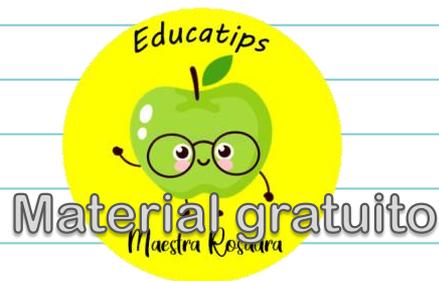


PRIMARIA

3° y 4°

LUNES 1 DE JUNIO

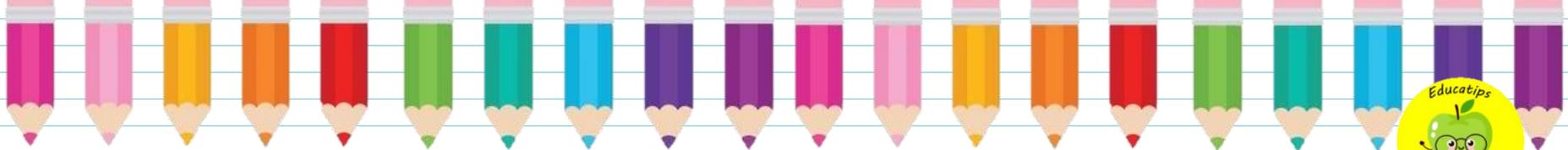
Mi Carpeta de
Experiencias



CICLO ESCOLAR 2019-2020



Maestra Rosaura



CIENCIAS NATURALES

Material gratuito

¿Cómo cuido mi sistema locomotor?

¿Qué vamos a aprender?

Vas a aprender cómo puedes cuidar y fortalecer tu sistema locomotor.



La semana anterior aprendiste a reconocer algunos accidentes que son comunes en niñas, niños y adolescentes, sus causas y las lesiones que se pueden producir. En esta sesión continuarás con este tema, enfocándote ahora en algunas medidas de cuidado y prevención para el aparato locomotor.

Para empezar a estudiar este tema, lee con atención el siguiente texto:

Medidas de prevención para evitar accidentes

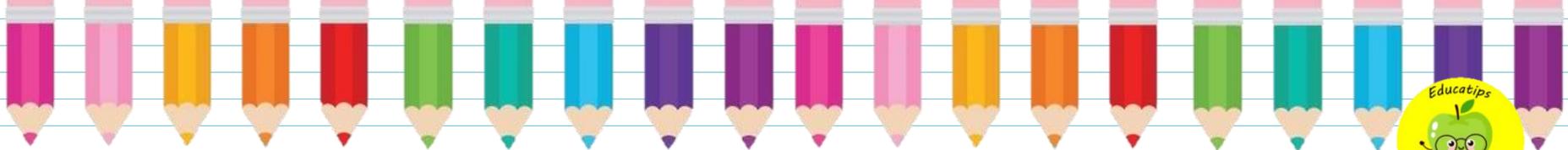
Las lesiones en el aparato locomotor pueden incluir desde una torcedura, un desgarre, una luxación, hasta una fractura, es decir, el rompimiento de un hueso. Para prevenirlas, antes de hacer ejercicio debes calentar los músculos, evitar ejercicios extenuantes por tiempos prolongados e hidratarte antes, durante y después de la actividad física tomando suficiente agua simple potable.

[...]

También debes tener precaución para evitar lesiones, por ejemplo, al caer de una bicicleta, patineta o patines o sufrir accidentes de tránsito. Los golpes en los huesos pueden ocasionar fracturas que son especialmente peligrosas cuando suceden en el cráneo o en las costillas.

No camines sobre bardas, azoteas ni lugares que puedan resultar peligrosos. Usar casco y protecciones en codos y rodillas son medidas que disminuyen la posibilidad de sufrir una lesión grave.

Secretaría de Educación Pública (2019). *Ciencias naturales. Tercer grado*. México, SEP pp. 26-27



CIENCIAS NATURALES

Material gratuito

¿Cómo cuido mi sistema locomotor?

Libro de Texto



En el libro de texto *Ciencias Naturales 3º grado*, de la página 24 a la 27 podrás estudiar este tema.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/P3CNA.htm#page/24>

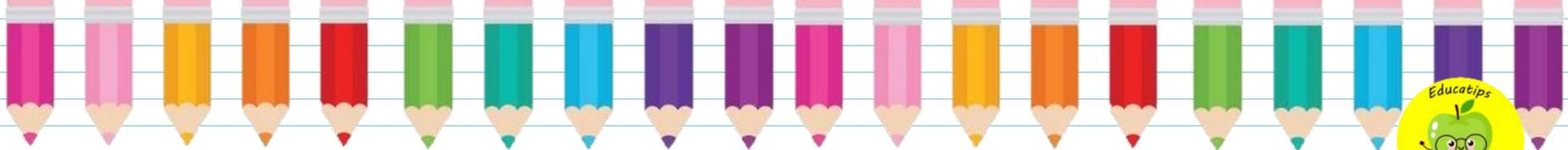
En el libro de texto *Ciencias Naturales 4º grado*, de la página 20 a 22, podrás seguir estudiando sobre el aparato locomotor.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4CNA.htm?#page/20>

Si no los tienes a la mano no te preocupes, puedes investigar en otros libros que tengas en tu casa o en Internet. Revísalos para saber más.

Videos:

1. *MEDIDASPARAFORTALECER Concepto* <https://youtu.be/vjMYNkYYFc>
2. *Cómo cuidar nuestros huesos* <https://youtu.be/keoSyFYsdOA>
3. *Experimentores: Aprende sobre la descalcificación de los huesos* <https://youtu.be/M6e00Z1IDiA>
4. *Beneficios del Ejercicio – El Gnomo Verse – El Equipo Invencible* <https://youtu.be/bDVbTXsMBJM>



CIENCIAS NATURALES

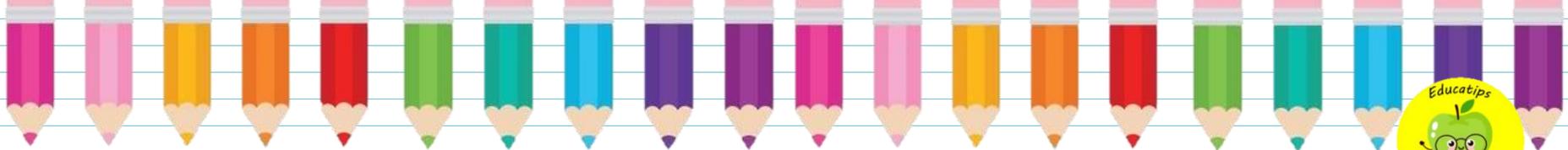
Material gratuito

De los videos *MEDIDASPARAFORTALECER Concepto*, *Cómo cuidar nuestros huesos* y *Experimentores: Aprende sobre la descalcificación de los huesos*

Una de las medidas que debes realizar para mantener tus huesos sanos, es consumir alimentos ricos en calcio. Cuando se pierde calcio los huesos “se reblandecen”.

Investiga y haz una lista de 10 alimentos que contienen calcio, escribe sus nombres e ilústralos con dibujos o recortes de revistas.

1. _____	4. _____	7. _____	10. _____
2. _____	5. _____	8. _____	
3. _____	6. _____	9. _____	



CIENCIAS NATURALES

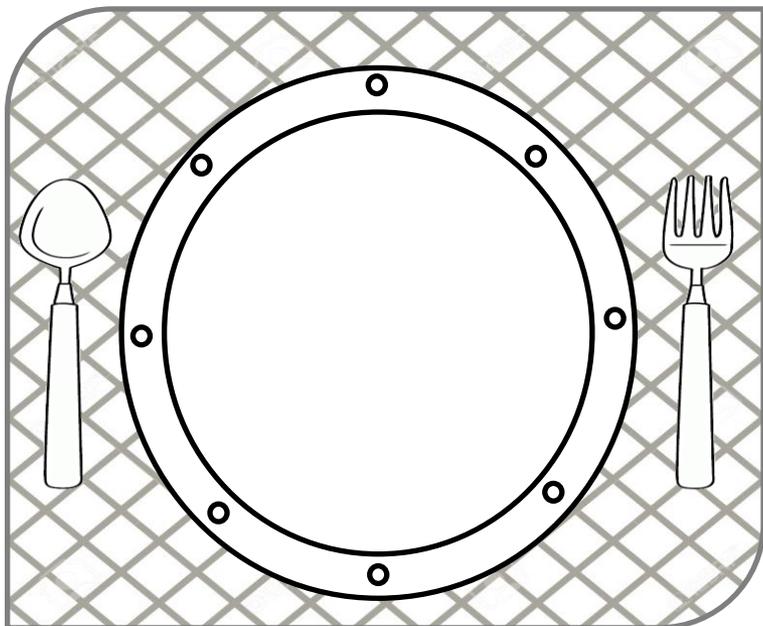
Material gratuito

Del video *Beneficios del Ejercicio – El Gnomo Verse – El Equipo Invencible*

¿Cuánto tiempo se sugiere hacer actividad física diariamente para mantener saludable tu sistema locomotor?

Arma junto con tu familia, un menú para preparar una comida rica y nutritiva. Para armarlo, apóyate en la lista de alimentos ricos en calcio que acabas de hacer en la sección anterior.

Escribe la receta y cuando la preparen, ¡disfrútenla juntos!



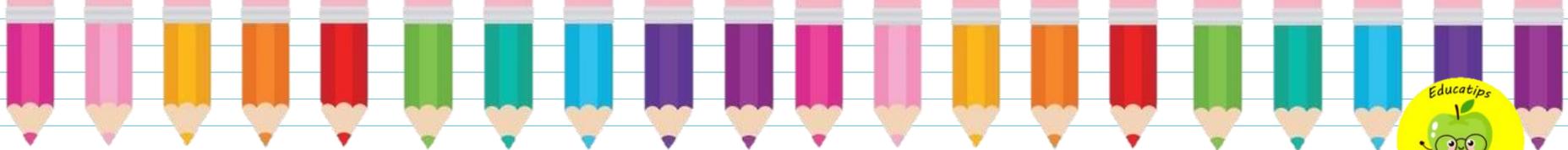
Receta de: _____

Ingredientes:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Modo de preparación:

Si no realizas ejercicio, haz un plan con tu familia para empezar a hacerlo desde ahora.



ARTES



Material gratuito

El arte y mis emociones

¿Qué vamos a aprender?

Seguirás descubriendo las sensaciones que te surgen al observar diversas manifestaciones plásticas, visuales y musicales, y podrás decir lo que te agrada y lo que te desagrada.

En semanas anteriores ya has aprendido que las artes tienen el poder de provocar, evocar y despertar sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos en las personas, es decir la música, la pintura, la escultura, el teatro, la danza, el cine, la literatura y el arte contemporáneo tienen la capacidad de hacerte sentir, imaginar y pensar.

Las artes nos ayudan a conectar con nuestras emociones (la ira, el miedo, la alegría, la tristeza, el disgusto, etc.) de manera sana. Nos permiten reconocerlas y aprender a vivir con ellas de manera constructiva.

En esta sesión aprenderás cómo PREPARAR el cuerpo para la experiencia artística: relajarnos y jugar es un principio fundamental para apreciar las artes.



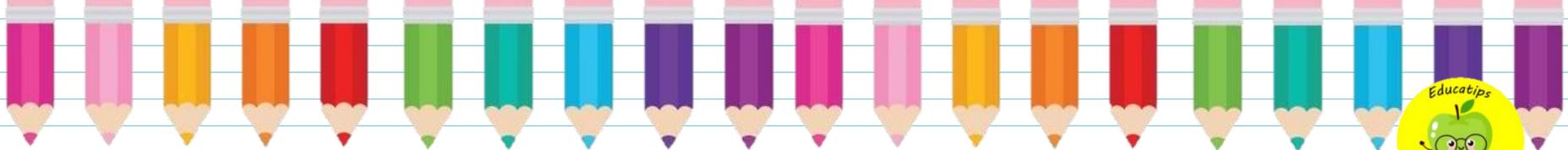
Libro de Texto

Explora el libro de texto *Educación Artística 3° grado*, donde podrás ver muchas imágenes que pueden sugerirte sensaciones, emociones, sentimientos e ideas.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/P3EAA.htm>

Videos:

1. *Vitamina Sé. Cápsula 138. Sensación y emoción | Alas y Raíces* https://youtu.be/5yQWW_iZ9Ps
2. *Actividades para Trabajar Emociones* https://youtu.be/y_X740lpdko
3. *Joan Miró - Biografía para niños* <https://youtu.be/-Zp7Du1ckaY>



ARTES



Material gratuito

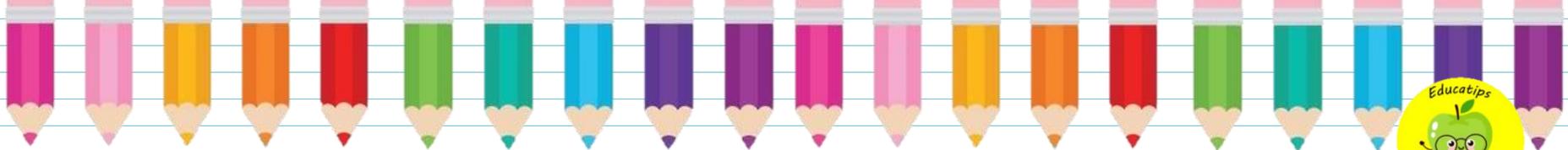
Del video *Vitamina Sé. Cápsula 138. Sensación y emoción | Alas y Raíces*

En el video viste cómo el baile te puede ayudar para deshacerte del miedo. Si tuvieras que deshacerte del enojo ¿Qué movimientos y qué partes del cuerpo utilizarías?
 Inventa tu baile con esa emoción: el enojo. Identifica qué sensaciones físicas tienes cuando estás enojado y en qué partes del cuerpo las sientes. ¡Y ponte a bailar para superarlo!

<i>Emoción</i>	Si tuvieras que deshacerte del enojo...	Inventa tu baile con esa emoción: el enojo. Identifica:
 <p>Enojado</p>	<p><i>Movimientos que utilizarías</i> _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p><i>Partes del cuerpo que utilizarías</i></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><i>Sensaciones físicas que tienes cuando estás enojado</i></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p><i>¿En qué parte del cuerpo la sientes?</i></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

Del video *Actividades para Trabajar Emociones*

Anota en tu libreta las emociones y sensaciones que te provocó cada uno de los fragmentos musicales que escuchaste.	
<i>Fragmento musical</i>	<i>Emociones y sensaciones que te provocó</i>
<i>Música 1</i>	
<i>Música 2</i>	
<i>Música 3</i>	
<i>Música 4</i>	
<i>Música 5</i>	



ARTES



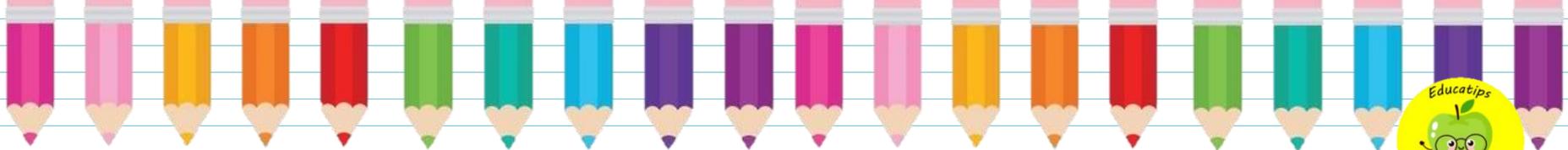
Material gratuito

Del video *Joan Miró - Biografía para niños*

¿Qué es lo que más extrañas hacer en estos días?

Realiza un dibujo que represente eso que extrañas, trata de utilizar el estilo de Miró.





MATEMÁTICAS



Material gratuito

¿Repartos equitativos?

¿Qué vamos a aprender?

Seguirás aprendiendo a resolver problemas de división mediante diversos procedimientos.

Es muy importante que sigas aprendiendo cosas nuevas sobre las operaciones básicas y practicándolas siempre que puedas. Continúa aprendiendo y practicando la división para que la puedas utilizar en la resolución de diversos problemas.

Libro de Texto

En el libro de texto *Desafíos matemáticos 4º grado*, podrás practicar este tema a partir de la página 138.

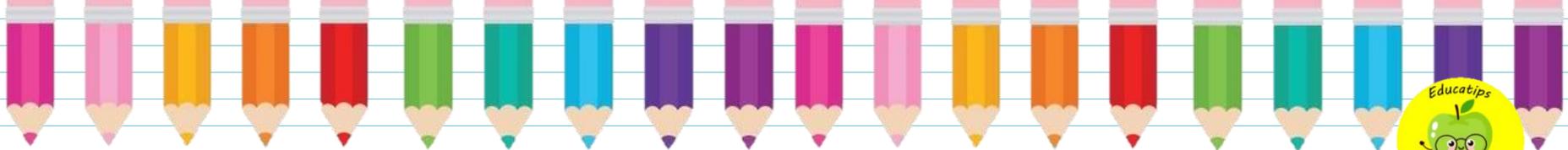
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm?#page/138>

Si no lo tienes a la mano no te preocupes, puedes investigar en otros libros que tengas en tu casa o en Internet; explóralos para saber más.

Videos:

1. Tutorial para saber dividir y Dividir entre 2 dígitos <https://youtu.be/UkGjExuFEMQ>
2. Problemas de división Tercero Básico y División en contexto <https://youtu.be/pqVL--1w-Dw>





MATEMÁTICAS



Material gratuito

De los videos *Tutorial para saber dividir y Dividir entre 2 dígitos*

En un tren viajan diariamente 1604 personas. Si el tren tiene 9 vagones ¿Cuántas personas viajan en cada vagón?
Considera que debe haber la misma cantidad de personas en cada vagón.

Operaciones Matemáticas

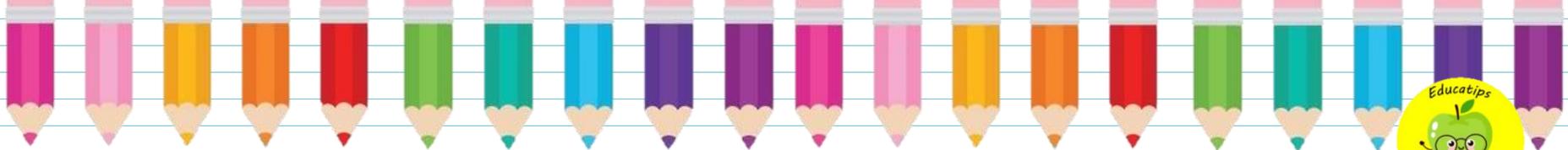
Resultado

De los videos *Problemas de división Tercero Básico y División en contexto*

Resuelve el siguiente problema:
Una pipa de agua contiene 75930 ml de agua y será repartida entre 32 casas. ¿Cuántos litros de agua se distribuirá a cada casa?

Operaciones Matemáticas

Resultado



LENGUA MATERNA. ESPAÑOL



Material gratuito

De sabores, hilos y tierras.

¿Qué vamos a aprender?



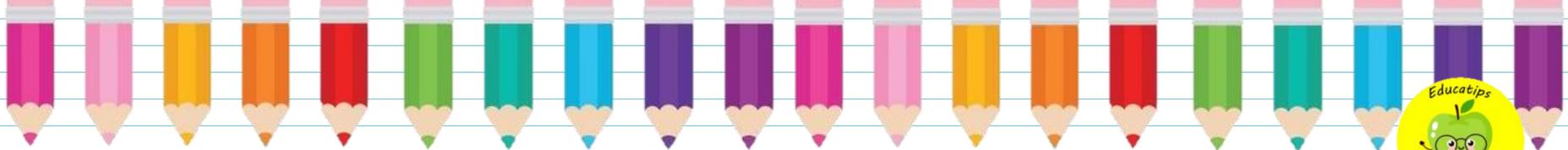
En esta sesión vas a seguir escuchando varias narraciones con el propósito de que conozcas sobre la diversidad cultural de nuestro país.

Hoy vas a escuchar distintas narraciones de personas que elaboran algunos de los productos que reflejan la diversidad de México.

Puedes consultar en libros que tengas en tu casa, o en Internet, para saber y conocer más sobre este tema.

Videos:

1. *Tejate, bebida de los dioses. El imparcial* <https://youtu.be/CQI7MMmLY6M>
2. *El otro México: Tenangos. Los bordados de San Nicolás* <https://youtu.be/8PWpU3J1jTs>
3. *Textiles Istmo de Tehuantepec* <https://youtu.be/ffCA8Ym8JSQ>
4. *La alfarería, el arte de dar vida al barro* https://youtu.be/Mmg780N_FKc



LENGUA MATERNA. ESPAÑOL

Material gratuito

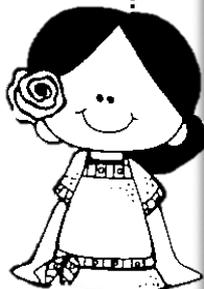
Del video *Tejate, bebida de los dioses. El imparcial*

¿Qué bebida se prepara y consume tradicionalmente en tu localidad?

De los videos *El otro México: Tenangos. Los bordados de San Nicolás y Textiles Istmo de Tehuantepec*

Hablar de los bordados es hablar de un arte antiguo de la humanidad. Es una historia de riqueza artística heredada de generación a generación. Dependiendo de la cultura o la región a la que pertenezcan, se hace alusión, a la flora y fauna, al origen del mundo, a la vida o la muerte.

¿Cuáles crees que son las capacidades que estas personas tienen y desarrollan cuando se dedican a bordar?



Del video *La alfarería, el arte de dar vida al barro*

Con un poco de masa, plastilina o barro, “dale vida” al material y elabora una figura que sea de tu inspiración. Elabora un texto breve con su descripción y lo que representa para ti.

Dibújalo o pega una foto
