



Comenta con tu familia si conocen plantas medicinales ya que es una medicina alternativa, enseguida en tu libreta pega las plantas medicinales mencionadas.

SALUDO: Hola, recibe un afectuoso saludo a distancia.

FRASE DEL DÍA: "No importa si un niño aprende lentamente, lo importante es animarlo a que nunca deje de aprender."

CONTEXTO SOBRE LA PANDEMIA:

Para la mayoría de las vacunas contra la COVID-19 es necesario administrar dos dosis. Si este es el caso, no debe olvidarse que es importante administrar la segunda dosis.

La primera de estas dosis sirve para exponer a nuestro sistema inmunitario al antígeno —es decir, la proteína que da lugar a la producción de anticuerpos—; esta primera vacunación estimula la respuesta inmunitaria. En cuanto a la segunda dosis, actúa potenciando la respuesta inmunitaria para que el organismo recuerde cómo luchar contra el virus si este entra de nuevo en el organismo.

FRASE DE ESCUELA: "Jamás la escuela y el maestro podrá ser reemplazados por la tecnología...Hace falta la pedagogía del afecto".

TEMA GENERAL: Alimentación sana "Alimentos de origen animal y derivados"

ACTIVACIÓN FÍSICA:

Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del martes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy miércoles haremos este ejercicio: **Cruzando el río.** la actividad se realizará en un espacio de 3 a 5 metros. El niño deberá pasar de un extremo a otro reptando (cruzando el río), papá o mamá darán la indicación de cuando cruzar el río. para simular el río podemos utilizar tiza, pintura, sabana, etc. de color azul)

Tomar agua al término de la activación física para hidratarte.

MÍSTICA:

Leer y cantar "los tres pececitos se fueron a nadar"

<https://www.youtube.com/watch?v= PKQMPNWKf4>

Tres pececitos se fueron a nadar

el más pequeñito se fue al fondo del mar,
vino un tiburón y le dijo: "ven acá",
no, no, no, no, no porque se enoja mi mamá.

1 pececito se fue a nadar,

el pequeñito se fue al fondo del mar,
vino un tiburón y le dijo: "ven acá",
no, no, no, no, no porque se enoja mi mamá.

2 pececitos se fueron a nadar,

el más pequeñito se fue al fondo del mar,
vino un tiburón y le dijo: "ven acá",
no, no, no, no, no porque se enoja mi mamá.

- Lectura rápida de las palabras de estudio

Zúñiga cabaña muñeca sueña niño

- Lectura del campo semántico de nombre de cosas que llevan la letra ñ.

muñeca moño leña uña piñata

- Escribe 3 palabras del campo semántico anterior:

- Escribe 2 binas con las palabras del campo semántico anterior.
Ejemplo: moño rojo

- Escribe tres trina del campo semántico anterior
Ejemplo: moño rojo grande

Escribe una de las palabras de estudio en los 3 momentos.

- Trabaja en el libro del alumno página 91.

DESARROLLO LINGÜÍSTICO INTEGRAL

DNP. Ocho perezoso



PASO:

- Estire la mano a la altura de la nariz con el pulgar levantado y realice el ocho.
- Los ojos deben acompañar el movimiento de la mano.
- La cabeza no se mueve.

BENEFICIOS:

- Sirve para integrar los campos visuales.
- Es útil para evaluar lo que se lee.
- Ayuda a reforzar la visión, lectura, capacidad de coordinación y equilibrio.

ACTIVIDAD TRANSFORMADORA

Receta para preparar una ensalada de atún

Ingredientes

2 cucharadas grandes mayonesa
2 latas atún aceite o agua
2 jitomates
1 cebolla
1 paquete familiar de galletas saladas

Pasos

1. Ecurrir el agua o el aceite de las latas de atún.



2. Una vez lavados los vegetales, Picar en cubos pequeños los jitomates y la cebolla.
3. Colocar todos los ingredientes juntos en un recipiente y mezclar hasta incorporar todo.



4. Servir en la galleta y disfrutar! ¡Se puede acompañar con chiles en vinagre!



DISCIPLINA: DESARROLLO ECOLÓGICO

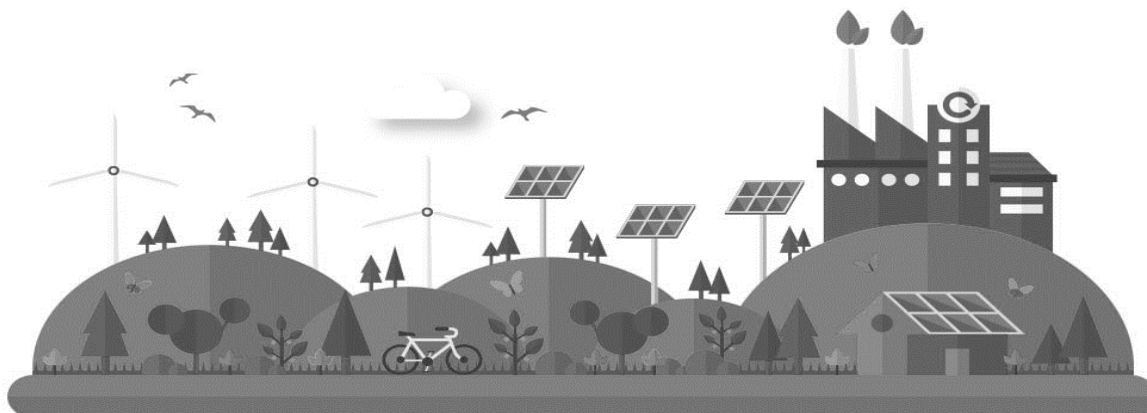
El desarrollo energético a partir de fuentes renovables y limpias, constituye un objetivo estratégico para todas las Naciones, no obstante, el problema resulta cada vez más complejo. A las viejas exigencias sobre suficiencia en cantidad, calidad y seguridad, se suma actualmente el cuestionamiento severo respecto del uso de fuentes fósiles y las dificultades en torno a las energías alternativas.

Los retos son abatir la dependencia de los recursos convencionales, disminuir el consumo de combustibles fósiles, al mismo tiempo que, poner bases firmes para ampliar las posibilidades con fuentes renovables, capaces de contribuir significativamente con las demandas energéticas requeridas.

Si bien todavía no son respuestas convincentes o, al menos, por diversas razones, no son confiables, suficientes, el proceso de transición está en marcha.

En términos de la Exposición de Motivos de la iniciativa de ley para energías renovables que data de 2005 puede decirse que las razones para legislar son económicas y ambientales. El fomento al uso de las energías renovables se ha convertido en una prioridad política de los gobiernos de los principales países desarrollados del mundo. El cambio climático global relacionado a la emisión de gases de efecto invernadero y la necesidad de diversificar las fuentes primarias de energía frente al aumento y la volatilidad de los precios de los combustibles fósiles, así como su inminente agotamiento en el mediano o largo plazo, ha hecho

que un número creciente de países en el mundo aprovechen, de forma cada vez más intensiva, la oportunidad ambiental y económica que representan las fuentes renovables de energía. Actualmente la energía eléctrica se puede conseguir de varias formas. La más común se produce a través de las centrales termoeléctricas. En ellas se queman combustibles fósiles como el carbón o el petróleo que producen calor. Estas centrales generan residuos contaminantes y, además, generan recursos agotables.



- Observa y comenta la imagen.
- En tu libreta escribe que acciones harías para reducir energía en tu casa.