



Fichas aprende en casa

PERIODO 6

Del 23 de noviembre
al 04 de diciembre





ESPAÑOL



*Apoyo
Docente*

Primaria

Grado: 4o

Características de un instructivo

23 de noviembre al 04 de diciembre



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF | MÉXICO
AUTÓNOMO EDUCACIÓN FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Español

Características de un instructivo

aprendizaje

Conocer las características de un instructivo e interpretar la información que presenta.

materiales

- Cuaderno de Español
- Libro de texto Español. Cuarto grado
- Material reciclable: 1 vaso de plástico, un palito de madera, pedazos de papel de colores.

ve a tu libro de texto

Español Cuarto Grado páginas 60 a 63 o consúltalo en:

<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4ESA.htm?#page/60>

manos a la obra

¿Alguna vez construiste o elaboraste un objeto, juguete o alimento siguiendo un instructivo? Platica con alguien de tu familia acerca de la utilidad que tiene un instructivo y las características que éstos deben tener.

Para entender lo que es un instructivo y que características debe tener, te invitamos a que leas el **Anexo 1**, que es el Instructivo para elaborar una máscara.

¿Entendiste el procedimiento para construir la máscara? Como te habrás dado cuenta las indicaciones están en desorden. Escribe en el paréntesis los números de acuerdo al orden correcto.

Para completar el instructivo, dibuja en tu cuaderno algunas de las indicaciones que consideres son las más importantes.

Ahora, revisa en tu libro de Español las páginas 60 a 63, en él hay otro ejemplo de un instructivo esta vez para construir un móvil, después comenta con tu familiar si el **Instructivo para elaborar una máscara** se parece a este ejemplo y si además cumple con la siguiente indicación:

Un instructivo debe tener indicaciones breves pero comprensibles de los pasos que deben seguirse. Las instrucciones tienen que ser claras y precisas.

Después lee el esquema del **Anexo 2** “Las características de los instructivos” y si falta alguna, agrégala.

Escribe al final del esquema la definición de instructivo.

Español

Características de un instructivo

para aprender más

Para conocer más sobre los instructivos y sus características, te invitamos a ver el **video 1** que te ayudará a entender todo sobre este tema.



Video 1: Texto instructivo para niños
<https://www.youtube.com/watch?v=mDwTeVI6Js4>

a compartir

Con tus familiares, busquen en casa diversos instructivos, léanlos y comenten cuál es la función de cada uno de éstos.

Si encontraron una receta de cocina, diviértanse preparándola siguiendo las instrucciones.

a divertirnos

¡Es hora de elaborar algo entretenido!

Con tu familiar elabora una muñeca o un muñeco utilizando material reciclable. Sigue las instrucciones. Para su elaboración contenidas en el **Anexo 3**.

qué aprendí

A reconocer las características de un instructivo e interpretar la información que presenta.



También puedes consultar el siguiente sitio en donde encontrarás mayor información acerca de los **instructivos**,
<https://cutt.ly/MfKiWOr>

Español

Características de un instructivo.

Anexo 1

Lee el siguiente **instructivo**. Como te habrás dado cuenta las indicaciones están en desorden. Escribe en el paréntesis los números de acuerdo al orden correcto.

INSTRUCTIVO PARA ELABORAR UNA MÁSCARA

Materiales:

Molde de máscara.

Hoja de cartulina.

Colores o crayolas

Tijeras.

Cinta elástica.

Pegamento líquido.

Retazos de papel de colores.

Procedimiento:

- () Colorea la máscara con ayuda de tus colores o crayolas.
- () Traza el contorno de los ojos y dos agujeros, uno en cada extremo, para anudar la cinta.
- () Dibuja en la cartulina el contorno de la máscara
- () Sujeta la máscara a tu cabeza, ¡y listo!
- () Anuda la cinta elástica en los agujeros que hiciste a los extremos de tu máscara.
- () Recorta el contorno de la máscara y el de los ojos.
- () Agrega un poco de pegamento en el contorno de tu máscara y pega trozos de papel de colores.



Recuperado de: <https://bit.ly/3okf9Gh>

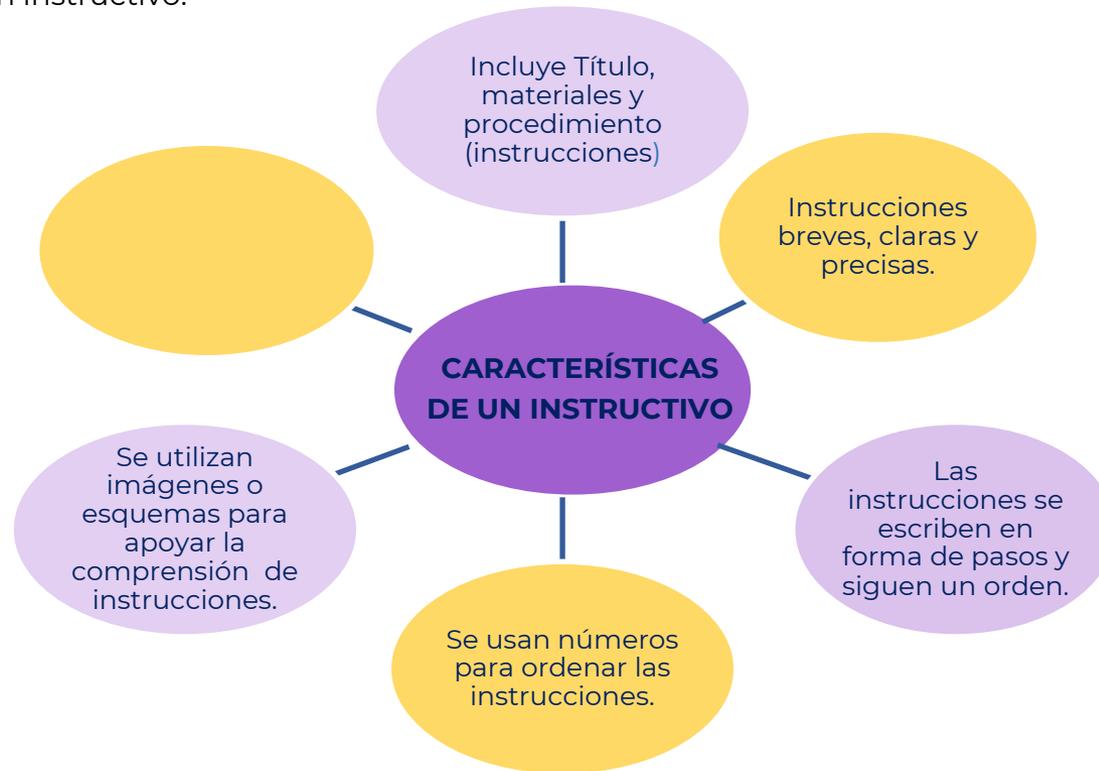
Fuente: <https://cutt.ly/MfKiW0r>

Español

Características de un instructivo

Anexo 2

Lee las características de los textos instructivos y si falta alguna, agrégala. Copia en tu cuaderno
Al final escribe qué es un instructivo.



Un instructivo es:

Anexo 3 ¡Hagamos un muñeco con material de reciclaje!



1. En un vaso de plástico o papel pinta una cara, como se muestra aquí.



Después utiliza un palito de madera más grande que el vaso para perforar la parte del fondo del vaso.



2. Corta un pedazo de papel en tiras que vas a pegar en la parte de arriba como cabello.



3. Pinta una falda de papel y pégalala al vaso



La muñeca esta lista! También puedes utilizar trapos para hacer los cabellos y la falda, recortar y pegar los ojos, la boca y la nariz.

Al terminar de elaborar tu juguete, contesta en tu cuaderno:

¿Cuáles características observaste en este instructivo?

¿Lograste interpretar la información del instructivo? Si tuviste alguna dificultad menciona cuál fue.

Español

Características de un instructivo

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP. (2019) Libro de texto. Español. Cuarto grado. México 2019-2020. CONALITEG. pp. 60 - 63.

SEP (2012). Programa de Estudios 2011 Guía para el maestro, Educación Básica, Primaria cuarto grado., México: CONALITEG

Referencias de internet

Video 1: Aprendemos juntos (2020 julio 1) Texto instructivo para niños. Video educativo [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=mDwTeVI6Js4> Última consulta: (30 de octubre de 2020).

Tu gimnasia cerebral (s.f.) Instructivos para niños – Cómo hacerlos y ejemplos [Página web]. Recuperado de: <http://tugimnasiacerebral.com/gimnasia-cerebral-para-ni%C3%B1os/que-son-los-instructivos-para-ni%C3%B1os-como-hacerlos-y-ejemplos> Última consulta: (30 de octubre de 2020).

Referencias de imágenes

Anexo 1: Instructivo [Imagen] Coordinación Sectorial de Educación Primaria (2020).

Máscaras de cartón [Fotografía] Recuperada de : <https://i.ytimg.com/vi/DEe2UC-nGIs/maxresdefault.jpg> Última consulta: (1 de noviembre de 2020).

Anexo 2: Esquema [Imagen] Coordinación Sectorial de Educación Primaria (2020).

Unknown Español (2017 mayo 17) escribir un instructivo para elaborar manualidades. Instructivo para elaborar una muñeca con material reciclado [Imagen]. Recuperado de: <http://noticia5bloque.blogspot.com/2017/05/el-instructivo.html> Última consulta: (30 de octubre de 2020).



Primaria

Grado: 4o

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones

23 de noviembre al 04 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Español

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones

aprendizaje

Emplear verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones.

materiales

- Cuaderno de Español 4to grado
- Libro de Español 4to Grado
- Listón, popotes, hojas de colores, tijeras, aguja, material reciclable(tela, revistas, periódicos, etc.)
- Pluma y Lápiz
- Colores.

manos a la obra

Pide ayuda de un adulto y lean el siguiente instructivo y cópialo en tu cuaderno

Hagamos un collar de flores

Materiales:

- 1 metro de listón blanco delgado.
- 3 Popotes.
- Hojas de colores.
- Lápiz.
- Tijeras.
- Aguja.



Instrucciones:

1. Dibujar 30 flores de cinco o seis pétalos del mismo tamaño en hojas de colores. Observa los moldes en el **Anexo 2**.
2. Cortar cada una de las flores que dibujaste.
3. Hacer un orificio pequeño en medio de cada una de las flores que recortaste.
4. Insertar el listón en la aguja y hacer un nudito al listón.
5. Cortar cada popote en pedacitos de 3 cm.
6. Insertar en la aguja con el listón, una flor y en seguida un pedacito de popote, Hasta terminar de agregar todas las flores.
7. Amarrar cada orilla para que te quede un bonito collar de flores.

En Hawái les llaman Leis, al collar de flores

Coordinación Sectorial de Educación Primara (2020)

Español

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones



- Escribe en tu cuaderno el instructivo para elaborar el collar de flores. A continuación, sigue las instrucciones siguientes:

1.- Encierra en color rojo los verbos que encuentras en el instructivo.

2.- Anota cuál es la terminación de cada uno de los verbos que identificaste.

3.- ¿Sabes cómo se llaman los verbos cuando terminan en esas sílabas?

- Lee la información que aparece en el **Anexo 1 “Verbos en infinitivo” y “Verbos en Imperativo”** compara los verbos que encerraste en rojo con la información **del Anexo 1**, ahora los cambiarás a forma imperativa. Elabora una lista que llevará por título verbos imperativos.
- Al terminar tu lista de verbos imperativos, muéstrala a un familiar y pregúntale cómo puedes mejorarla.
- Al igual comenta con tu profesor de grupo sobre el tema o si tienes alguna duda, no olvides guardar todo lo que realizaste a tu portafolio de evidencias.
- Ve a tu libro de Español en la página 64-65 lee y resuelve según las indicaciones que ahí se presentan.



Español 4to grado, págs. 64 y 65, o consúltalo en :
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4ESA.htm?#page/64>

Español

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones.

para aprender más

Para conocer más sobre los verbos en infinitivo y la forma imperativa, consulta el **vídeo 1**.



Video 1: Verbos en infinitivo e imperativo

<https://www.youtube.com/watch?v=VyJit7IzUgA>

a compartir

Invita a todos los miembros de tu familia a seguir las indicaciones del instructivo:

“ Hagamos un collar de flores”

Elaboren cada quien su collar de flores, jueguen que son turistas y que acaban de llegar a la isla de Hawái.

También pueden tomarse fotos, videos o inclusive bailar Hula. Diviértanse mucho.

a divertirnos

Ahora ¡vamos a jugar en familia con los verbos!

Realicen un listado de 5 verbos en infinitivo, a continuación cada jugador en una hoja escriba los verbos elegidos, conviértalos a verbos imperativos, después con los 10 verbos resultantes elaboren cada uno un instructivo para elaborar un postre. Gana quien termine antes que todos su instructivo.

qué aprendí

A emplear verbos en infinitivo e imperativo al redactar instrucciones.

Español

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones

Anexo 1

Verbos en Infinitivo	Verbos en Imperativo
Son aquellos que no tienen tiempo en su conjugación y su terminación es en: ar, er, ir , ejemplo: Bail ar , Comer er , Re ír , etc.	Son aquellos que dan una orden en segunda persona, del singular o del plural, ejemplos: Baila, Come , Ríe, etc.

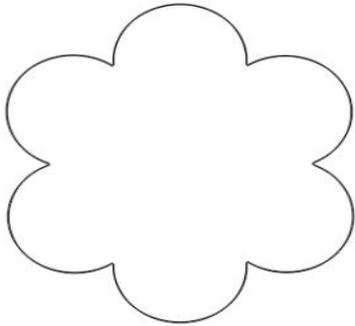
Coordinación Sectorial de Educación Primaria

Español

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones

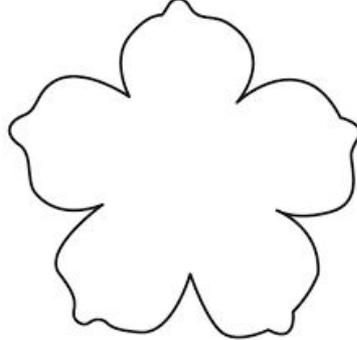
Anexo 2 .

1



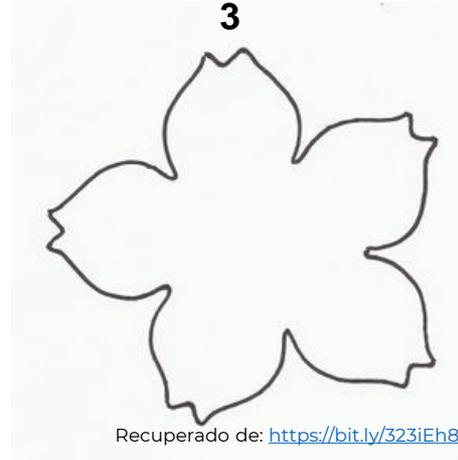
Recuperado de: <https://bit.ly/323i8zI>

2



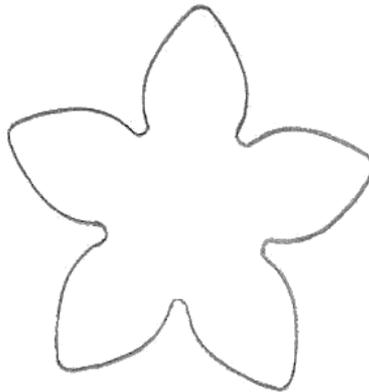
Recuperada de: <https://bit.ly/3ehZadV>

3



Recuperado de: <https://bit.ly/323iEh8>

4



Recuperado de: <https://bit.ly/3eeYTbB>

Español

Empleo verbos en infinitivo o en imperativo al redactar instrucciones.

Referencias bibliográficas

SEP(2019) Español. Cuarto grado de primaria 2019-2020. México: CONALITEG.

Referencias de Internet

Díaz, Vanessa (2020 mayo 20)Verbos infinitivo e imperativo.[Archivo de Video] Recuperado: <https://www.youtube.com/watch?v=VyJit7lzUgA> Última consulta: (12 de septiembre de 2020).

Real academia Española(2020)Infinitivo por imperativo. Recuperado : <https://www.rae.es/consultas/infinitivo-por-imperativo> Consulta12/09/2020

Referencias de Imágenes

Anexo 1: Verbos Infinitivo y Verbos Imperativo [Tabla] Coordinación Sectorial de Educación Primaria(2020.

Flor 1 [Imagen] Recuperada de: <https://i.pinimg.com/736x/8d/41/6c/8d416cb2a8c20d2eb69cf00a28bea33a--tiaras-scrap.jpg> Última consulta: (1 de noviembre de 2020).

Flor 2[Imagen] Recuperada de: <https://i.pinimg.com/736x/fd/15/e1/fd15e16b401fa6fb492f9fab9335fc1a.jpg> Última consulta: (1 de noviembre de 2020).

Flor 3 [Imagen] Recuperada de: <https://i.pinimg.com/736x/75/57/ba/7557ba46b4333eb20613bb556875891c--cake-templates-dogwood-flowers.jpg> Última consulta: (1 de noviembre de 2020).

Flor 4 [Imagen] Recuperada de: <https://i.pinimg.com/736x/6f/9a/f1/6f9af14a309a3914bb17d6729dab6e13--scrap-templates.jpg> Última consulta: (1 de noviembre de 2020).

Hagamos un collar de flores. [Instructivo] Coordinación Sectorial de Educación Primaria(2020)



Primaria

Grado 4°

El instructivo para una manualidad

23 de noviembre al 04 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

aprendizaje

Describir el orden secuencial de un procedimiento, utilizando la escritura convencional de palabras relacionadas con las medidas utilizada.

materiales

- Libro de texto Español Cuarto grado
- Cuaderno de Español
- Yeso
- Pintura vinílica
- Tubo de cartón
- Cuadro de cartón
- Agua
- Cinta adhesiva

manos a la obra

Pide a un adulto que te apoye en la lectura del siguiente instructivo.

Para elaborar gises necesitas: una taza de yeso blanco, un frasco de pintura vinílica del color de tu preferencia, un tubo de cartón de 15 centímetros de altura, un rectángulo de cartón de 10x10 centímetros, cinta adhesiva, 250 mililitros de agua en un recipiente vierte el yeso y agrega el agua poco a poco hasta lograr una pasta homogénea luego vierte la pintura vinílica hasta que la pasta tome un color intenso corta el tubo a lo largo y pégalo con cinta adhesiva para que quede un cilindro de tres centímetros de diámetro aproximadamente sujeta una de sus bases al cuadro de cartón para que quede fijo ahora es momento de verter la mezcla al cilindro deja secar por aproximadamente 15 horas luego desprende el cartón del yeso estará el gis listo.

Reflexionen en lo siguiente, ¿Las instrucciones han sido claras? ¿Qué hace falta para que sean claras?, ¿Consideras que las imágenes en un instructivo son de utilidad?, ¿Por qué?, ¿Conoces la estructura de un instructivo?

Utiliza el formato del **Anexo 1** y ordena las instrucciones.

Español

El instructivo para una manualidad



Español 4° en la página 65 o consulta en:

<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4 ESA.htm?#page/65>



Recuperado de: <https://cutt.ly/CfZobOV>



Toma en cuenta lo siguiente:

- Utiliza signos de puntuación y mayúsculas que sean necesarias para tener mayor claridad en las instrucciones .
- Recuerda anotar las cantidades de manera correcta, por ejemplo: “100 ml. de Resistol” o “2 popotes de 10 cm”
- Realiza algún esquema o dibujo que apoye la instrucción.
- Numera las indicaciones y lee en voz alta tu texto.

Comparte el instructivo con algún compañero para verificar que las instrucciones sean claras. De ser necesario, corrígelas.

Finalmente te invitamos a que veas el **Video 2**, en el que se muestra la elaboración de un pez de papel móvil (Moving Paper Fish | Paper Crafts for Kids). ¡Anímate a escribir su instructivo!

Español

El instructivo para una manualidad

para aprender más

Los instructivos son textos que nos ayudan mucho, sin embargo como puedes darte cuenta tienen que ser claros y breves para lograr su objetivo. A continuación te invitamos a que veas el **Video 1** en el que se explica de manera clara cómo elaborar un instructivo.

videos

Video 1: Texto instructivo para primaria

<https://youtu.be/UKZcCPpbvZA>

Video 2: Moving Paper Fish | Paper Crafts for Kids

<https://www.youtube.com/watch?v=UmZgsnY8fMQ&feature=youtu.be>

a compartir

Juega a hacer un tutorial de manualidades, pide a un adulto que te apoye grabando con su teléfono celular y narra las instrucciones para hacer una manualidad.

No te olvides de verificar el orden de las instrucciones para que sean claras.

a divertirnos

Pide a un adulto que te ayude a conseguir los materiales necesarios para realizar “ gises ” con las instrucciones que escribiste en el **Anexo 1** “Instructivo para elaborar gises”.

Con la autorización de un adulto busca un espacio de tu casa donde puedas probar tus gises echando a volar tu creatividad.

qué aprendí

A describir el orden secuencial de un procedimiento, utilizando la escritura convencional de palabras relacionadas con las medidas utilizadas

Anexo 1 “ Instructivo para elaborar gises “

Ordena las instrucciones

Gises	
Materiales	
➤	_____
➤	_____
➤	_____
➤	_____
➤	_____
Instrucciones	
1.-	
2.-	
3.-	
4.-	
5.-	

Español

El instructivo para una manualidad

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP. (2019) Español. Cuarto grado de primaria. 2019-2020. México: CONALITEG.

SEP (2012). Programa de Estudios 2011 Guía para el maestro, Educación Básica, primaria cuarto grado. México: CONALITEG.

Referencias de internet

Video 1: Campos L.M. (2015 junio 25) TEXTO INSTRUCTIVO PARA PRIMARIA [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=UKZcCPpbvZA&feature=youtu.be> Última consulta: (30 de septiembre de 2020).

Video 2: Easy Kids Craft (2018 junio 21) Moving Paper Fish | Paper Crafts for Kids . [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=UmZgsnY8fMQ&feature=youtu.be> . Última consulta: (30 de septiembre de 2020).

Ingeniando (s.f.) CÓMO HACER GISES DE COLORES EN CASA. [Página Web]. Recuperado de <https://ingeni4ndo.blogspot.com/2014/06/como-hacer-gises-de-colores-en-casa.html?spref=pi> Última consulta: (30 de septiembre de 2020).

Referencias de imágenes

Anexo 1: [Tabla] Coordinación Sectorial de Educación Primaria (2020).

Ingeniando (s/f)) [Página Web].Cómo hacer gises de colores en casa. [Página Web]. Recuperado de: <https://ingeni4ndo.blogspot.com/2014/06/como-hacer-gises-de-colores-en-casa.html?spref=pi> Última consulta: (30 de septiembre de 2020).



Primaria

4° Grado

Diferentes vistas

23 de noviembre al 4 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

aprendizaje

Formar figuras con diferentes materiales y las represente, vistas desde varias perspectivas.

materiales

- Libro de desafíos matemáticos
- Latas
- Recipientes de plástico
- Rollos de papel sanitario
- Hojas de colores, blancas o de rehúso

ve a tu libro de texto

Desafíos Matemáticos en la página 34 o consúltalo en:
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm#page/34>

manos a la obra

Te has preguntado ¿Cómo se forman las figuras? ¿Dónde podemos encontrarlas?

Para conocer a detalle lo anterior, realiza la siguiente actividad:

- a) Con recipientes de plástico o rollos de papel higiénico forma la letra “L”.
- b) Obsérvala de pie, acostado y sentado en el piso.
- c) Dibuja en tu cuaderno cómo se ve la letra desde esas posiciones.
- d) Explica ¿cómo está formada la figura? ¿Qué tipo de líneas son; es decir si son rectas o curvas? ¿Cuántas líneas tienen? ¿En qué objetos de tu casa puedes encontrarlas?

Para guiarte en la realización de esta actividad, consulta el **Anexo 1**

Ahora traza la siguiente figura:

- a) Con recipientes de plástico, latas o rollos de papel higiénico forma la letra “v”
- b) Obsérvala de pie, acostado y sentado en el piso.
- c) Dibuja en tu cuaderno cómo se ve la letra desde esas posiciones.
- d) Explica ¿cómo está formada la figura? ¿qué tipo de líneas tiene; es decir si son rectas o curvas? ¿cuántas líneas tienen?

Revisa tu Libro de desafíos Matemáticos página 34, ahí encontrarás diferentes ejercicios como este.

Matemáticas

Diferentes vistas

para aprender más

Después de haber hecho el ejercicio de integrar algunas figuras y dibujarlas desde diversas perspectivas, te invitamos a que veas el **Video 1**, en donde requieres ser un buen observador ¿Estas listo? ¡Empezamos!

videos

Video 1: Matemáticas. 3º Primaria. Tema 2. Perspectiva de frente y desde arriba:

https://www.youtube.com/watch?v=2a0pGs_Mews

a compartir

Para comprobar lo que aprendiste, busca cajas de un mismo tamaño acomódalas y realiza el dibujo correspondiente, recuerda hacerlo desde diferentes perspectivas, pídele a alguien de tu familia también hagan su dibujo, realicen una comparación y platiquen acerca de sus dibujos.

a divertirnos

Ahora coloca una caja de cereal o envase de leche al centro de tu mesa. Pídele a cada integrante de tu familia que la observe sentado, de pie y acostado. Cada uno describe ¿Qué fue lo que observó?

qué aprendí

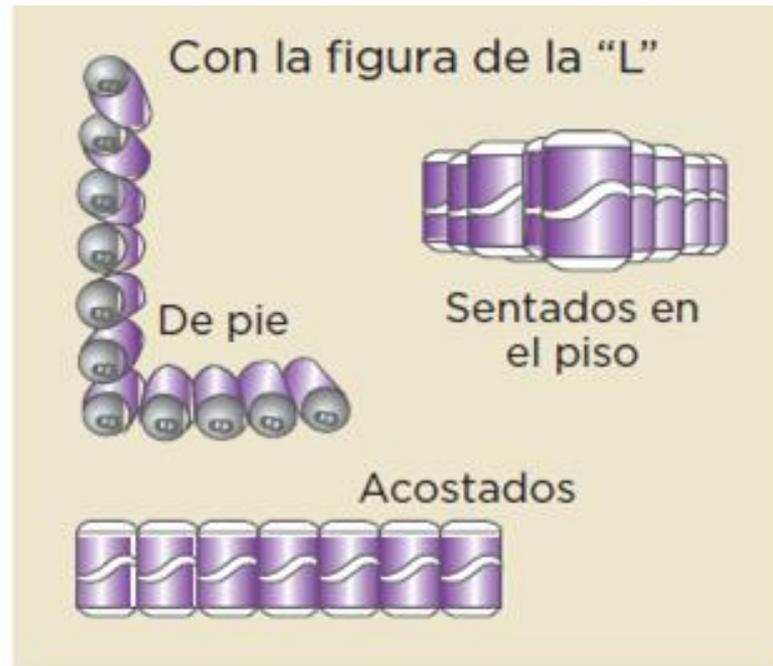
A formar figuras con diferentes materiales y a representarlas, después de verlas desde varias perspectivas.

Matemáticas

Diferentes vistas

Anexo 2. ¿Qué será?

Al formar la letra "L" y observala de pie, acostado y/o sentado en el piso; podemos tener las siguientes vistas.



Recuperado de: <https://bit.ly/34ExGf3>

Matemáticas

Diferentes vistas

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP (2019) Desafíos Matemáticos. *Cuarto grado de primaria*. 2019-2020. CONALITEG: México.

Referencias de internet

Video 1: Chacón Chaparro Jesús (2015 junio 2) Matemáticas. 3°Primaria.Tema 2. Perspectiva de frente y desde arriba. [Archivo de Video] Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=2a0pGs_Mews Última consulta: (2 de noviembre de 2020).

SEP (2019) Desafíos Matemáticos. *Cuarto grado de primaria*. 2019-2020. CONALITEG: México.
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm#page/34> Última consulta 2 de noviembre de 2020.

Referencias de imágenes

Anexo 1: Letra “L” con material reciclado [Imagen] SEP (2019) *Libro del maestro. Desafíos Matemáticos. Cuarto grado*. 2019. México. 2019-2020. Recuperado de: <https://historico.conaliteg.gob.mx/H2014P4DMM.htm?#page/58> Última consulta: (30 de septiembre de 2020).



Primaria

4° Grado

Clasificación de triángulos isósceles y
escalenos

23 de noviembre al 4 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II. Regreso a Clases](#) que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti.

Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Matemáticas

Clasificación de triángulos

Isósceles y escaleno

aprendizaje

Aprender a diferenciar un triángulo escaleno y un isósceles a partir de sus ángulos.

materiales

- Cuaderno de Matemáticas
- Libro de Desafíos Matemáticos
- Colores
- Lápiz
- Goma
- Regla

ve a tu libro de texto

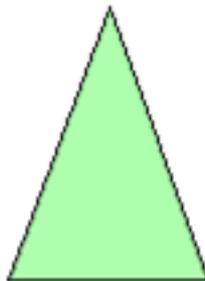
De Desafíos Matemáticos en las páginas 35 y 36 o consulta en:
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm#page/35>

manos a la obra

Lo primero que debes saber es que un triángulo es una figura geométrica con 3 lados, 3 vértices y 3 ángulos.

Los triángulos se clasifican dependiendo de sus lados y sus ángulos. Revisa el **Video 1** para que quede clara la clasificación que te presentamos a continuación.

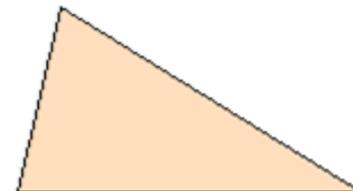
Copia en tu cuaderno los siguientes conceptos.



Triángulo Isósceles: Tiene 2 lados iguales, uno de diferente medida y 2 ángulos que miden lo mismo.

Recuperado de: <https://bit.ly/3mMdSg1>

Triángulo Escaleno: Todos sus lados son de diferente medida y sus 3 ángulos son diferentes.



Matemáticas

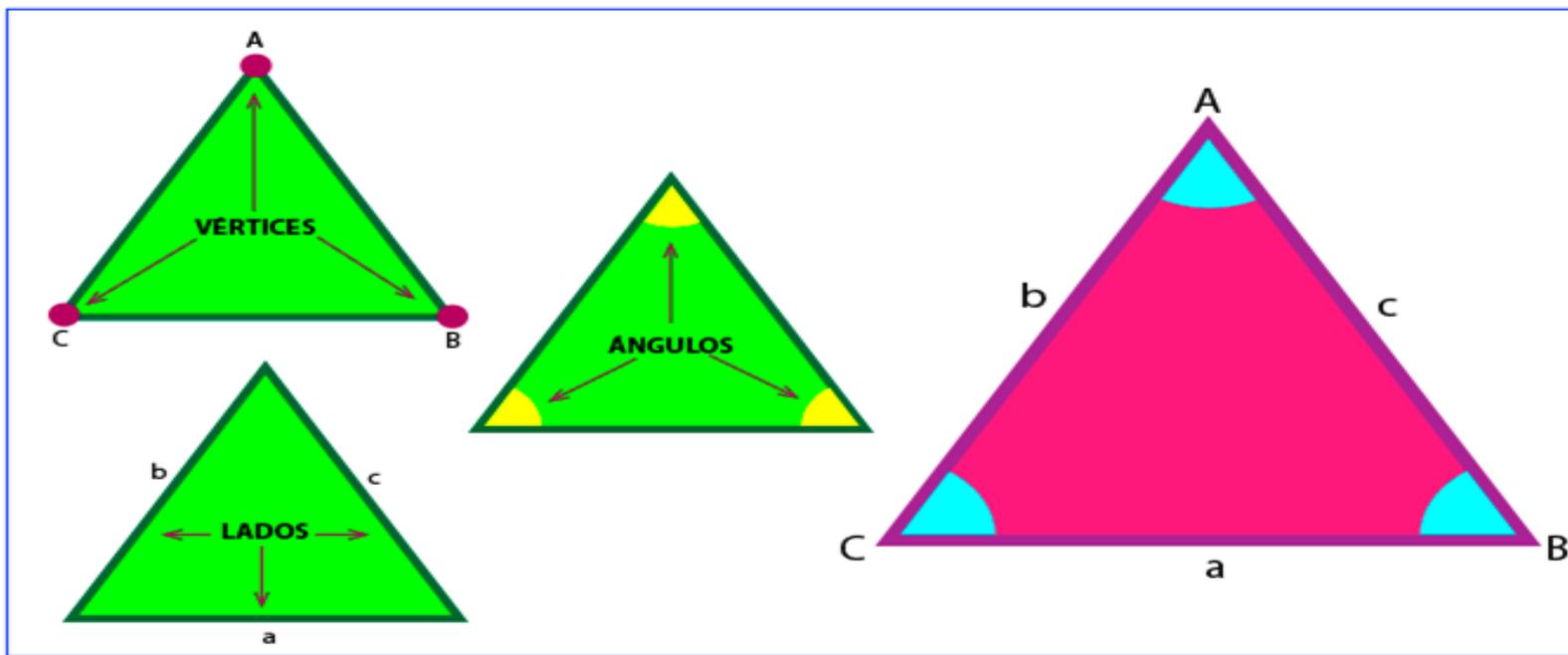
Clasificación de triángulos

Isósceles y escaleno



Observa el ejemplo y cópialo en tu cuaderno. Después ve el **Video 2** que te ayudará a recordar esta información.

TRIÁNGULOS



Recuperado de: <https://bit.ly/3mCx3JT>

Matemáticas

Clasificación de triángulos isósceles y escaleno



para aprender más

Tanto los ejercicios como los videos que revisaste han presentado con claridad los conceptos de la clasificación de los triángulos, sin embargo para evitar que se olvide algún detalle te invitamos a que veas el **Video 3** en compañía de algún familiar



videos

Video 1 Los Triángulos. Videos Educativos para Niños.

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

Video 2 Triángulos Equilátero, Isósceles Escaleno.

<https://www.youtube.com/watch?v=cZl0wphDN-Y>

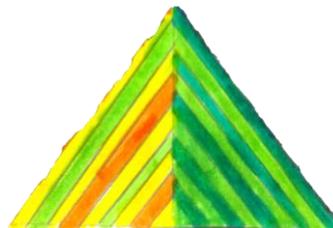
Video 3: CLASIFICACION DE LOS TRIANGULOS. Súper fáciles- TIPOS DE TRIANGULOS.

<https://www.youtube.com/watch?v=I9S1kBXlkBo>.



a compartir

Crea con tu familia algún diseño en triángulos isósceles y escalenos para adornar algún objeto y poner en práctica lo aprendido aquí te damos un ejemplo en donde se señalan varias veces los lados.



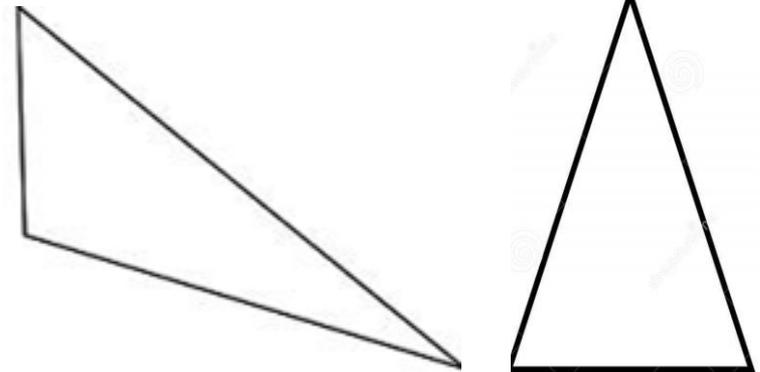
Recuperado de:
<https://bit.ly/2HZxJJU>



a divertirnos

Dibuja en tu cuaderno las imágenes y realiza el siguiente ejercicio: colorea en los triángulos de rojo los lados, de amarillo los ángulos y de verde los vértices.

Anota el nombre de cada triángulo.



qué aprendí

- Un triángulo se puede clasificar según sus lados y ángulos.
- Cuando un triángulo tiene 2 lados iguales se le llama isósceles.
- Cuando un triángulo tiene todos sus lados diferentes se le llama escaleno.
- A identificar los vértices y los ángulos de un triángulo.

Matemáticas

Clasificación de triángulos isósceles y escaleno

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP (2012) Programas de Estudio 2011. Guía para el maestro, Educación Básica, Primaria Cuarto Grado, México, CONALITEG, Autor.

Referencias de internet

SEP (2019) Desafíos Matemáticos. Cuarto grado. 2019-2020, CONALITEG, Autor. Recuperado de <https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm#page/35> Última consulta: (20 de septiembre de 2020)

Video 1: Happy Learning Español, (2015 marzo 26), Los Triángulos. | Videos Educativos para Niños. [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=RGeOmrvRmFc> Última consulta (20 de septiembre de 2020).

Video 2: Grillo Soliz César Moisés (2013 febrero 8) Triángulos Equilátero, Isósceles Escaleno [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=cZl0wphDN-Y> Última consulta (20 de septiembre de 2020).

Video 3: Daniel Carreón, (2020 agosto 17), CLASIFICACIÓN DE LOS TRIÁNGULOS. Súper fácil-TIPOS DE TRIÁNGULOS [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=I9S1kBXLkBo> Última Consulta (20 de septiembre de 2020).

Referencias de imágenes

definición.de,(s.f.), Triángulo escaleno e isósceles [Página Web] Recuperado de: <https://definicion.de/triangulo-escaleno/> Última consulta (20 de septiembre 2020).

Mundoprimary. Características de los triángulos [Imágenes] Recuperado de: <https://www.mundoprimary.com/recursos-matematicas/triangulos> Última consulta: (2 de noviembre de 2020).

Triángulo de colores [imagen adaptada] Recuperado de: https://4.bp.blogspot.com/-ad0PoE_GBic/UMdi_kgmTwI/AAAAAAAAADaE/gw8PsY-QfE0/s1600/isabel+mesa.jpg Última consulta: (2 de noviembre de 2020).



Primaria

Grado 4°

Clasificación de triángulos con base
en la medida de sus ángulos.

23 de noviembre al 04 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II. Regreso a Clases](#) que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

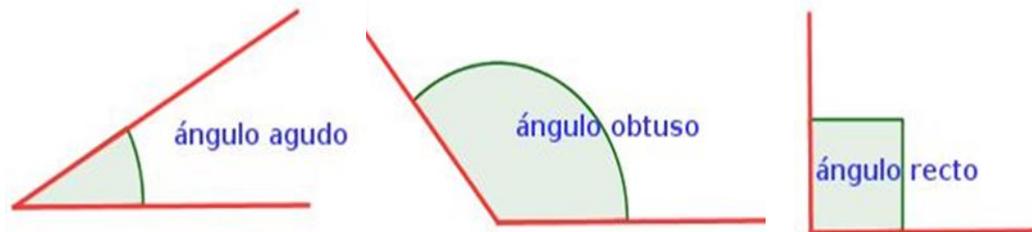
55 36 01 71 23

Matemáticas

Clasificación de triángulos con base en la medida de sus ángulos

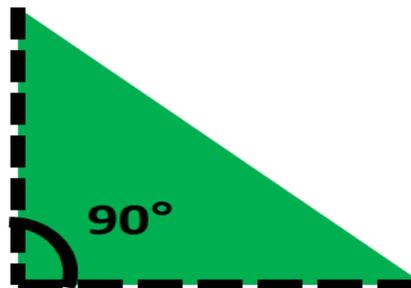


Lo primero que tienes que saber es que no todos los triángulos son iguales ya que los diferencia la medida de sus ángulos.



El ángulo recto es aquel que tiene una abertura de 90° . Observa el siguiente ejemplo y cópialo en tu cuaderno.

Rectángulo



Tiene un ángulo recto.

Revisa tu Libro de Desafíos matemáticos y resuelve la página 37 con lo que sabes de la clasificación de Triángulos.



Identificar un ángulo recto en los triángulos, utilizando el transportador.



- Cuaderno de Matemáticas
- Libro de Desafíos Matemáticos
- Colores
- Lápiz
- Goma
- Regla
- Transportador



Desafíos Matemáticos, página 37 o consúltalo en:
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm#page/37>

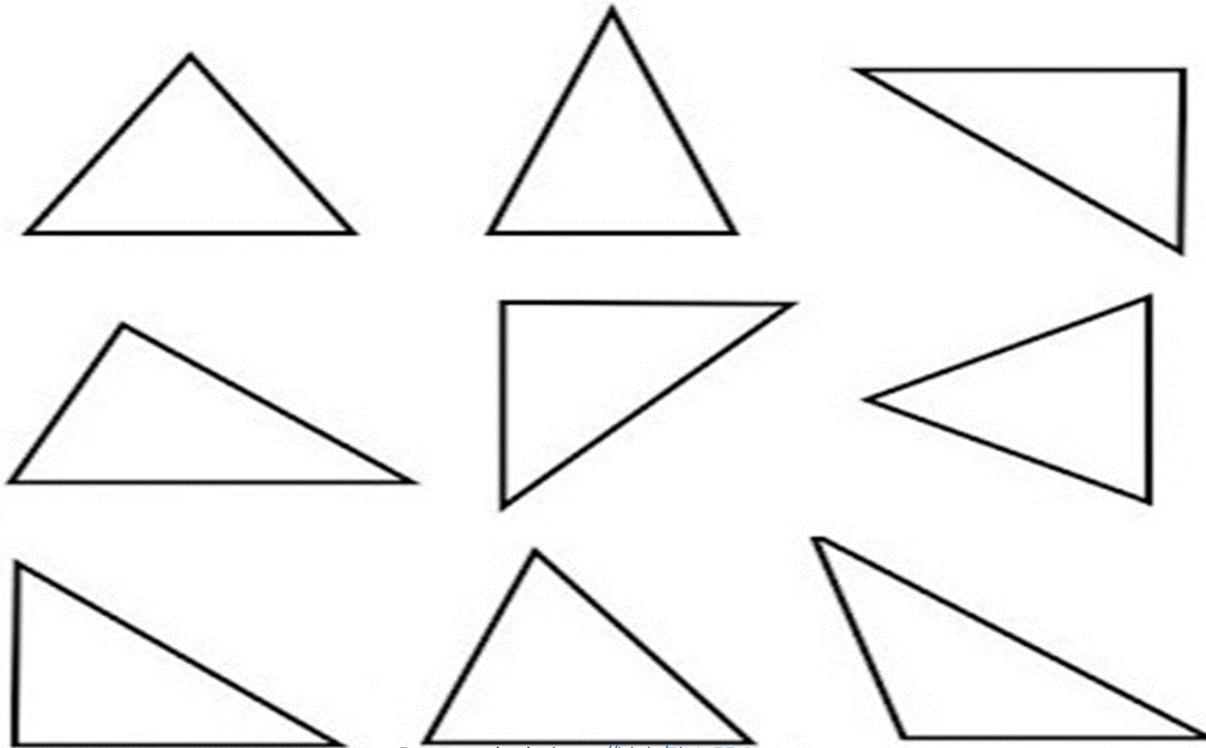
Matemáticas

Clasificación de triángulos con base en la medida de sus ángulos



¿Sabes cómo medir ángulos? ¿Qué instrumento se utiliza? (Escribe la respuesta en tu cuaderno). Ahora observa el **Anexo 1** para que recuerdes cómo se mide un ángulo. Revisa también el **Video 1**. Tomando en cuenta la utilización de tu transportador copia en tu cuaderno y colorea los triángulos que midan 90°

CLASIFICACIÓN DE TRIÁNGULOS



Recuperado de: <https://bit.ly/3jMp3DC>

Matemáticas

Clasificación de triángulos con base en la medida de sus ángulos

para aprender más

Ahora que sabes cómo se miden los ángulos, que te parece si buscas en tu casa diferentes ángulos. Para que recuerdes cómo se llaman los distintos ángulos te invitamos a que veas el **Video 2**.



Video 1: CÓMO MEDIR UN ÁNGULO Súper fácil-para principiantes en:

https://www.youtube.com/watch?v=CRXi4jQiRIM&list=RDCMUCwScwtu5zVqc_wHtRx9XvDA&index=2

Video 2: TIPOS DE ÁNGULOS Súper fácil| Para principiantes

<https://www.youtube.com/watch?v=-zLWJYY42GU>

a compartir

Busca con tu familia los diferentes objetos con ángulos rectos que hay en tu casa comenta cómo aprendiste a utilizar el transportador midiendo los 90° de los ángulos rectos.

a divertirnos

Como te pudiste dar cuenta estamos rodeados de ángulos, con la ayuda de un familiar identifica los ángulos rectos que hay en tu casa, como por ejemplo el marco de tu puerta. ¿Qué otros objetos tienen ángulos de 90° ?



Recuperado de: <https://bit.ly/35Uu9dS>

qué aprendí

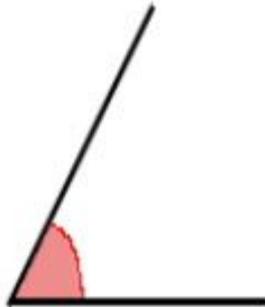
- El triángulo rectángulo es el único que tiene un ángulo recto que mide 90° .
- Los ángulos se miden en grados.
- El ángulo es una abertura.
- El ángulo recto es el más importante porque es el que sirve para comparar el resto de los ángulos.
- Con el transportador podemos medir diferentes tipos de ángulos y así poder clasificar a los triángulos.

Matemáticas

Clasificación de triángulos con base en la medida de sus ángulos

Anexo 1

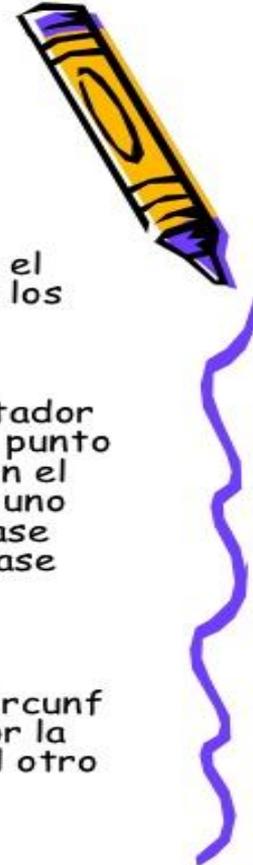
¿CÓMO SE MIDEN LOS ÁNGULOS?



- Para medir un ángulo con el transportador, se siguen los pasos siguientes:

1. Se coloca el transportador de forma que coincida el punto de su base, su centro, con el vértice del ángulo, y que uno de los lados del ángulo pase por 0° , es decir, por la base del transportador.

- 2. Se lee sobre la semicircunferencia del transportador la medida por la que pasa el otro lado del ángulo.



<https://bit.ly/3mHzvPE>

Matemáticas

Clasificación de triángulos con base en la medida de sus ángulos

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP (2012) Programas de Estudio 2011. Guía para el maestro, Educación Básica, Primaria Cuarto Grado. México: CONALITEG.

Referencias de internet

Video 1: Carreón Daniel (2019 diciembre 2019) CÓMO MEDIR UN ÁNGULO Super fácil-Para principiantes [Archivo de Video] Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=CRXi4jQiRIM&list=RDCMUcWScwtu5zVqc_wHtRx9XvDA&index=2 Última consulta: 2 de noviembre de 2020).

Video 2: Carreón Daniel, (2017 diciembre 21), TIPOS DE ÁNGULOS. Súper fácil| Para principiantes. [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=-zLWJYY42GU> Última consulta: Última Consulta (20 de septiembre de 2020)

SEP (2019) Desafíos Matemáticos. Cuarto grado. 2019-2020, CONALITEG, Autor. Recuperado de <https://libros.conaliteg.gob.mx/P4DMA.htm#page/37>

Referencias de imágenes

CLICK TARIMA, (s.f.), Puerta lacada diseño grupo D [Fotografía] Recuperado de: <https://clicktarima.com/puertas-block/puerta-lacada-diseno-grupo-d-en-block-ciega-bl-lia-8000-angulo-recto/> Última Consulta (20 de septiembre de 2020).

Cómo medir los Ángulos con transportador [Imagen] Recuperado de: <https://image.slidesharecdn.com/ngulosmedicin-121011220822-phpapp02/95/ngulos-medicin-3-728.jpg?cb=1349993334> Última consulta 2 de noviembre de 2020).

google sites, (s.f.), Triángulos- Dibujo Técnico [Imagen] Recuperado de: <https://sites.google.com/site/isabel101297/2a-evaluacion/triangulos> Última Consulta (20 de septiembre de 2020)

Matemáticas

Clasificación de triángulos con base en la medida de sus ángulos

Referencias de imágenes

Matemáticas para ti. Ángulo recto [Imagen] Recuperado de:

<https://matematicasparaticharito.wordpress.com/tag/triangulo-escaleno/> Última consulta: (20 de septiembre de 2020).

Nombre de los ángulos [Imagen modificada] Recuperado de:

<https://image.jimcdn.com/app/cms/image/transf/dimension=440x10000:format=png/path/s830c96e8b2b31c93/image/i0eebb03f5207824d/version/1421944560/image.png> Última consulta: (2 de noviembre de 2020).



Primaria

Grado 4°

Más allá del reloj y lugar, las culturas
antiguas en México

23 de noviembre al 4 de diciembre



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF | MÉXICO
AUTÓNOMO EDUCACIÓN FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti.

Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Historia

Más allá del reloj y lugar, las culturas antiguas en México

aprendizaje

Reconocer que las culturas mesoamericanas se desarrollaron en un tiempo y un lugar.

materiales

- Libro de texto
- Hojas blancas
- Colores
- Resistol
- Fijador para el cabello en spray
- pincel

ve a tu libro de texto

Historia 4° grado, página 38.
<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P4/HIA.htm?#page/38>

manos a la obra

¿Sabes que en el México Antiguo se desarrollaron diferentes culturas?

¿Conoces algún nombre de alguna cultura? ¿Has visitado algún sitio donde puedas conocer más de las culturas Mesoamericanas o prehispánicas?

Las culturas prehispánicas se desarrollaron en una región llamada Mesoamérica, su nombre quiere decir **américa media**; este lugar se encuentra localizado desde el noroeste de México hasta el sur que hoy conocemos como Centroamérica . Era rica en vegetación, con un clima favorable para la agricultura además de flora y fauna diversos, lo que permitió a una gran cantidad de sociedades desarrollarse durante largo tiempo, el cual, para su estudio se ha dividido en periodos.

Dichos periodos son: preclásico, clásico y posclásico.

Para que conozcas más sobre estas civilizaciones, te invitamos a que veas el Video 1, que te mostrará diversas caras de la vida de estas sociedades .

Posteriormente lee la página 38 y con esa información resuelve el **Anexo 1**. En caso de ser necesario ve de nuevo el video 1 y tu libro para poder contestar las preguntas.

Historia

Más allá del reloj y lugar las culturas antiguas en México

para aprender más

Los mexicanos de hoy somos el resultado de lo que los mesoamericanos construyeron, por eso es tan importante su estudio. Para que tengas más información sobre estas grandes civilizaciones ve el **Video 2** en compañía de tu familia.



videos

Video 1: Ubicación temporal de Mesoamérica

<https://bit.ly/3eisPDw>

Video 2: Culturas Mesoamericanas# Ubicación Geográfica:

<https://www.youtube.com/watch?v=0adBJb3nTB0>

a compartir

Pide a tu hermano o algún familiar que te ayude con la pregunta ¿Qué sabemos de Mesoamérica?. Después invítalos al Museo, ¡sí al museo! ¿cómo? Pues aquí te dejamos la liga electrónica para que lo visites en compañía de tu familia:

<https://www.inah.gob.mx/paseos/mna/>

a divertirnos

- Dibuja el mapa de la República Mexicana, y marca la región de Mesoamérica.
- Utiliza tu color verde o el que más te guste para colorear esa región, después de un color más claro rellena el resto del territorio mexicano.
- Cuando tengas listo tu mapa, pasa pegamento líquido con ayuda de tu pincel, mientras más pegamento utilices se notará mejor el efecto de brillante como de burbuja,
- Deja secar
- Después rocía un poco de espray para el cabello.
- ¡Listo, ya tienes un efecto brillante en Mesoamérica!

qué aprendí

Que las culturas mesoamericanas se desarrollaron en un tiempo y un lugar definido y que son los cimientos del México actual.

Historia

Más allá del reloj y lugar, las culturas antiguas en México

Anexo 1

Busca información de Mesoamérica y el tiempo en donde se desarrolló y responde las siguientes preguntas.

Pregunta	Respuesta
¿Cómo se llama la región cultural del tiempo prehispánico?	
¿En donde se ubico Mesoamérica?	
¿Cuáles son los tres periodos para el estudio de espacio cultural?	
Menciona 3 nombres de lugares donde se desarrollaron estas civilizaciones	

Historia

Más allá del reloj y lugar, las culturas antiguas en México

Referencias

Referencias bibliográfica

SEP (2020) Historia Cuarto grado de primaria 2020-2021. México: CONALITEG.

Referencias de internet

Video 1: Los Textos De la Escuela (2019 noviembre 13) . [Video]. Ubicación Temporal y espacial de la culturas Mesoamericanas-Historia Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=ZQaG1meWMTA> Última consulta: (31 de octubre de 2020).

Video 2: APRENDIENDO DE TODOS (2020 octubre 8) Culturas Mesoamericanas # Ubicación Geográfica Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=0adBJb3nTBO> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Visita virtual al Museo Nacional de Antropología. [Página Web] Recuperado de: <https://www.mna.inah.gob.mx/> Última consulta : (31 de octubre de 2020).

Referencias de imágenes

Anexo 1 Cuestionario [Tabla] Coordinación Sectorial de Educación Primaria (2020).



Primaria

Grado:4°.

¿A dónde van los ríos?

23 de noviembre al 04 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Geografía

¿A dónde van los ríos?



aprendizaje

Explicar la importancia de las vertientes y principales cuencas hídricas de México



materiales

- Libro de Geografía 4º grado
- Cuaderno de geografía.
- Trozo de cartón o de madera
- plastilina de distintos colores, migajón o masa, pegamento
- líquido, palitos de madera, agua y pintura vegetal



ve a tu libro de texto

Geografía páginas 52 a 59. Si no cuentas con tu libro puedes consultarlo en:

<http://libros.conaliteg.gob.mx/20/P4GEA.htm#page/52>



manos a la obra

¿Escuchaste alguna vez en casa lo importante que es el agua para las actividades de todos los días, y que por ese motivo tienes que cuidarla? Bueno en realidad esto es cierto ya que aunque nuestro Planeta tiene una cantidad inmensa de agua, ésta en gran medida es salada y la que está destinada al consumo humano cada vez se reparte en una gran cantidad de personas, Pero ¿Alguna vez pensaste de donde viene el agua que consumes en tu casa? Si tu respuesta fue la lluvia que se deposita en ríos, ¡acertaste!, sin embargo no solo es el río el que provee de agua, un sistema de ríos y cuencas hídricas ayudan a que se obtenga el agua necesaria. ¿Conoces qué ríos corren por el lugar dónde vives? ¿Sabes que es una cuenca?

A continuación te invitamos a que veas el **Video 1** que te explicará cómo sucede que el agua de lluvia llega a los ríos y las cuencas.

Los ríos suelen tener causas algunas veces con demasiadas curvas, mientras que otros son rectos ¿te puedes imaginar por qué sucede esto?

Lo que sucede es que los ríos durante su recorrido llevan agua siguiendo las pendientes del relieve sobre el que pasa, **mientras menos pendiente o inclinación tiene el terreno, más curvas se producen en el curso de los ríos, pues el agua corre de forma más lenta, mientras que los ríos que corren sobre terrenos inclinados con fuertes pendientes tienen pocas curvas, y su velocidad y fuerza forman cañadas o barrancos.**

Recuperado de: <https://bit.ly/2TNjaeR>

Revisa el **Anexo 2**, donde encontrarás más información y resuelve el ejercicio que ahí encontrarás.

Te sugerimos que revises libro de Geografía en las páginas de la 52 a la 59 en donde encontraras más información sobre este tema.

Geografía.

¿A dónde van los ríos?

para aprender más

Ahora que conoces la importancia de las cuencas hídricas, te invitamos a que reconozcas las principales cuencas y ríos en nuestro país en el **Video 2**.

videos

Video 1: ¿Qué es una cuenca? en:

<https://www.youtube.com/watch?v=akTUzt9qNXw>

Video 2: GEOGRAFÍA - VERTIENTES DEL PAÍS Y PRINCIPALES CUENCAS HIDRICAS DE MÉXICO

<https://www.youtube.com/watch?v=DknMjNTk8tw>

a compartir

Ahora que ya sabes la importancia que tienen los ríos y cuencas hídricas, reúne el material con el que elaborarán una maqueta. Con tu familia elabora la maqueta en el que representes una cuenca hidrológica. Sigán las indicaciones del anexo 1.

a divertirnos

Vamos a divertirnos juntos en familia. A continuación realizarán una breve descripción de cómo durante el ciclo del agua, ésta llena los distintos depósitos naturales de los relieves terrestres. Esta descripción la realizarán ¡con una canción! Ésta debe contener parte de la información reunida durante el trabajo de esta ficha.

Los ritmos que te proponemos son:

- RAP
- Ranchera
- Vals

Una vez terminada anótala en tu cuaderno y preséntala durante tu clase virtual.

qué aprendí

Aprendiste la importancia que tienen las vertientes y cuencas hídricas de México.

Geografía

¿A DÓNDE VAN LOS RÍOS?

Anexo 1.

Elabora con ayuda de tu familia una maqueta de una cuenca hidrológica.

MATERIAL

Un cartón grueso, un trozo de madera que sirva de base para una maqueta.

Plastilina de distintos colores, migajón o masa.

Pegamento líquido, palitos de madera, agua y pintura vegetal. A continuación de mostramos varios ejemplos de maquetas tú crea tu propia versión.

1



Recuperado de: <https://bit.ly/2GIN3jc>

2



Recuperado de: <https://bit.ly/3kUSogn>

Geografía

¿A dónde van los ríos?

Anexo 2.

Lee la siguiente información y ve las palabras resaltada en negro que son distintos relieves que tendrás que identificar y cuyo nombre escribirás dentro del esquema.

La dirección y velocidad con la que se mueve un río depende del relieve. Cuando el agua de la lluvia cae sobre las **montañas**, la inclinación del terreno provoca que corra rápidamente hacia el **valle** formando **cauces**. El agua de los **ríos** finalmente llega o desemboca en un **lago**, en una laguna o en el mar. Cuando muchos ríos pequeños se juntan, forman un río principal en un lugar donde el relieve es más bajo. El río principal es el que recibe la mayor cantidad de agua y la lleva hasta la desembocadura. Los ríos desembocan en **cuencas** a lo largo y ancho del territorio mexicano. Estas cuencas se distribuyen en tres grandes vertientes: del interior, del Pacífico y del Atlántico. La vertiente es una gran porción de terreno con una inclinación que sigue la misma dirección general, contiene varias cuencas que recogen las aguas que se depositan y vierten el agua de los ríos en el mar o en los lagos que hay en el territorio.



Tomada de <https://cutt.ly/agli99g>

Geografía

¿A dónde van los ríos?

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP(2019).Geografía. Cuarto Grado de primaria 2010-2020. México: CONALITEG.

Referencias de internet

SEP(2019).Geografía. Cuarto Grado. CONALITEG: México. Recuperado de: <https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P4GEA.htm#page/54> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Video 1: JDasiva Víctor (2011 abril 26)¿Qué es una cuenca? [Archivo de Video] Recuperada de: <https://www.youtube.com/watch?v=akTUzt9qNXw> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Video 2: Serrano Sofía (2020 mayo 18) GEOGRAFÍA - VERTIENTES DEL PAÍS Y PRINCIPALES CUENCAS HÍDRICAS DE MÉXICO [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=DknMjNTk8tw> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Referencias de imágenes

Anexo 1: Diorama de Cuenca Hídrica 1 [Fotografía] Recuperado de: <https://i.pinimg.com/originals/33/33/0f/33330f0a70bca73e5e79b2ae13e7cba5.jpg> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Diorama de Cuenca Hídrica 2 [Fotografía] Recuperado de: <https://i.pinimg.com/736x/1a/0b/ed/1a0bedac74b7641edb1e4ca43ce1cde7--ale.jpg> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Anexo 2: Aire Libre.cl Cuenca Hídrica [Imagen] Recuperado de: <http://airelibre.cl/que-significa-cuenca-hidrografica-definicion/> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).



Primaria

Cuarto Grado

Acciones para favorecer la salud

23 de noviembre al 4 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Ciencias Naturales

Acciones para favorecer la salud. El aparato respiratorio

aprendizaje

Reconocer algunas funciones del cuerpo humano y su relación con la salud.

materiales

- Cuaderno
- Libro de texto
- Lápiz

ve a tu libro de texto

Ciencias Naturales
Páginas 25 y 26 o consúltalo en :
<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4CNA.htm#page/26>

manos a la obra

- Responde las siguientes preguntas:

¿Qué aromas has respirado que sean muy agradables?
¿Alguna vez te has enfermado de gripe, tenido dolor de garganta o tos? ¿Cómo te sentías? ¿Qué hiciste para sanar?

- Lee la siguiente información sobre el sistema respiratorio.

Los humanos respiramos aproximadamente unas 20 veces por minuto, inspiramos y exhalamos entre 5 y 6 litros de aire. Cuando hacemos un mayor esfuerzo físico, estas cantidades se elevan.

- Ahora acompañado por un adulto realiza la siguiente actividad:

Sentado en una silla, respira normalmente y cuenta hasta 10 segundos e identifica cuántas inhalaciones realizas en ese tiempo.

Párate y realiza 10 saltos altos y continuos, inmediatamente después, cuenta hasta 10 segundos e identifica cuántas respiraciones realizas en ese momento.

Realiza una inspiración profunda y antes de exhalar o soltar el aire cuenta cuántos segundos puedes aguantarlo.

Ciencias Naturales

Acciones para favorecer la salud. El aparato respiratorio

para aprender más

El día de hoy hablar del aparato respiratorio es tan importante, debido a que virus como el del COVID-19 lo atacan, por eso para que puedas evitar enfermarte de este virus o cualquier otro que pretenda atacar tus pulmones, te invitamos a que veas el **Video 2**: Invita a tus familiares a que lo revisen contigo.



videos

Video 1: El sistema respiratorio y la respiración

<https://bit.ly/3eiOXxl>

Video 2: el CORONAVIRUS para que los niños entiendan, DOCTOR ETE explica coronavirus niños

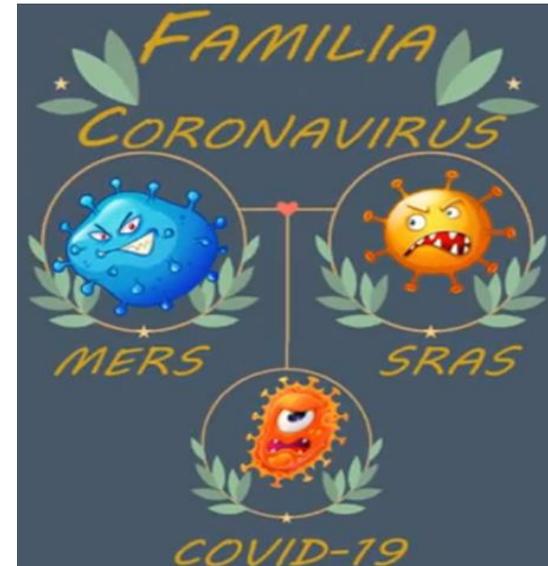
<https://www.youtube.com/watch?v=zDdStbxGZyo>

a compartir

Junto con tu familia, busquen y establezcan qué tipo de acciones pueden realizar para evitar enfermarse su aparato respiratorio. Anótalas en tu cuaderno.

a divertirnos

Juega con alguien de tu familia. Ve al Anexo 1 y busca las palabras que corresponden al aparato respiratorio y enciérralas en un círculo.



Recuperado de: <https://bit.ly/3jSBMVe>

qué aprendí

Algunas funciones del cuerpo humano y su relación con la salud.

Anexo 1

En el siguiente cuadro puedes identificar la función que realizan los órganos del aparato respiratorio.

Órgano	Función que realiza
Nariz	Por las fosas nasales se: recibe, calienta y filtra el aire.
Faringe	Es un conducto muscular y membranoso que ayuda al aire a entrar a las vías respiratorias
Laringe	Es el conducto en donde se filtra el aire. Es donde se producen los sonidos. Permite el paso del aire hacia la tráquea y los pulmones, y se cierra para no permitir el paso de los alimentos durante la deglución.
Tráquea	Conducto que permite la libre circulación del aire inhalado y exhalado de los pulmones.
Bronquios	Se encargan de conducir el aire que va desde la tráquea hasta los bronquiolos.
Bronquiolos	Conducen el aire que va desde los bronquios y termina en los alvéolos.
Alvéolos	Aquí se realiza la hematosis (intercambio gaseoso), la sangre recibe el oxígeno del aire inhalado y elimina el dióxido de carbono al exhalar).
Pulmones	Su función es realizar el intercambio gaseoso con la sangre, por lo que los alvéolos están en contacto cercano con los capilares.
Diafragma	Ese músculo separa la cavidad torácica de la cavidad abdominal. Con la contracción y relajación del diafragma, baja o aumenta la presión de la cavidad torácica, aumenta en la inhalación o disminuye el volumen durante la exhalación.

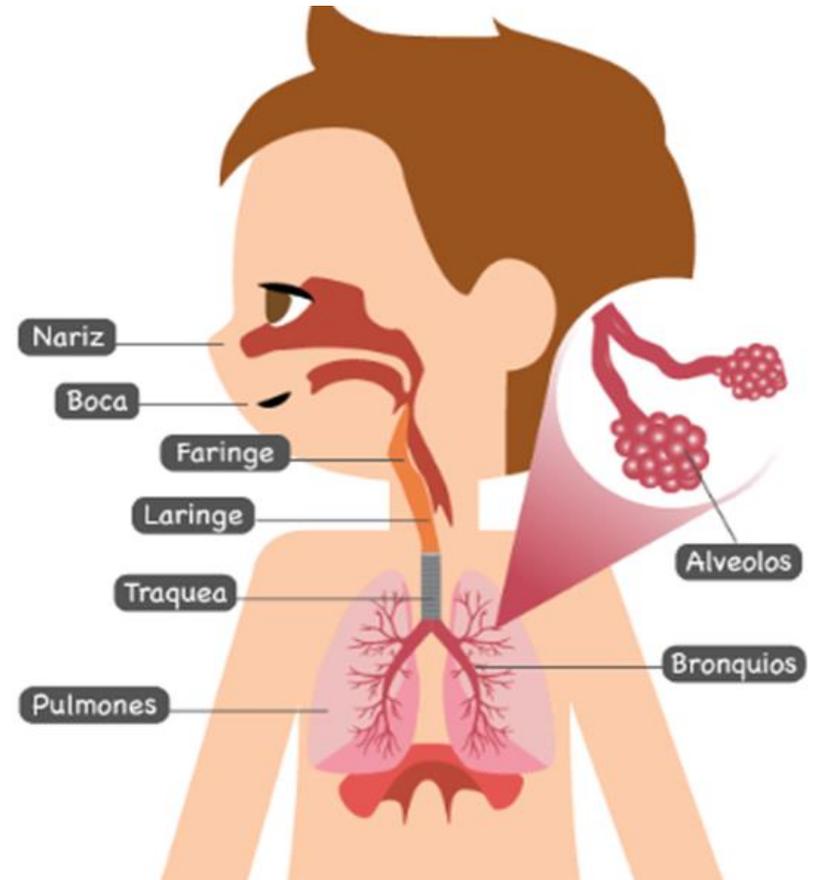
Ciencias Naturales

Acciones para favorecer la salud. El aparato respiratorio

Anexo 1

Copia en tu cuaderno y busca la palabras del esquema.

N K U R C O E B A
L A R I N G E R L
V O R C N P Ñ O V
F I K I B F N N E
U E R B Z Ñ S Q O
A A C N O F Y U L
F S O B H C Z I O
T R A Q U E A O S
P U L M O N E S C

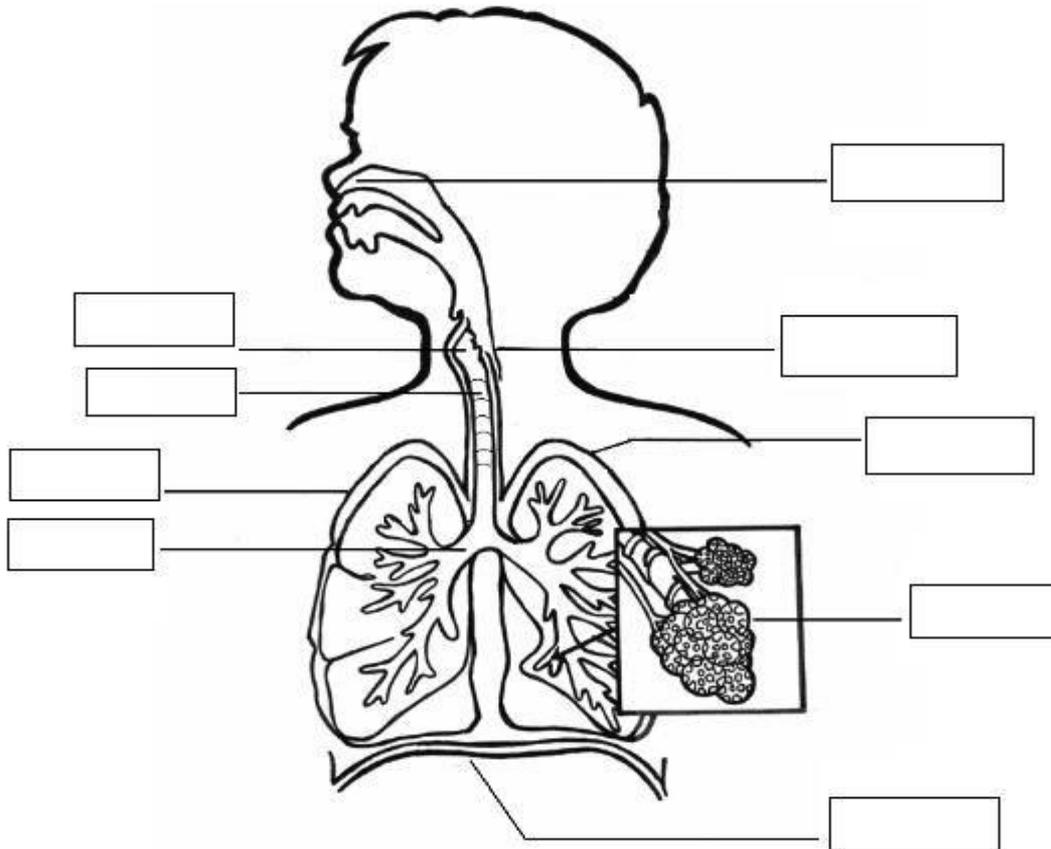


Recuperado de : <https://bit.ly/3erNfdy>

Ciencias Naturales

Acciones para favorecer la salud. El aparato respiratorio

Anexo 2 En el siguiente esquema escribe las partes del aparato respiratorio. Recuerda que puedes copiarlo en tu cuaderno



Recuperado de: <https://bit.ly/3eic4lP>

Ciencias Naturales

Acciones para favorecer la salud. El aparato respiratorio

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP (2020) Ciencias naturales. Cuarto, Quinto y Sexto grados. México: CONALITEG. Recuperados de: <https://libros.conaliteg.gob.mx/primaria.html>

Referencias de internet

Video 1: Happy Learning (21 septiembre 2016) El Sistema respiratorio y la Respiración Videos Educativos para Niños [Página WEB] Recuperado de: <https://happylearning.tv/sistema-respiratorio-la-respiracion/>. Última consulta 26 de octubre de 2020.

Video 2: Aprende y juega con Laura y Lucía (2020 septiembre 13) el CORONAVIRUS para que los niños entiendan, DOCTOR ETE explica coronavirus niños. [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=zDdStbxGZyo>. Última consulta: (2 de noviembre de 2020).

SEP (2020) Ciencias naturales. Cuarto, Quinto y Sexto grado. 2020. México. 2020:2021, CONALITEG, Autor. Recuperado de: <https://libros.conaliteg.gob.mx/P4CNA.htm#page/26> Última consulta: (2 de noviembre de 2020).

Referencias de imágenes

Anexo 1 : Cuadro con datos del aparato respiratorio. [Tabla] Coordinación Sectorial de Educación Primaria,

Anexo 2: Happy Learning (s.f.) El Aparato Respiratorio sopa de letras. [Página WEB] Recuperado de: <https://happylearning.tv/sopa-letras-sistema-respiratorio/>. Última consulta: (26 de octubre de 2020).

Anexo 3 : Pinterest. Martínez Maritza en practica educativa :Esquema del aparato respiratorio [imagen] Recuperado de: <https://www.pinterest.com.mx/pin/476466835560451456/> Última consulta: (31 de octubre de 2020).

Familia del COVID-19 [Imagen] Recuperado de: Aprende y juega con Laura y Lucía (2020 septiembre 13) el CORONAVIRUS para que los niños entiendan, doctor ete explica coronavirus niños. [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=zDdStbxGZyo>. Última consulta: (2 de noviembre de 2020).



Primaria

4° Grado

Soy parte de un país pluricultural

23 noviembre al 04 de diciembre.



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II. Regreso a Clases](#) que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23



aprendizaje

Reconocer que formo parte de un país pluricultural.



materiales

- Celular
- Fotografías
- Utensilios varios
- Huevo de unicel
- Chaquira de varios colores
- Cera de Campeche



ve a tu libro de texto

Consulta tu libro de Formación Cívica y Ética 4º. grado, páginas 52 a 56, o consúltalo en:

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P4FCA.htm#page/53>



manos a la obra

La pluriculturalidad se refiere a que México es una nación en la que conviven muchas culturas con diferentes creencias, ideas, tradiciones, costumbres, etc., ¿Lo has notado? Asómate al **Video 1** para que conozcas a qué nos referimos cuando hablamos de pluralidad.

Gran parte de la riqueza cultural de nuestro país se la debemos a la diversidad de pueblos indígenas con que contamos, ¿conoces qué ideas, tradiciones, costumbres y creencias indígenas siguen vigentes? Ve el **Video 2** y conoce a una parte de ese mundo pluricultural indígena.

Ahora te toca realizar tu propio **video o presentación** en la que muestres tu cultura, así como en el video que acabas de ver. Es muy importante que reconozcas tu propia cultura como parte de la diversidad de este país. Puedes guiarte utilizando los puntos propuestos en el formato del **Anexo 1** ¡Manos a la obra!

Revisa tu libro de Formación Cívica y Ética páginas de 52 a 56 para que revises la información que puede servirte también para tu video o presentación.

para aprender más

México es reconocido en el mundo, por esa diversidad cultural reflejada en sus costumbres, tradiciones, comidas y artesanías. A continuación te invitamos a que veas el **video 3** que nos presenta un ejemplo de la artesanía mexicana, en esta ocasión del pueblo huichol.



videos

Video 1: Diversidad Cultural en:

<https://www.youtube.com/watch?v=3YeBU46v-B4>

Video 2: Ventana a mi Comunidad / Tseltales - en:

https://www.youtube.com/watch?v=IHp0Zaib_Gc&t=118s

Video 3: El arte de los Huicholes en Nayarit en:

<https://www.youtube.com/watch?v=HOKiYi6PJVk>

Video 4: Crea tu propia artesanía wixárika en casa:

<https://www.youtube.com/watch?v=npqYFAbNM40>

a compartir

Vamos a compartir todo lo que aprendimos sobre nuestra cultura, Muestra el video que realizaste con tus compañer@s, maestr@ y familiares o realiza tu presentación durante la clase virtual.

a divertirnos

Ahora vamos a divertirnos haciendo una artesanía mexicana pues ellas representan parte de la pluriculturalidad de nuestro país.

Realizarás una artesanía huichol o wixárika, es muy colorida. Para ello te invitamos a que veas el **Video 4**, en donde se explica como realizarla.



Recuperado de: <https://cutt.ly/RgQQ3hX>

Sería muy divertido que buscarás más artesanías para hacerlas , ¿te animas?

qué aprendí

Que formo parte de un país pluricultural.

Anexo 1

Estos son algunos puntos que te pueden ayudar a dar a conocer tu comunidad y su cultura en una presentación o video.



Recuperado de <https://cutt.ly/EgQPuXC>

Formación Cívica y Ética

Soy parte de un país pluricultural

Referencias

Referencias bibliográficas

SEP (2020) Formación Cívica y Ética. Cuarto grado de primaria 2020-2021. . México: CONALITEG.

Referencias de internet

Video 1: Casa de la Cultura Jurídica en Monterrey (2019 enero 31) DIVERSIDAD CULTURAL [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=3YeBU46v-B4> Última consulta: (23 de octubre de 2020).

Video 2: Contreras, F (2007 abril 27) Ventana a mi comunidad/Tseltales-Mi entorno [Archivo de video] Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=IHp0Zaib_Gc&t=118s Última consulta: (23 de octubre de 2020)

Video 3: Univisión (2011 julio 13) El arte de los huicholes en Nayarit. [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=HOKiYi6PJVk> Última consulta: (25 de octubre de 2020)

Video 4: Organización Editorial Mexicana (2020 junio 3) Crea tu propia artesanía wixárika en casa [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=npqYFAbNM40> Última consulta: (25 de octubre de 2020).)

Referencias de imágenes

Pinterest (s.f.). Estudio Floga, Arte huichol [Fotografía] Recuperado de: <https://www.pinterest.com.mx/pin/841891724068383573/> Última consulta (26 de octubre de 2020)

Pinterest (s.f.). Joven contestando llamada telefónica [Imagen] Recuperado de: <https://www.pinterest.com.mx/pin/60306082495529186/> Última consulta (26 de octubre de 2020)

Pinterest (s.f.). Piña Andrea en Ideas Mother Day Vector de stock (libre de regalías) Niño que esta pensando [Imagen] Recuperado de: <https://cutt.ly/FgQPuXC> Última consulta (26 de octubre de 2020)



Primaria

Grado 4°

¡Descubriendo mis habilidades físicas!

23 de noviembre al 04 de diciembre



Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II. Regreso a Clases](#) que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Educación Física

¡Descubriendo mis habilidades físicas!

aprendizaje

Combinar distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos para tomar decisiones y mejorar su actuación.

materiales

- Dos pelotas de esponja o de papel (puedes elaborarlas con dos pares de calcetines o calcetas)

manos a la obra

Antes de iniciar con las actividades, es necesario buscar un espacio adecuado donde tengas libertad de movimiento cuidando siempre tu integridad física. Ahora observa completo el **video 1**.

1. Comienza con un pequeño calentamiento moviendo todas las partes del cuerpo como en el **Video 1**.

Inicia realizando movimientos de cabeza, al frente, atrás y a los lados, elevación de hombros y círculos atrás-frente, con brazos laterales círculos atrás y al frente, círculos cadera derecha e izquierda, flexión de rodillas, elevación de puntas del pie y talones. Inhalamos y exhalamos.

Retos:

- Sostener las pelotas, una en cada mano manteniendo el equilibrio
- Caminar hacia adelante y atrás de igual manera sosteniendo las pelotas en cada mano.
- Lanzando las pelotas de forma alternada de una a otra mano, a una altura adecuada.
- Lanzar las pelotas 10 veces de forma alternada y cacharlas a una altura baja y la otra alta, luego apoyados con un pie y el otro.
- Mismo ejercicio que el anterior, pero lanzando las pelotas desplazándose al frente y atrás.
- Cruzar las manos a la altura de los hombros y dejar caer la pelota para después cachar.
- Lanzar y cachar una pelota al mismo tiempo que brincas sobre un pie, adelante, atrás y a los lados.

Actividad de relajación y recuperación “Tomate el pulso”, se hará con el dedo índice y medio de la mano derecha sobre la muñeca de la mano izquierda, como se muestra en el **Anexo 1**.

Educación Física

¡Descubriendo mis habilidades físicas!

para aprender más

Ahora que probaste tus habilidades motrices como: desplazamientos, giros, lanzamientos, recepciones, etc., te invitamos a que pruebes los retos presentados en el **Video 2**, ¡seguro que te gustarán!



videos

Video 1. ¡Descubriendo mis habilidades físicas en: <https://www.youtube.com/watch?v=S18tm6Z40zl>

Video 2 Educación Física, Educación física. Lanzar y atrapar en: <https://youtu.be/ecQQpPaN2qA>

a compartir

Ahora que te parece realizar los mismos retos del **Video 1** y **2**, pero ¡ en parejas! Invita a algún familiar que esté contigo para realizar la actividad como la se propone en la **Figura 1** del **Anexo 1**.

a divertirnos

Seguro que en años anteriores en la escuela realizaste algunos ejercicios con pelotas y en parejas puedes proponer algunos otros retos y otros crearlos, realicen los retos en familia y veras que divertido es.

qué aprendí

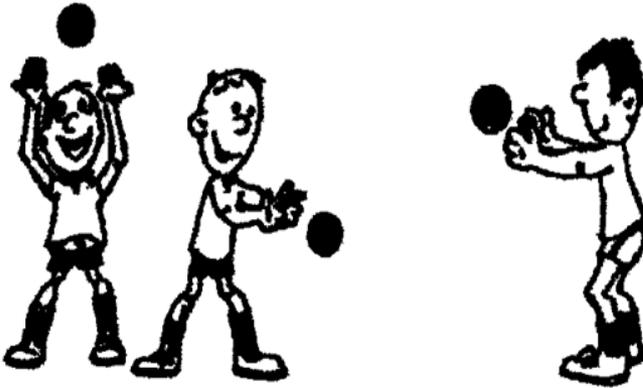
Aprendí que puedo realizar diferentes ejercicios de lo fácil a lo difícil, manipulando una o dos pelotas.



¿Sabías que... realizar actividad física te ayuda a mejorar tu estado de ánimo y a comenzar el día con más energía?

Anexo 1

Figura 1 Trabaja en parejas.



Recuperado de <https://cutt.ly/AgxVc22>



Recuperado de <https://cutt.ly/3gxC2PY>

Figura 2 Al finalizar, toma tu frecuencia cardíaca.

1. Coloca las puntas de los dedos índice y medio en la parte interna de la muñeca por debajo de la base del pulgar.
2. Presiona ligeramente, sentirás la sangre pulsando por debajo de los dedos.

Educación Física

¡Descubriendo mis habilidades físicas!

Referencias

Referencias bibliográficas

Secretaría de Educación Pública. (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Ciudad de México.

Secretaría de Educación Pública. (2020). Marco Común de aprendizajes para el regreso a la nueva normalidad. Ciudad de México.

Referencias de Internet

Video 1: CAMPISMO ESCOLAR (2020 octubre 15). ¡Descubriendo mis habilidades físicas! [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=S18tm6Z40zi> Última consulta: (20 de octubre de 2020).

Video 2: Jumba Kenyo (2020 abril 15). Educación física. Lanzar y Atrapar [Archivo de video]. Recuperado de: <https://youtu.be/ecQQpPaN2qA> Última consulta: (20 de octubre de 2020).

Referencias de imágenes

dreamstime (s.f) Mano que toma pulso y el ekg para médico. [Imagen]. Recuperada de: <https://es.dreamstime.com/foto-de-archivo-libre-de-regal%C3%ADas-mano-que-toma-pulso-y-el-ekg-image13092975> Última consulta: (21 de octubre de 2020).

Blog. Todos a jugar (s.f) Juegos de lanzar y atrapar objetos. [Imagen]. Recuperada de: <https://penitenciasyretos.blogspot.com/2018/04/coleccion-de-juegos-de-lanzar-y-atrapar.html> Última consulta: (21 de octubre de 2020).



Artes

Primaria

Grado 4o

El objeto está hecho de...

23 de Noviembre al 04 de diciembre



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF|MÉXICO
AUTÓNOMO EDUCACIÓN FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti.

Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Artes

El objeto está hecho de...

aprendizaje

Aprender que los objetos artísticos tridimensionales pueden elaborarse con diferentes materiales

materiales

- Libro de Educación Artística,
- Papel periódico y papel higiénico.
- Pegamento blanco
- Rollos de papel higiénico vacíos.
- Tijeras.
- Lápiz.
- Pinturas vinílicas.
- Pincel

ve a tu libro de texto

Consulta tu libro de Educación Artística páginas 26-29 , o consulta en:

<https://libros.conaliteg.gob.mx/P4EA.A.htm#page/27>

manos a la obra

¡Hola! ahora que te encuentras en cuarentena debido al Covid-19 seguro que constantemente te asombras de cosas que te no te habías dado cuenta que estaban en casa, por ejemplo vamos a hacer un ejercicio. Contesta lo siguiente: ¿Cuántos cuadros hay en tu casa?, podrías decir ¿Cuántas son fotos, cuántas paisajes?, ¿tienes algunas reproducciones de pinturas famosas?, ¿existen figurillas en los muebles?, ¿de qué material están hechas?, ¿qué figuras son? ¿Son representaciones de humanos, animales cuerpos geométricos?

Ahora recorre tu casa y ve con detenimiento si recordaste todo. Con cuidado obsévalas y tócalas. Seguro que son muy diferentes los materiales con los que los hicieron.

En las obras de arte tus sentidos te ayudan a distinguir sus características visuales: el color, la textura, el tamaño y la forma. En las imágenes tridimensionales, como la escultura, la luz en contacto con los materiales de que está hecha la pieza ayuda a resaltar detalles impresionantes

De los objetos que viste en casa elabora una lista de ellos y registra: ¿Son ligeros o pesados? ¿Brillan o son opacos? ¿Cómo es su textura? ¿Y su color? ¿De qué material están hechos?, ¿alguna vez hiciste alguna escultura?, ¿qué materiales has empleado?

Revisa tu libro de Educación Artística en la página de la 26 a la 29 y descubre cómo los artistas crean sus obras con materiales tan diversos como ¡botones! ¿Puedes crearlo?.

Artes

El objeto está hecho de...

para aprender más

Un artista necesita considerar los materiales y el espacio con el que cuenta en el momento de crear obras ¿pero cómo lo hace? Te invitamos a que veas el **Video 1** ahí verás el uso de materiales diversos en la creación de un artesanía mexicana ¡un alebrije!



videos

Video 1: Alfonso Morales Vásquez nos enseña a hacer un alebrije

<https://www.youtube.com/watch?v=DXqk84lGL0w>

Video 2: Manualidades para Niños: Alebrijes:

<https://www.youtube.com/watch?v=MJz8d1BTA9M>

a compartir

Pide a tu familia que revise contigo el **Video 2** y que participe en la experiencia de elaborar el alebrije

a divertirnos

¡Manos a la obra! ahora vas a poner en práctica tu creatividad elaborando un alebrije.

Pueden seguir los pasos indicados en el **Video 2** empleando los materiales señalados También puedes usar botellas de PET o cualquier otro material reúso.

Recuperado de: <https://bit.ly/32axR00>



www.camo-alebrijes.com

Recuperado de: <https://bit.ly/325DOeP>

qué aprendí

Aprendiste a identificar de qué materiales están hechos que los objetos artísticos tridimensionales y ha elaborar uno de estilo mexicano “un alebrije”.

Artes

El objeto está hecho de...

Referencias.

Referencias bibliográficas

SEP(2019)Educación Artística. Cuarto Grado de primarias. México: CONALITEG.

Referencias de internet

Video 1: Floritere Manualidades y Más (2013 abril 3) Manualidades para Niños: Alebrijes// DIY Mexican Crafts [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=MJz8d1BTA9M> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Video 2: HuffPost México (2018 marzo 9) Alfonso Morales Vázquez nos enseña a hacer un alebrije. [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=DXqk84lGLow> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Referencias de imágenes

Alebrije de gato [Fotografía] Recuperado de: <https://i.pinimg.com/originals/61/16/88/611688dcd4deab57837d8317e514809f.jpg> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).

Amo-Alebrijes.com Alebrije de conejo [Fotografía] Recuperado de: <https://www.amo-alebrijes.com/fotos-de-alebrijes/> Última consulta: (3 de noviembre de 2020).



Primaria

Grado 4°

Frasco de la calma

23 de noviembre al 4 de diciembre



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF | MÉXICO
AUTÓNOMO EDUCACIÓN FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia **Aprende en Casa II**. Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados. Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti.

Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al **Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia**, para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Educación Socioemocional

Frasco de la calma

aprendizaje

Entender y considerar causas y consecuencias, así como las estrategias para lidiar con el estrés.

materiales

- 1 frasco de plástico con tapa
- 1 sobre pequeño de diamantina del color de tu preferencia
- 2 cucharadas de pegamento con brillo
- 1 gota de colorante
- Agua caliente

manos a la obra

El frasco de la calma es una herramienta que nos puede ayudar a la relajación y atención ya que, desde su elaboración, es muy divertido y tiene un efecto relajante.

- 1.- Vacía en el frasco la diamantina, el pegamento y el colorante.
- 2.- Agrega el agua caliente dejando un espacio en la parte superior del frasco (aproximadamente 2 o 3 dedos).
- 3.- Tapa y agita muy bien para incorporar todos los materiales.
- 4.- Cada que quieras disminuir tu estrés, enojo, o alguna emoción que no puedas controlar, puedes agitarlo y observar que la diamantina se encuentra revuelta, como tus emociones en dichas situaciones, sin embargo, poco a poco regresa a la calma.



para aprender más



videos

Respira Video cuento. Duración 8:02
<https://youtu.be/ibJFHBTWBDA>



a divertirnos

Invita a tu familia a practicar los ejercicios del anexo 1 para relajarse y evitar el estrés.

qué aprendí

El estrés es una emoción que pone al cuerpo en estado de alerta ante situaciones desafiantes o inesperadas. Es importante saber manejar el estrés para tomar mejores decisiones.

Anexo 1



Educación Socioemocional

Frasco de la calma

Referencias

SEP, 2017. Aprendizajes Clave para la Educación Integral, educación primaria 4° grado. Plan y Programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. Educación Socioemocional. México

https://www.youtube.com/watch?v=DtBlg_wAltI

<http://papelisimo.es/2017/01/frasco-de-la-calma-ninos-brilla-oscuridad/>

|



vida SALUDABLE

Primaria

4° Grado

Sobrepeso y obesidad

23 de noviembre al 04 de diciembre



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF | MÉXICO
AUTÓNOMO EDUCACIÓN FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimada y estimado estudiante:

En las situaciones de contingencia derivadas de la pandemia que actualmente seguimos afrontando con el COVID-19, este ciclo escolar 2020-2021 nos lleva a iniciar en una nueva normalidad a través de una educación a distancia; de ahí que, la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México (AEFCM) pone a tu disposición una serie de Fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales como parte de la estrategia [Aprende en Casa II](#). Regreso a Clases que la Secretaría de Educación Pública ha impulsado, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes que tu maestro y maestra tienen planeados.

Las actividades propuestas te servirán para reforzar, retroalimentar tus estudios y garantizar la continuidad de tu aprendizaje escolar. Te invitamos a que realices las actividades propuestas y las aproveches al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ti. Y ante cualquier duda o comentario, puedes contactar al [Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia](#), para que te auxilien y solucionen tus dudas.

¡Sigamos adelante y aprendiendo día a día!

Centro de Apoyo Pedagógico a Distancia Aprende en Casa II

Este Centro ofrece asesoramiento académico y acompañamiento personalizado para sus dudas en todas las asignaturas de Educación Básica.

Siempre habrá una maestra o un maestro listos para atender tu llamada. No olviden tener a la mano sus libros, un cuaderno y alguna pluma o lápiz para anotar.

Educación Inicial y Preescolar

55 36 01 87 20

Educación Primaria

55 41 72 04 13

Educación Secundaria

55 36 01 71 23

Vida Saludable

Sobrepeso y obesidad

aprendizaje

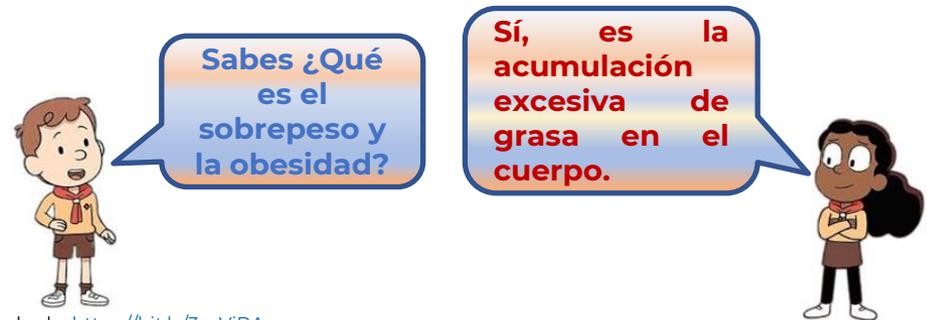
Identificar el sobrepeso y la obesidad, causas y consecuencias y su prevención.

materiales

- Cuaderno de Vida Saludable
- Lápiz
- Computadora con internet

manos a la obra

Sabías que la salud alimentaria en México pasa por un momento crucial en la historia, las cifras de sobrepeso y obesidad son alarmantemente elevadas. además destaca que **México ocupa el primer lugar en obesidad infantil en el mundo**, según datos del Instituto Médico de la Obesidad (IMEO). Ve el **Video 1** para saber más sobre este problema de salud pública.



Recuperado de: <https://bit.ly/3mVjBAv>

Recuperado de: <https://bit.ly/3eeYJRx>

Encierra con rojo los alimentos que no aportan nutrientes y con azul los alimentos que puedes consumir en mayor cantidad. Después revisa el Anexo 1 donde te sugerimos algunas acciones para evitar el sobrepeso y la obesidad.

Coordinación Sectorial de Educación Primaria (2020)



Vida Saludable

Sobrepeso y obesidad

para aprender más

¿Pero por qué está mal tener sobrepeso u obesidad? Para que descubras que estos dos problemas no solo se encuentran relacionados a la apariencia física, revisa el **Video 2** y observa cuáles son sus causas y consecuencias.

videos

Video 1: Obesidad infantil en México en :

<https://www.youtube.com/watch?v=SQtH3ZVx-sQ>

Video 2: Obesidad y Sobrepeso ¿ Qué es la obesidad ?
Consecuencias de la obesidad

https://www.youtube.com/watch?v=qjsKl_siTaU

a compartir

Con ayuda de tus familiares platiquen respecto a la dieta, que llevan en casa, si es la adecuada y si no qué deben modificar. Para ver por qué es necesario esa modificación resuelvan juntos el ejercicio del **Anexo 2**.

a divertirnos

Ahora es momento de compartir con tu familia lo que aprendiste sobre la prevención del sobrepeso y la obesidad. ¿Qué te parece si contribuyes con la salud de todos? ¡hoy tu vas a cocinar!

Sigue las instrucciones de la receta que aparece en el **Anexo 3** y ¡a disfrutar!



Recuperado de: <https://bit.ly/3kyBvRX>

qué aprendí

Lo que es el sobrepeso y obesidad. Causas y consecuencias.

CONSEJOS Y RECOMENDACIONES PARA PREVENIR EL EXCESO DE PESO

Sabemos que el exceso de peso es perjudicial para la salud, pero no todo está perdido y la solución, en la mayoría de los casos, está al alcance de la mano. La buena noticia es que estas enfermedades se pueden prevenir a través de unos hábitos de vida saludable, como son la alimentación y realizar ejercicio de forma regular.

Algunas recomendaciones son:

1. **Limitar el consumo de alimentos que sean ricos en azúcares y grasas.** Puedes comprobarlo mirando la etiqueta de los productos que comes. Por ejemplo, algunos cereales son ricos en fibra, pero también en azúcares.
2. **Comer varias veces al día fruta y verdura,** así como legumbres, cereales integrales y frutos secos.
3. **Realizar actividad física frecuente:** unos 60 minutos por día para los jóvenes y 150 minutos semanales para los adultos. En el caso de que haya un alto grado de obesidad, se recomienda comenzar por caminar 30 minutos al día a paso ligero.
4. **Deja de fumar.** Fumar está asociado con muchas enfermedades, pero también con el aumento de peso. A largo plazo será muy beneficioso para la salud.
5. Es importante no obsesionarse, pero puede ayudar a controlar el peso **pesarse regularmente:** una vez por semana es suficiente.

Vida Saludable

Sobrepeso y obesidad

Anexo 2 Copia el ejercicio en tu cuaderno y resuelve. Coloca dentro de los paréntesis una letra “C” azul si es una Causa o una letra “C” roja si es una Consecuencia

Causas de la obesidad	Consecuencias de la obesidad
Existen diferentes factores relacionados con el aumento en el índice de masa corporal y sus repercusiones en el cuerpo humano	La obesidad se asocia debido a sus consecuencias, a la pérdida de la salud, ya que es un factor directo de riesgo para el desarrollo de enfermedades

DIABETES



EVITA EL SEDENTARISMO



Recuperado de: <https://bit.ly/34N37nz>

Recuperado de: <https://bit.ly/3kUrJ3i>



Recuperado de <https://bit.ly/34RoX9z>

Recuperado de: <https://bit.ly/2l12Zlo>

Anexo 3 Recuerda que si es necesario, solicita la ayuda de un adulto.

Ensalada de atún



Ingredientes:

- 1 pepino
- 1 tallo de apio desinfectado
- 1 taza de atún en agua
- 3 cucharadas de mayonesa
- 2 cucharadas de cebolla picada
- 1 tomate picado



Procedimiento

- 1 En un recipiente hondo, mezcla el atún, la mayonesa, la cebolla y el tomate picado. Agrega una rama de apio picado y mezcla.



- 2 Parte el pepino a la mitad de manera horizontal y quítale las pepitas.



- 3 Forma barcos. Echa la ensalada de atún en cada mitad del pepino. Por último, entierra una rama de apio en la ensalada.



¡Los barcos están llenos de sabor!

Recuperado de: <https://bit.ly/32fTQ5N>

Vida Saludable

Sobrepeso y obesidad

Referencias

Referencias de Internet

Video 1: Secretaría de Salud México. (2018 octubre 17) Obesidad Infantil en México. [Archivo de Video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=SQtH3ZVx-sQ> Última consulta: (28 de septiembre 2020).

Video 2: Shibata, F (2020) . Obesidad y Sobrepeso ¿ Qué es la obesidad ? Consecuencias de la obesidad [Archivo video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=qjsKI_siTaU. Última consulta: (31 de octubre de 2020).

Referencias de Imágenes

Anexo 1: Alimenta. 10 consejos para prevenir la obesidad y sobrepeso [imagen] Recuperado de <https://www.alimmenta.com/10-consejos-para-prevenir-la-obesidad-y-el-sobrepeso/> Ultima consulta: (31 de octubre de 2020). Adaptado por Coordinación Sectorial de Educación Primaria.

Anexo 2:

educapeques. Niño comiendo hamburguesa [Imágenes] Recuperado de: <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/mala-alimentacion-en-los-ninos.html> Última consulta:(8 de octubre 2020).

El gráfico. Niño viendo la TV [Imagen] Recuperado de: <https://www.elgrafico.mx/especiales/vida/09-12-2015/el-sedentarismo-te-mata-poco-poco> Última consulta: (8 de octubre 2020).

freepik. Diabetes [Imagen] Recuperado de: <https://www.freepik.es/fotos-vectores-gratis/diabetes> Última consulta: (8 de octubre 2020).

freepik. Niño cocinando[Imagen] Recuperado de: https://image.freepik.com/free-vector/child-kitchen-preparing-recipe_7710-129.jpg Última consulta: (4 de noviembre 2020).

Referencias

De Imágenes

Dreamstime. Hombre con dolor en el pecho [Imagen] Recuperado de: <https://thumbs.dreamstime.com/z/vector-el-ejemplo-del-viejo-hombre-que-tiene-dolor-de-pecho-78237957.jpg> Última consulta: (2 de noviembre de 2020).

pinterest. Refrescos [Imagen] Recuperado de: https://www.pinterest.es/pin/639722322050572480/?nic_v2=1a3udamm Última consulta: (8 de octubre 2020).

Psicólogos de Madrid. Niña llorando [Imagen] Recuperado de: <https://www.psicologosenmadrid.com/autoestima-y-trastornos-de-personalidad/> Última consulta: (8 de octubre 2020).

rolloid. 10 cosas que le ocurren a tu cuerpo si empiezas a dejar frutas y verduras [Imagen] Recuperado de: <https://rolloid.net/10-cosas-que-le-ocurren-a-tu-cuerpo-si-empiezas-a-dejar-las-frutas-y-verduras/> Última consulta: (8 de octubre de 2020).

StickPNG. Niña cruzada de brazos [Imagen] Recuperado de: <https://www.stickpng.com/es/img/dibujos-animados/hilda/hilda-personaje-frida-brazos-cruzados> Última consulta: (8 de octubre 2020).

StickPNG. Niño hablando [Imagen] Recuperado de: <https://www.stickpng.com/es/img/dibujos-animados/hilda/hilda-personaje-frida-brazos-cruzados> Última consulta: (8 de octubre 2020).

Anexo 3: Receta para hacer barcos de ensalada de atún [Imagen] Recuperado de: <https://i.pinimg.com/originals/a1/7f/c0/a17fc04ed9136c15008644e76ee7cec4.jpg> Última consulta: (4 de noviembre de 2020).