

★ MATERIAL DIDÁCTICO ★

# Agosto - Noviembre



NOMBRE: \_\_\_\_\_ GRUPO: \_\_\_\_\_

ESCUELA: \_\_\_\_\_

- APRENDIZAJES ESPERADOS:**
- Identifica información complementaria en dos textos que relatan sucesos relacionados.
  - Organiza un texto en párrafos con oración tópica y oraciones de apoyo, empleando puntuación y ortografía convencionales.



Los relatos históricos tienen la función de narrar acontecimientos reales que forman parte de la historia de los pueblos. El tiempo verbal predominante es el pretérito (pasado).

 **LEE los siguientes textos y subraya una oración tópica.**

### La Independencia de México

Las primeras manifestaciones independentistas de México aparecieron en 1808, sin embargo, no tuvieron frutos hasta dos años después. Por estas fechas, algunos grupos de criollos decidieron que el panorama era adecuado para promover la Independencia del país, entre ellos se encontraban Josefa Ortiz de Domínguez, Miguel Domínguez, Juan Aldama, Ignacio Allende y el cura Miguel Hidalgo y Costilla, quien se mantuvo al tanto del movimiento desde su curato en Dolores.

### La Independencia de México

El 15 de septiembre de 1810, el cura Miguel Hidalgo tocó las campanas de la iglesia del pueblo de Dolores. Una multitud de personas se reunió frente a su casa. Este sacerdote de sesenta años pronunció un fuerte discurso condenando a los españoles y pidiendo la independencia de México. Su discurso terminó con un grito de rebelión, ese día se declaró una revuelta que dio inicio al movimiento independentista. Hidalgo y otros dos líderes revolucionarios lograron reunir un ejército de 80 000 hombres en su marcha al sur de la Ciudad de México.

 **ESCRIBE la letra correcta en donde corresponda con ayuda de los textos.**

- |                       |  |   |
|-----------------------|--|---|
| <input type="radio"/> | Personaje principal del movimiento de Independencia.                                     | A) 1810   |
| <input type="radio"/> | Año en que inició este conflicto armado en México.                                       | B) 15 de septiembre.  |
| <input type="radio"/> | Son personajes que formaron parte del grupo que promovía el movimiento de Independencia. | C) Miguel Hidalgo y Costilla.   |
| <input type="radio"/> | Tipo de texto.   | D) Relato histórico.  |
| <input type="radio"/> | Fecha del grito de Independencia.  | E) Josefa Ortiz de Domínguez, Miguel Domínguez, Juan Aldama, Ignacio Allende y el cura Miguel Hidalgo y Costilla. |

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Usa palabras y frases que indican sucesión y simultaneidad, así como relación antecedente-consecuente al relatar un texto histórico.



**LEE y completa la tabla con causas y consecuencias de la conquista de Tenochtitlan.**

### La Conquista de México-Tenochtitlan

En 1519 Hernán Cortés, un militar español, dirigió una expedición hacia las costas del territorio mesoamericano. Al desembarcar en lo que hoy es el estado de Veracruz, Hernán Cortés fundó el primer ayuntamiento de América que llamó la Villa Rica de la Vera Cruz. Moctezuma, el gobernante mexica, se enteró de la llegada de Hernán Cortés y envió mensajeros al encuentro de los españoles con la instrucción de ofrecerles regalos a cambio de que abandonaran sus planes de llegar hasta Tenochtitlan. Cuando los españoles viajaban hacia Tenochtitlan, algunos pueblos indígenas como los totonacos y los tlaxcaltecas decidieron aliarse con ellos para terminar con el dominio mexica. Las alianzas de los españoles con los indígenas fueron determinantes para que cayera la ciudad de México-Tenochtitlan

Causas	Consecuencias
La expedición española a partir de 1519.	
	Los españoles se interesaron en seguir sometiendo pueblos y obligarlos a pagar tributo.
Pueblos indígenas como los totonacos y los tlaxcaltecas se aliaron con los españoles para terminar con el dominio mexica.	

**APRENDIZAJES ESPERADOS:** • Identifica las características de las fábulas, y sus semejanzas y diferencias con los refranes.  
• Comprende la función de fábulas y refranes.

**Los refranes**, conocidos como proverbios, son textos que muestran una enseñanza; pertenecen a la sabiduría popular; provienen de las experiencias de los pueblos acumuladas a través del tiempo



**Las fábulas** tienen una enseñanza o moraleja, casi siempre los personajes son animales u objetos que hablan.

**COMPLETA** los siguientes refranes escribiendo las palabras en donde correspondan.

1. \_\_\_\_\_, no entran moscas. poco mordedor

2. Zapatero a \_\_\_\_\_ . En boca cerrada

3. \_\_\_\_\_, lo que puedes hacer hoy. oídos sordos

4. De tal palo \_\_\_\_\_ . No dejes para mañana

5. Perro ladrador, \_\_\_\_\_ .

6. A palabras necias, \_\_\_\_\_ .

tal astilla

tus zapatos

**ELIGE** dos refranes de los anteriores y explica en los recuadros su significado. En caso de desconocerlo pregúntale a alguien de tu familia.

Refrán:	Refrán:



LEE la siguiente fábula y contesta las preguntas.

### La liebre y la tortuga

Una vez, una liebre se burlaba de las patas tan cortas y de la lentitud al caminar de una tortuga, sin embargo, ésta no se quedó callada y se defendió lanzando una risa y diciéndole a la liebre: – Puede que seas muy veloz amiga liebre, pero, estoy más que segura de que podré ganarte una carrera.

La liebre, sorprendida por lo que le dijo la tortuga, aceptó el reto sin pensarlo dos veces, ya que estaba muy segura de que ganaría a la tortuga a ojos cerrados. Entonces, propusieron a la zorra que fuese ella quien señalase el camino y la meta.

Días después, llegó el esperado momento de la carrera, y al sonar la cuenta de tres, se inició la carrera. La tortuga no dejaba de caminar y caminar, pero a su paso lento, avanzaba tranquilamente hacia la meta.

En cambio la liebre, corrió tan rápido que dejó muy atrás a la tortuga. Al darse la vuelta y no verla, se sintió segura de su éxito sobre la carrera y decidió echarse una siesta.

Poco después, la liebre despertó y al mirar hacia la meta, vio a la tortuga muy cerca de la línea final, y en un intento desesperado corrió lo más veloz que pudo, pero la tortuga llegó primero y ganó.



1. ¿Quiénes son los personajes de esta fábula?

---

2. ¿Cuál es la enseñanza que deja esta fábula?

---



---

3. ¿Qué relación tiene el refrán: “Camarón que se duerme se lo lleva la corriente”, con la fábula?

---



---

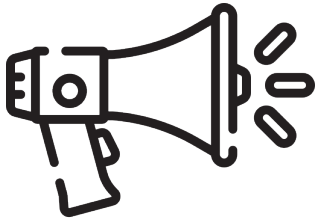
4. ¿Cómo puedes aplicar esta enseñanza en tu vida diaria?

---



---

**APRENDIZAJES ESPERADOS:** • Identifica las características y la función de las frases publicitarias.  
• Identifica los recursos retóricos en la publicidad.



Un **anuncio publicitario** es un mensaje que se hace con la intención de que las personas puedan conocer un producto, hecho, acontecimiento o algo similar. Los anuncios publicitarios forman parte de las compañías, debido a que los anuncios están vinculados con un propósito convincente y están encauzados a la promoción de artículos, productos o los servicios.

**OBSERVA** el siguiente anuncio publicitario, después escribe en cada círculo el número que corresponda.

1. Pie de página

2. Eslogan

3. Imagen

*Uso exclusivo para fines didácticos.*

Coca Cola, coca cola zero, el disco rojo y la botella contour son marcas registradas de The coca-cola company.

**TRAZA** una línea para unir cada frase publicitaria con el recurso retórico empleado en su escritura.

RIMA

1. "Era tan pobre que no tenía más que dinero"

PARADOJA

2. "Sidra el Gaitero, famosa en el mundo entero"

METÁFORA

3. ¡Toc. toc, toc!


ONOMATOPEYA

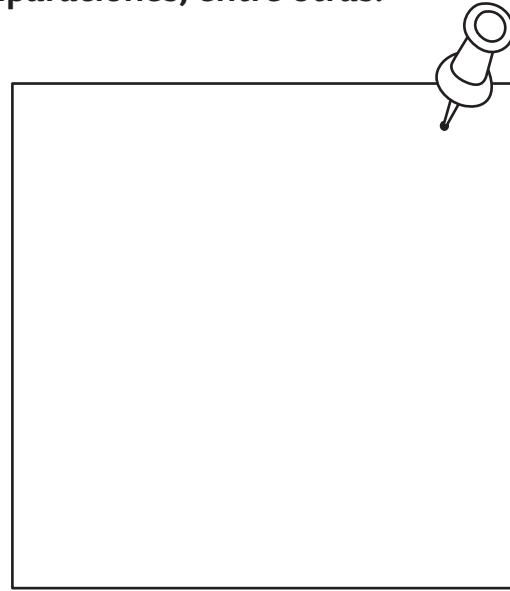
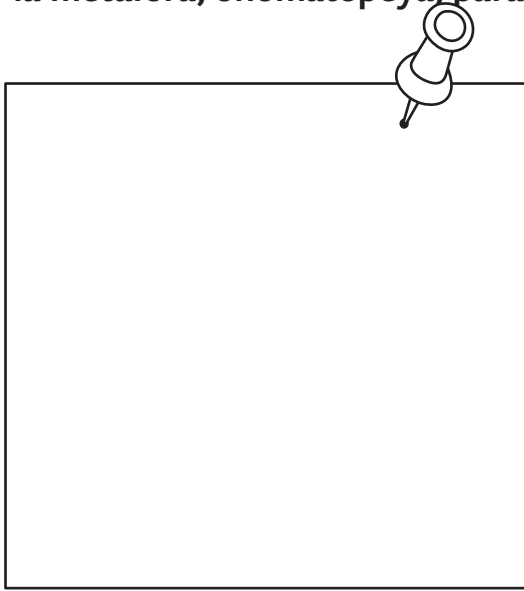
4. "Cuando leía, saltó una página del libro."

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Emplea diferentes estrategias textuales para persuadir a un público determinado al elaborar un anuncio.

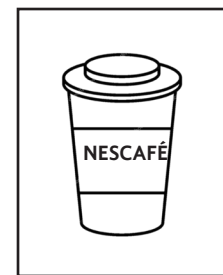
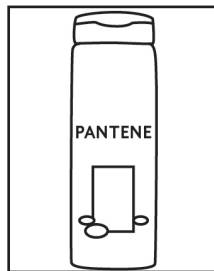


**El eslogan** es una frase publicitaria que suele usar juegos de palabras, imitar frases conocidas o canciones, cambiándoles el sentido, hacerle preguntas al destinatario, emplear rimas, repeticiones o palabras en sentido figurado.  
 Libro Español 5° SEP pp. 33

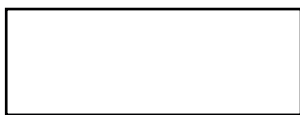
 **ELABORA** dos anuncios publicitarios. No olvides utilizar figuras retóricas como la metáfora, onomatopeya, paradoja, comparaciones, entre otras.



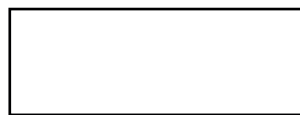
 **RECORTA** las frases publicitarias y ubícalas en el producto que corresponda.



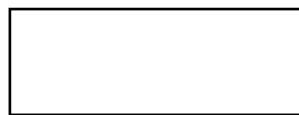
Imágenes utilizadas con fines didácticos.



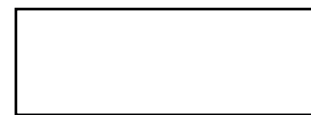
A que no puedes comer solo una.



Despierta la vida.



Cabello ligero que se mueve contigo.



Todo queda más fragante y oloroso.



El **texto expositivo** es un tipo de discurso que se caracteriza por contener información explícita y clara sobre algún tema en específico, pueden ser:  
 - Divulgativos: informa acerca de un tema de interés, no necesita especialización para entenderlo. Ejemplo: la conferencia.  
 - Especializados: exige conocimiento previo del tema. Ejemplos: Informes, leyes, artículos, etc.

**LEE el texto expositivo y realiza lo que se pide.**

1. Encierra de color **AZUL** el título.
2. Encierra de color **ROJO** los nexos.
3. Encierra de color **VERDE** la referencia.
4. Encierra de color **ROSA** la ilustración.

**LA TIERRA**



La Tierra es el planeta donde vivimos, ocupa el tercer lugar más cerca al sol es el mas grande de los cuatro planetas sólidos de nuestro sistema solar, lo que significa que no es gaseoso (los otros tres planetas sólidos son Mercurio, Venus y Marte). Su volumen es más de un millón de veces menor al del Sol, al igual que los demás planetas del sistema solar. La Tierra gira alrededor del Sol, y le da una vuelta completa en aproximadamente 365 días. También gira alrededor de su propio eje, dando un giro completo en 24 horas.

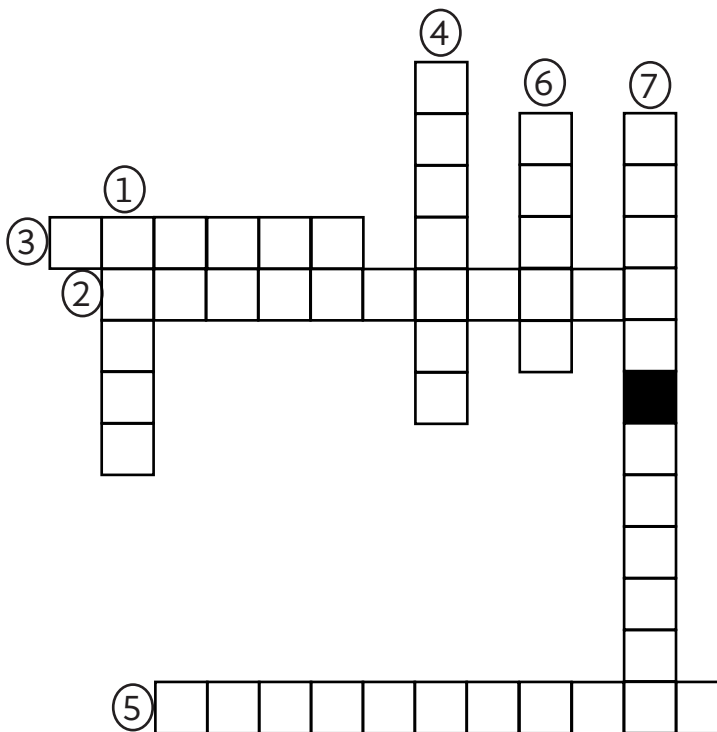
**COMPLETA el siguiente crucigrama.**

**VERTICAL:**

1. Se utilizan para unir palabras o enunciados para explicar, señalar un orden una cosa o una consecuencia.
4. Tipo de enciclopedia en la que se recomienda buscar información sobre un tema.
6. Son palabras que se sirven para estructurar preguntas del tema suceso o problema a investigar.
7. La pregunta ¿por qué ocurre? es una pregunta de...

**HORIZONTAL:**

2. Textos que muestran de forma neutra y objetiva determinados hechos o realidades con información veraz.
3. Es la parte de los materiales de consulta que deben considerarse para identificar si en ellos se encuentra información útil para responder preguntas.
5. La pregunta ¿cómo ocurre? es una pregunta de...





**APRENDIZAJES ESPERADOS:** • Emplea referencias bibliográficas para ubicar fuentes de consulta.  
• Emplea citas textuales para referir información de otros en sus escritos.

**✕** UNE con una línea los ejemplos según corresponda.

Orlando Cáceres Ramírez. 14 de mayo de 2018. Textos expositivos para niños. [www.aboutspanol.com/ejemplo-de-texto](http://www.aboutspanol.com/ejemplo-de-texto).

No ha de esperarse, entonces, mucho más de estas investigaciones, excepto “el breve desencanto de dar con la verdad insospechada” como lo afirma Evers (2005, p.12) en su célebre diario de investigaciones.

Benito Lobo, José Antonio (1992). La puntuación: usos y funciones. Madrid: Editorial Edinumen.

Chove, J. (1992). «Educación y formación para la calidad». En: V. Laboucheix (dir.). Tratado de la calidad total (pp. 336-346). Madrid: Ciencias de la Dirección.

León Tolstoi. “El niño reconoce a la madre por la sonrisa”. Es una de las muchas cosas que afirmó este escritor.

**REFERENCIA  
BIBLIOGRÁFICA**

**CITA TEXTUAL**

**✍** ESCRIBE en los recuadros una cita textual y una referencia bibliográfica de un texto que elijas



APRENDIZAJE ESPERADO: Identifica las características de las leyendas.



Una **leyenda** consiste en una narración popular que cuenta un hecho real, fantástico o sobrenatural, o una combinación de los mismos, y es transmitida de generación en generación de manera oral.



**RECORTA** los fantasmas y los recuadros siguiendo la línea punteada, une el fantasma con la respuesta correcta y juega con tu familia o amigos a adivinar preguntas.

Ciudades, pueblos, caminos, etc.

Reales y fantásticas.

Adverbios.

Las leyendas.

Frases adjetivas.

Uso del párrafo y punto final.

Reiteraciones de palabras, frases adjetivas, comparaciones, etc.

¿Qué elementos contienen las narraciones de las leyendas?

Algunas son orales otras escritas y además tienen diferentes versiones.

¿Cuáles son algunos de los lugares reales donde se ubican los sucesos de las leyendas?

Son quienes permiten ordenar con claridad las ideas al transcribir una leyenda.

¿Qué se utiliza para describir las características de las personas?

¿Quién acompaña al adjetivo para enfatizar las características de personajes, objetos y hechos?

¿Cuáles son los recursos literarios que se emplean en las leyendas para crear un ambiente de suspenso?



**REESCRIBE** el texto utilizando adjetivos calificativos y adverbios.

Doña Alba fue una mujer cuya única carencia fue no tener hijos; se dice que una noche, cuando contaba con 80 años, soñó cómo moriría.

---



---



---



---



---

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Describe personajes o sucesos mediante diversos recursos literarios.



**ESCRIBE** una leyenda después dibuja el personaje principal y escribe en los cuadros los adjetivos calificativos que lo caracterizan.

### La leyenda

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

<input type="text"/>	Personaje principal	<input type="text"/>
<input type="text"/>		<input type="text"/>

**CONTENIDO:** Resolución de problemas que impliquen sumar o restar fracciones cuyos denominadores son múltiplos uno de otro.



Para que puedas sumar o restar fracciones donde un denominador es múltiplo de otro, debes multiplicar la fracción por un número para obtener la equivalencia. Tal y como lo muestra el ejemplo.

$$\frac{1}{4} + \frac{1}{2} \begin{matrix} (1 \times 2) \\ (2 \times 2) \end{matrix} = \frac{1}{4} + \frac{2}{4} = \frac{3}{4}$$

Es múltiplo de 2 → (pointing to the denominator 2 in 1/2)

El mismo número que multiplique al 2 para convertirlo en 4 multiplica la fracción → (pointing to the 2 in the multiplier and the 2 in the numerator of the second fraction)

*Texto creado para fines didácticos MEAD*

✓ ✕ ✎ **MARCA con una X la respuesta correcta.**

1. Lupita compró  $\frac{1}{4}$  kg de manzanas y Marcela compró  $\frac{1}{2}$  kg de manzanas.

¿Qué fracción de manzanas compraron en total?

$\frac{2}{8}$  kg

$\frac{3}{4}$  kg

$\frac{2}{4}$  kg

2. Mario tiene  $\frac{6}{8}$  m de cartón para hacer su tarea pero solo necesita  $\frac{1}{4}$ .

¿Qué fracción de cartón debe de recortar?

$\frac{4}{8}$  m

$\frac{1}{4}$  m

$\frac{5}{4}$  m

3. Los albañiles han pintado  $\frac{5}{8}$  de la pared de color rosa,  $\frac{1}{4}$  de gris y el resto no está pintada todavía.

a) ¿Qué parte de la pared esta pintada?


$\frac{6}{12}$

$\frac{2}{4}$

$\frac{7}{8}$



La **división** es la operación contraria a la multiplicación. Por lo tanto, para saber si una división es correcta se multiplica el resultado, también llamado cociente, por el divisor. Por ejemplo:  $10 \div 5 = 2$ , por lo tanto 2 multiplicado por 5 da como resultado 10 unidades.

 **RESUELVE** los siguientes problemas, realizando las divisiones correspondientes.

Don Mario y sus 4 hermanos van a sembrar los 2358 m<sup>2</sup> de tierra. ¿Cuántos metros cuadrados le correspondería a cada uno?

\_\_\_\_\_

Lucero necesita una computadora para realizar sus tareas de la escuela. En el supermercado le ofrecen una a crédito, su costo es de \$4842 y se puede pagar en 12 mensualidades sin intereses ¿Cuánto tendría que pagar por mes?

\_\_\_\_\_

 **OBSERVA** la siguiente división y realiza lo que se pide.

$$\begin{array}{r} 35 \\ 12 \overline{) 426} \\ \underline{- 36} \phantom{0} \\ 066 \\ \underline{\phantom{0} 60} \\ 06 \end{array}$$

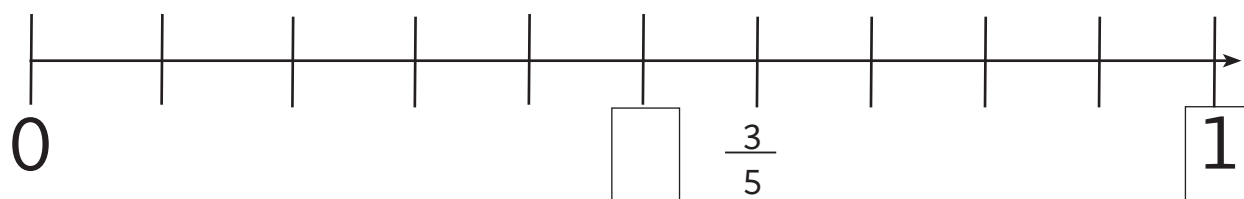
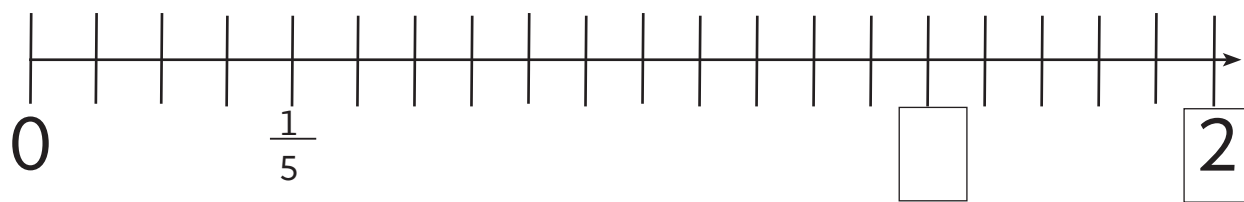
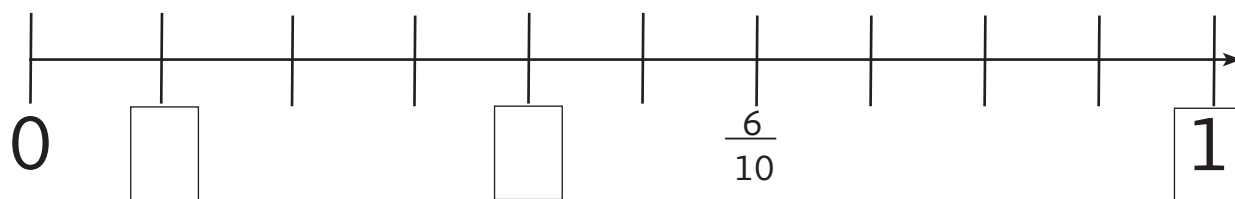
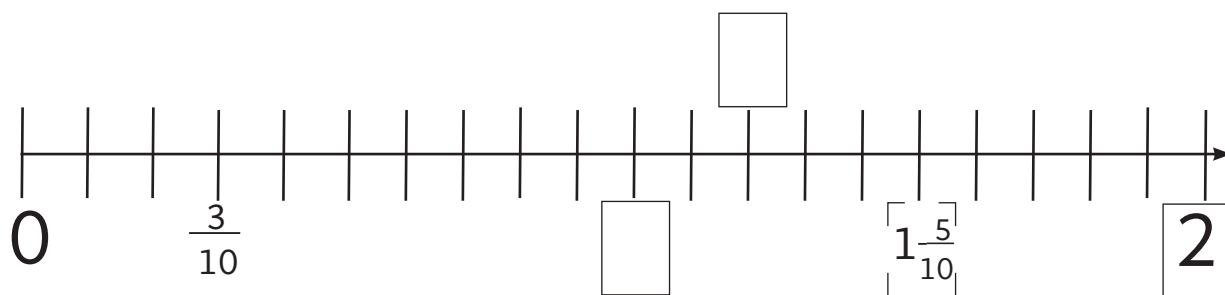
1. Encierra de color ROJO el divisor.
2. Encierra de color VERDE el cociente.
3. Encierra de color ROSA el dividendo.
4. Encierra de color AZUL el residuo.

**CONTENIDO:** Conocimiento de diversas representaciones de un número fraccionario: con cifras, mediante la recta numérica, con superficies, etc. Análisis de las relaciones entre la fracción y el todo.



Para ubicar fracciones en la recta numérica se divide la unidad (entero) en segmentos iguales, como indica el denominador, y se ubica la fracción según indica el numerador.

**OBSERVA** las siguientes rectas numéricas de fracciones, después de la parte inferior de la hoja recorta las fracciones y pégalas en el lugar que corresponda.



$$\left[ \frac{1}{10} \right]$$

$$\left[ 1 \frac{2}{10} \right]$$

$$\left[ \frac{4}{10} \right]$$

$$\left[ 1 \right]$$

$$\left[ \frac{3}{4} \right]$$

$$\left[ \frac{1}{2} \right]$$

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Identifica rectas paralelas, perpendiculares y secantes, así como de ángulos agudos, rectos y obtusos.

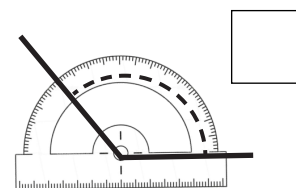
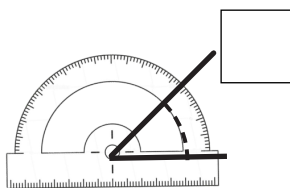
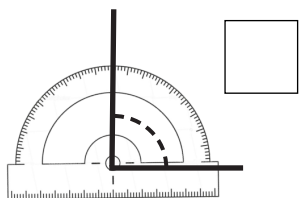


Debes saber que **las rectas** al cruzarse forman ángulos, éstos pueden estar en el pizarrón de tu salón, la pared de tu casa y otros lugares de tu alrededor.

**OBSERVA** el dibujo y con color **AZUL** las líneas paralelas, con color **VERDE** las líneas secantes y con color **ROJO** las perpendiculares.



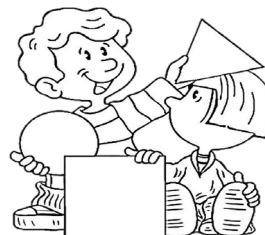
**ESCRIBE** en la línea el nombre del ángulo y en el cuadro su medida.



Ángulo: \_\_\_\_\_ Ángulo: \_\_\_\_\_ Ángulo: \_\_\_\_\_

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Resuelve problemas que implican el uso de las características y propiedades de triángulos y cuadrilátero.

Todo **triángulo** tiene tres bases y sus correspondientes alturas; por lo tanto se puede medir cualquier por (base-altura) de cada triángulo.



**✂** UNE con una línea las columnas según corresponda.

1. Son paralelogramos.



2. Fórmula que se emplea para calcular el área del rombo.

$$A = \frac{D \times d}{2}$$

3. Son figuras de cuatro lados.

Cuadriláteros

4. Cualquier lado puede ser una base, por lo tanto tienen tres alturas.

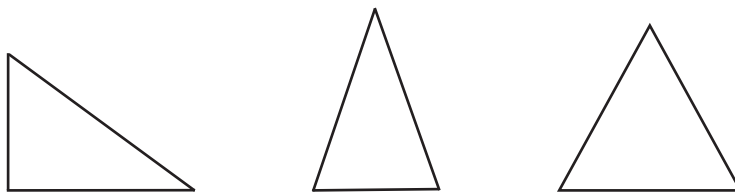


**✍** HAZ lo que se te pide.

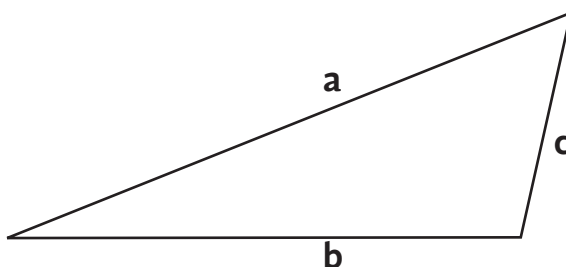
1. Ilumina de color rojo el triángulo que tiene dos alturas iguales.

2. Ilumina de azul la figura que tiene tres alturas iguales.

3. Marca con una X el triángulo que una de sus alturas es más larga.



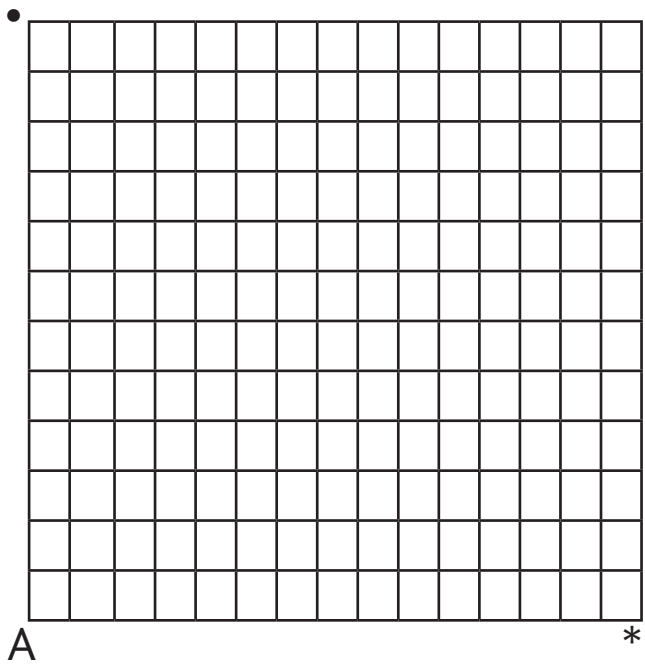
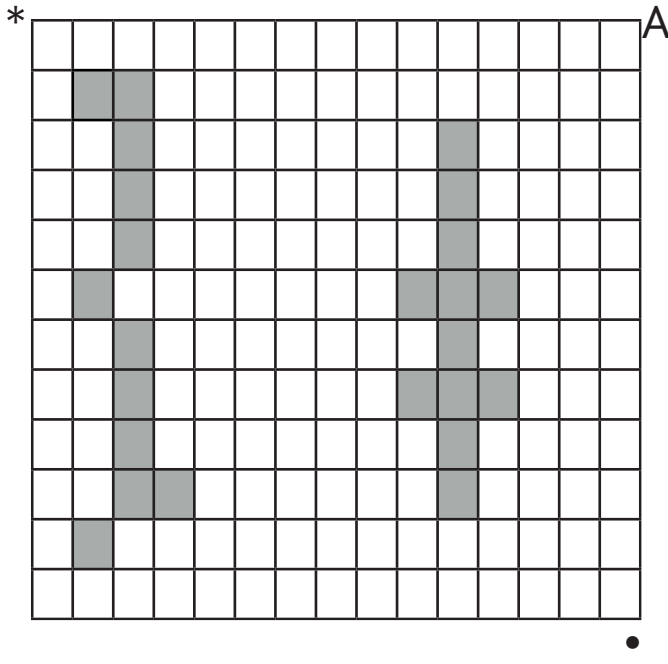
**✍** TRAZA con una línea punteada la altura del siguiente triángulo, considerando que el lado "b" es la base.



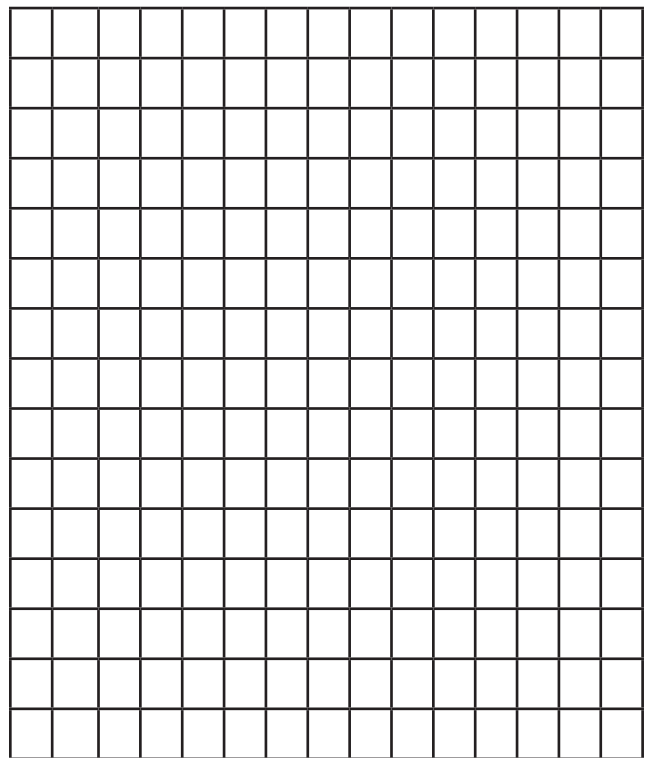
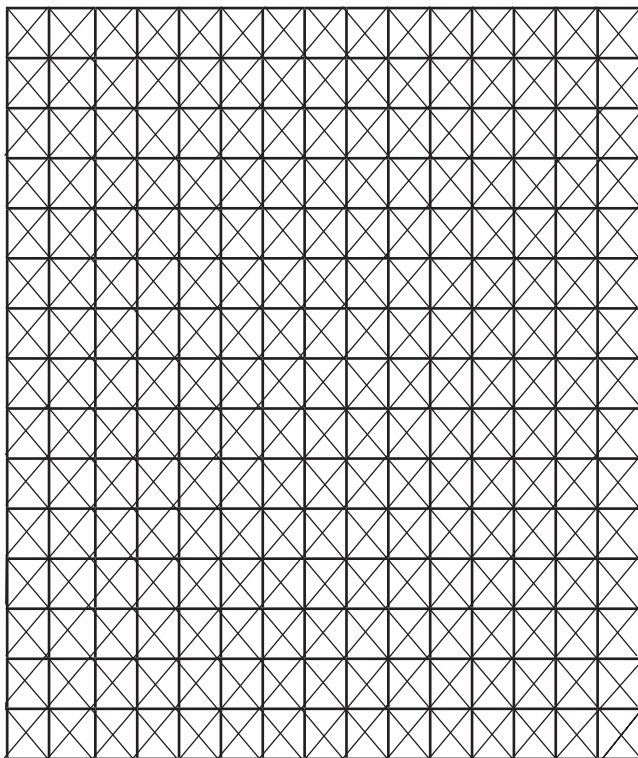


CONTENIDO: Reproducción de figuras usando una cuadrícula en diferentes posiciones como sistema de referencia.

 **REPRODUCE** las siguientes figuras en la cuadrícula, tomando en cuenta el punto de referencia.



 **DIBUJA** una figura en cada una de las retículas.



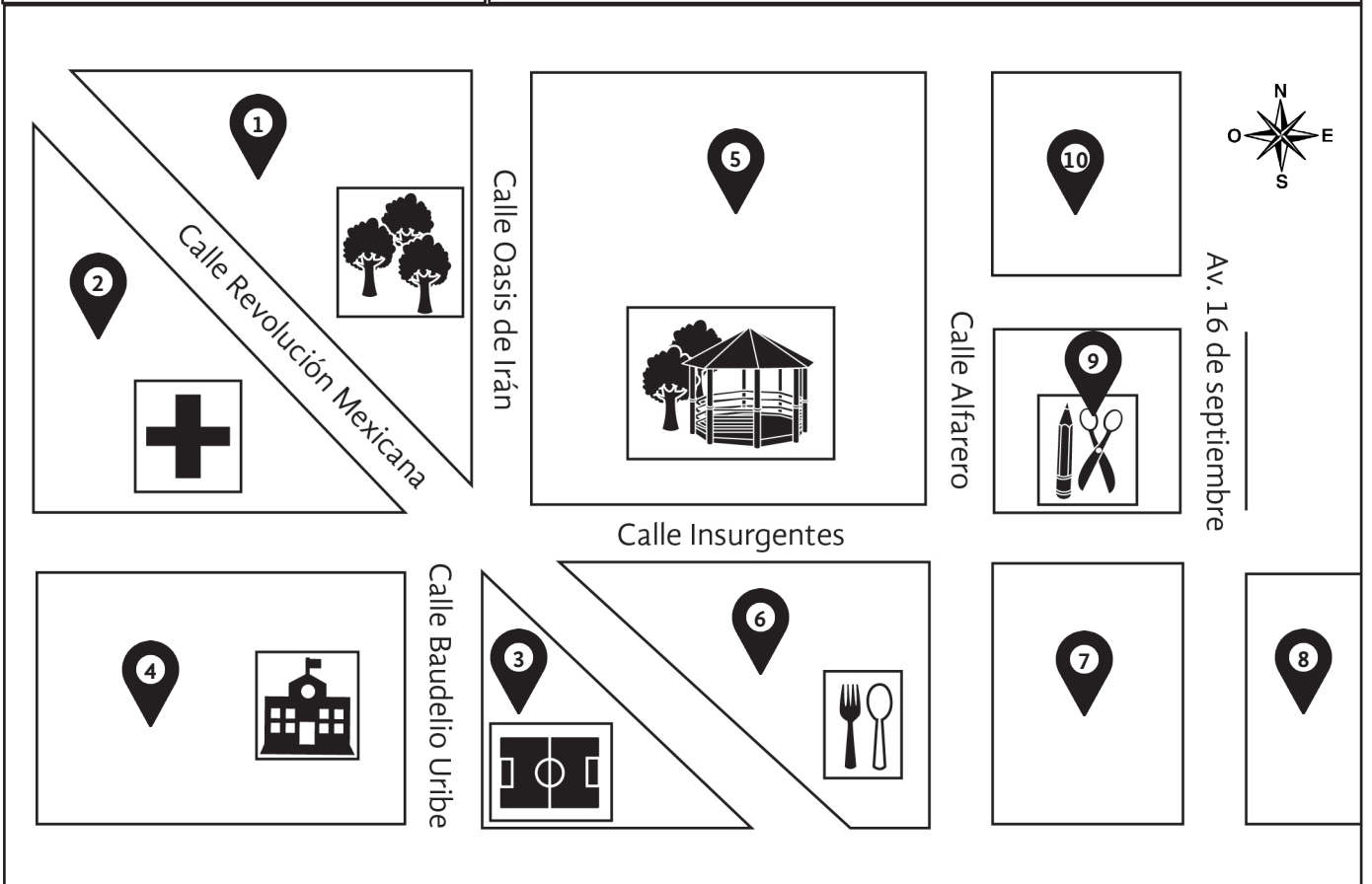
**CONTENIDO:** Lectura de planos y mapas viales. Interpretación y diseño de trayectoria.

- **El plano** es un dibujo que representa un lugar visto desde arriba. Ese lugar puede ser una habitación, una casa, una localidad. Se utiliza para situarnos y orientarnos correctamente.
- En el plano de la localidad se representan los elementos físicos que hay en ella, por ejemplo los edificios, las calles y las plazas.

**TRAZA** las rutas que se te piden en el plano, tomando en cuenta la información de los recuadros.

1. Parque
2. Hospital
3. Cancha de basquetbol
4. Escuela Francisco I. Madero
5. Plaza Bonita
6. Restaurante “Los tres hermanos”
7. Casa de Luis
8. Casa de Jesús
9. Papelería
10. Casa de Mariana

- Primero dibuja las casas de Mariana, Jesús y Luis y colóralas de rojo, azul y verde respectivamente; del mismo color traza las rutas que seguirían de éstas para llegar a Plaza Bonita.
- Traza con color amarillo la ruta que debe de tomar Mariana desde su casa para ir a la escuela.
- Doña Sofía está en la calle Revolución Mexicana frente al hospital, ¿qué ruta debe tomar para ir a casa de su nieto Jesús? Traza el trayecto con color rosa.

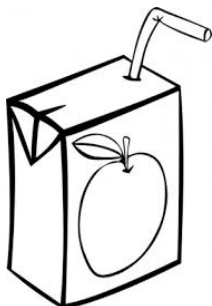


**CONTENIDO:** Conocimiento y uso de unidades estándar de capacidad y peso: el litro, el mililitro, el gramo, el kilogramo y la tonelada.



Don Juan tiene un puesto en el mercado, ayúdalo a identificar las equivalencias para vender su mercancía y tener felices a los clientes.

**🧮 CALCULA** las equivalencias de los siguientes problemas, en gramos, kilogramos, mililitros, litros o toneladas según lo indique.



Doña Rosa comprará 20 jugos de naranja de 100 ml. ¿Cuántos litros comprará en total? \_\_\_\_\_ lts.

Respuesta:



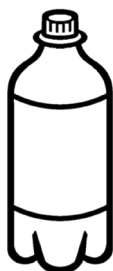
Julia quiere comprar 2000 gramos de manzana. ¿Cuántos kilogramos debe venderle Don Juan? \_\_\_\_\_ kg.

Respuesta:



En la central de abastos donde surte su puesto Don Juan, llegaron 3 toneladas de café ¿Cuántos kilogramos son en total? \_\_\_\_\_ kg.

Respuesta:



Felipe compró 4 litros de agua, si quiere repartirlo en 5 envases. ¿Cuántos mililitros de agua pondrá en cada envase? \_\_\_\_\_ ml.

Respuesta:

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Analiza sus necesidades nutrimentales en relación con las características de la dieta correcta y las costumbres alimentarias de su comunidad para propiciar la toma de decisiones que impliquen mejorar su alimentación.



Una alimentación saludable es aquella que te permite cumplir con tus necesidades específicas cada día y en las diferentes etapas de la vida para prevenir enfermedades. Las características que debe cumplir son: Completa, equilibrada, saludable, variada, suficiente e inocua.

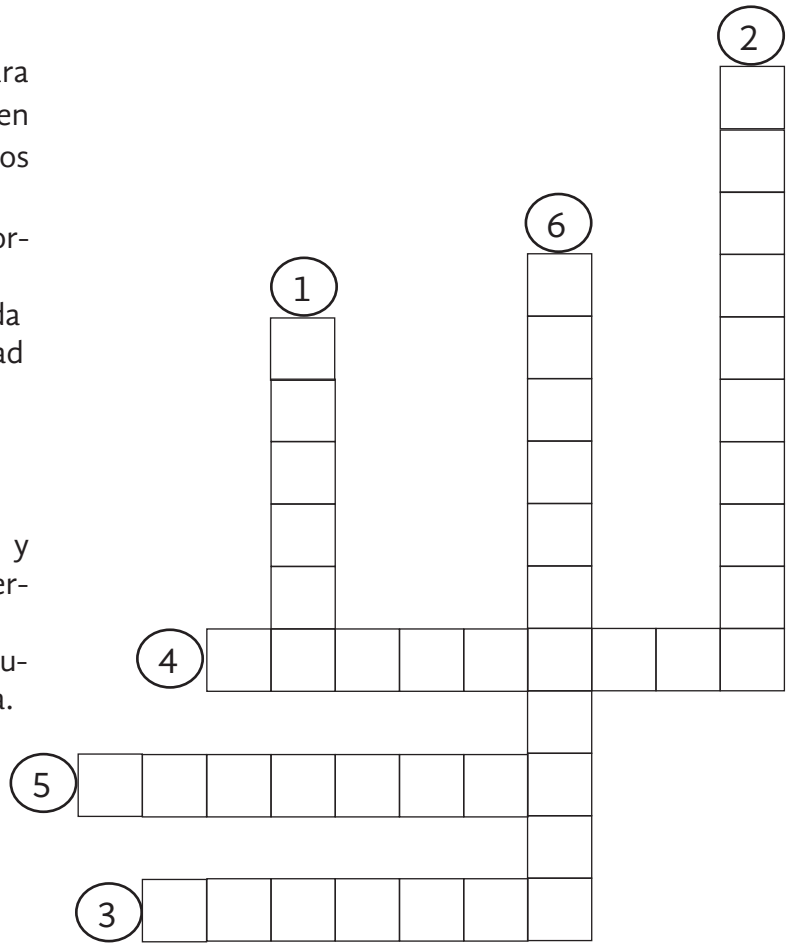
**RESUELVE** el siguiente crucigrama con ayuda de tu libro de Ciencias Naturales, escribiendo las características de una dieta correcta.

**VERTICAL:**

1. El consumo habitual de los alimentos, para evitar que dañen al organismo no deben estar contaminados con microorganismos y materiales tóxicos.
2. Que los nutrimentos guarden las proporciones adecuadas.
6. Aporta los nutrimentos que necesita cada persona según su edad y tipo de actividad que realiza.

**HORIZONTAL**

3. Contiene todos los nutrimentos.
4. Reduce el consumo de carbohidratos y grasas en exceso y complementa con verduras y agua simple potable.
5. Incluye al menos un alimento de cada grupo en cada una de las tres comidas al día.



1. Inocua. 2. Suficiente. 3. Variada. 4. Saludable. 5. Equilibrada. 6. Completa.

**CONTESTA** las siguientes preguntas.

1. ¿Los alimentos que consumes en tu vida diaria, te ayudan a tener una dieta correcta? \_\_\_\_\_
2. ¿Por qué? \_\_\_\_\_
3. ¿Qué debes cambiar para llevar una alimentación saludable?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Describe causas y consecuencias del sobrepeso y de la obesidad, y su prevención mediante una dieta correcta, el consumo de agua simple potable y la actividad física.

**CONTESTA la siguiente pregunta.**

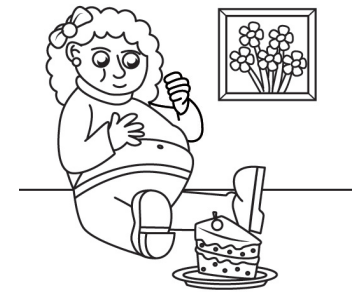
¿Qué es la obesidad?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**RECORTA las causas y consecuencias de la obesidad que se encuentran en la parte inferior de la hoja y colócalas en el lugar correcto.**

CAUSAS	CONSECUENCIAS

**COLOREA de azul las medidas para prevenir la obesidad.**

Seguir un plan de alimentación saludable.      Hacer ejercicio regularmente.      Dormir en exceso.      Controlar tu peso regularmente.

Pensar en exceso.      Comer comida chatarra.      Jugar videojuegos.      Reconocer y evitar las trampas de comida que hacen que comas.

----- ✂ -----

Baja calidad de vida	Dieta	Enfermedades respiratorias
Hábitos alimentarios poco saludables	Inactividad	Diabetes de tipo 2

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Explica los daños en los sistemas respiratorio, nervioso y circulatorio generados por el consumo de sustancias adictivas, como tabaco, inhalables y bebidas alcohólicas.



**Las drogas** son sustancias naturales o sintéticas que alteran el estado natural del cuerpo y su consumo excesivo puede provocar dependencia y afectaciones biológicas, psicológicas y sociales.



**ENCUENTRA** en la siguiente sopa de letras los seis niveles de adicción al consumo de drogas establecidas en el Modelo Integral de Prevención a las Adicciones promovido por la Secretaría de Salud.



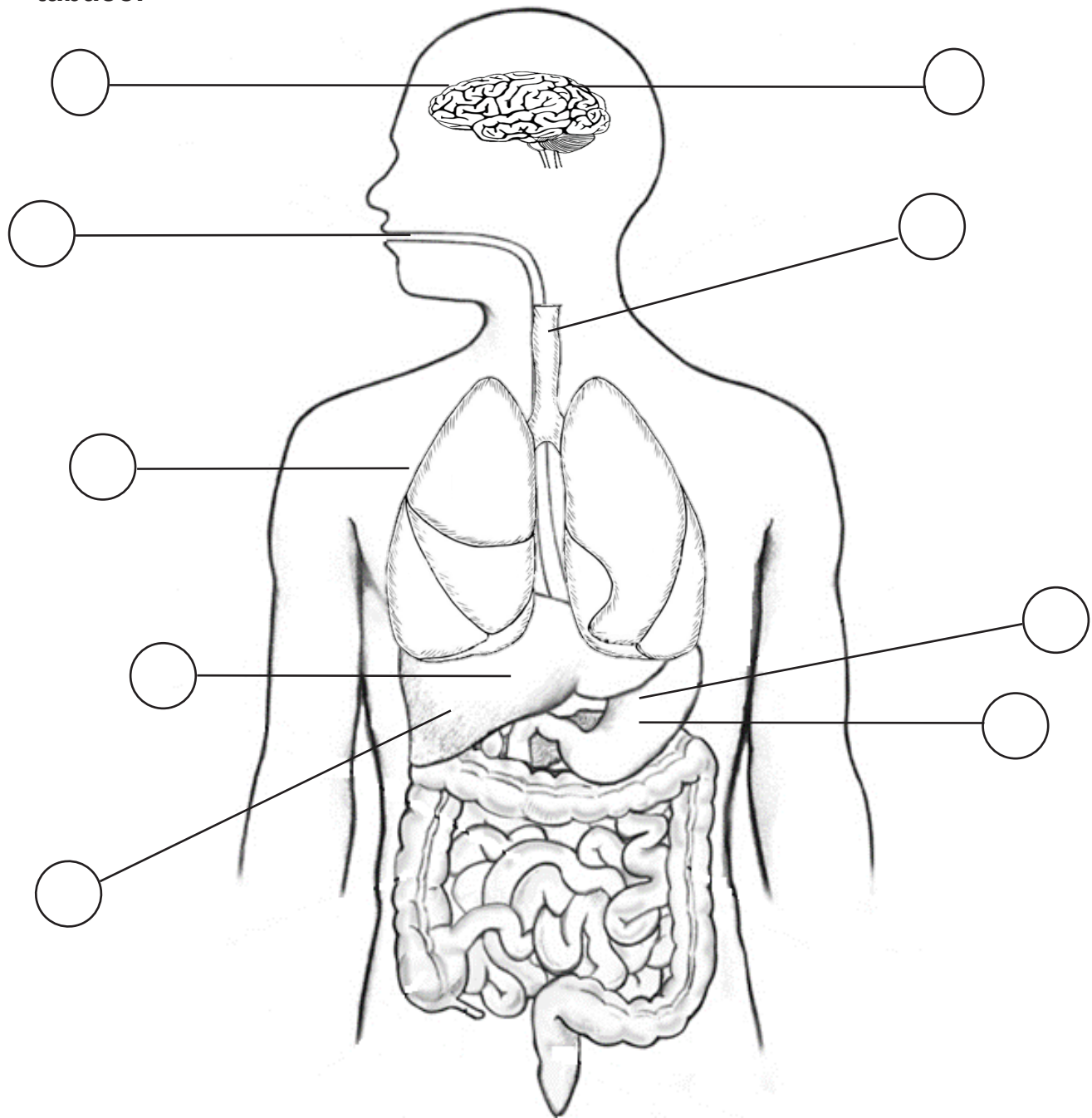
1. No consumo.
2. Uso experimental.
3. Abuso temprano.
4. Abuso.
5. Dependencia.
6. Recuperación.

D	F	J	B	I	O	L	P	P	H	B	V	R	X	R
R	F	J	N	C	E	X	W	F	J	D	R	T	B	I
E	Y	T	C	O	L	B	I	N	C	E	Q	P	L	Ñ
C	C	N	A	P	T	M	L	O	Q	P	C	R	I	O
U	S	O	E	X	P	E	R	I	M	E	N	T	A	L
P	E	C	X	P	J	F	B	C	U	N	N	X	L	E
E	S	O	F	V	T	L	Q	A	H	D	V	D	G	T
R	G	N	N	P	T	V	I	R	N	E	C	V	G	T
A	T	S	I	A	A	I	L	E	U	N	C	I	T	C
C	O	U	T	P	R	T	V	P	O	C	O	T	C	I
I	E	M	T	O	T	P	A	U	C	I	T	W	F	H
O	C	O	P	L	N	Q	M	C	T	A	D	I	V	I
N	G	U	C	R	T	F	B	E	U	G	U	C	V	I
O	L	P	C	H	Y	I	R	L	T	O	Y	T	V	L
M	A	Q	E	R	O	C	V	I	E	O	O	P	C	U
Y	C	V	U	S	C	A	N	W	B	P	S	N	P	I
V	L	M	U	R	T	X	I	G	V	P	S	U	S	C
V	U	B	L	N	G	F	Q	R	T	B	I	W	B	O
P	A	C	E	R	G	C	H	Y	G	Y	V	L	B	A
C	V	G	T	I	O	P	M	A	Q	E	C	F	G	O





**INVESTIGA** los daños que se ocasionan por el consumo de alcohol y tabaco.



1. Hemorragia cerebral

2. Cirrosis

3. Cáncer bucal

4. Malformaciones internas

5. Bronquitis crónica

6. Endurecimiento de arterias

7. Enfisema pulmonar

8. Nódulos hepáticos

9. Cáncer estomacal

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Explica la periodicidad, la duración, los cambios en el cuerpo y el periodo fértil del ciclo menstrual, así como su relación con la concepción y la prevención de embarazos.

**¡ ESCRIBE (M) (mujer) o (H) (hombre) según corresponda a cada uno de los caracteres sexuales secundarios que ocurren en la mujer y en el hombre. En caso de que suceda en ambos escribir una (A).**

Inicio de la eyaculación	
--------------------------	--

Inicio de la menstruación	
---------------------------	--

Desarrollo de las glándulas mamarias	
--------------------------------------	--

Desarrollo de barba y bigote	
------------------------------	--

Crecimiento de vello en el pubis y axilas	
---	--

Ensanchamiento de hombros y tórax	
-----------------------------------	--

Aumento de estatura	
---------------------	--

La voz se vuelve más grave	
----------------------------	--


Aumento de grosor en las caderas piernas y busto	
--	--

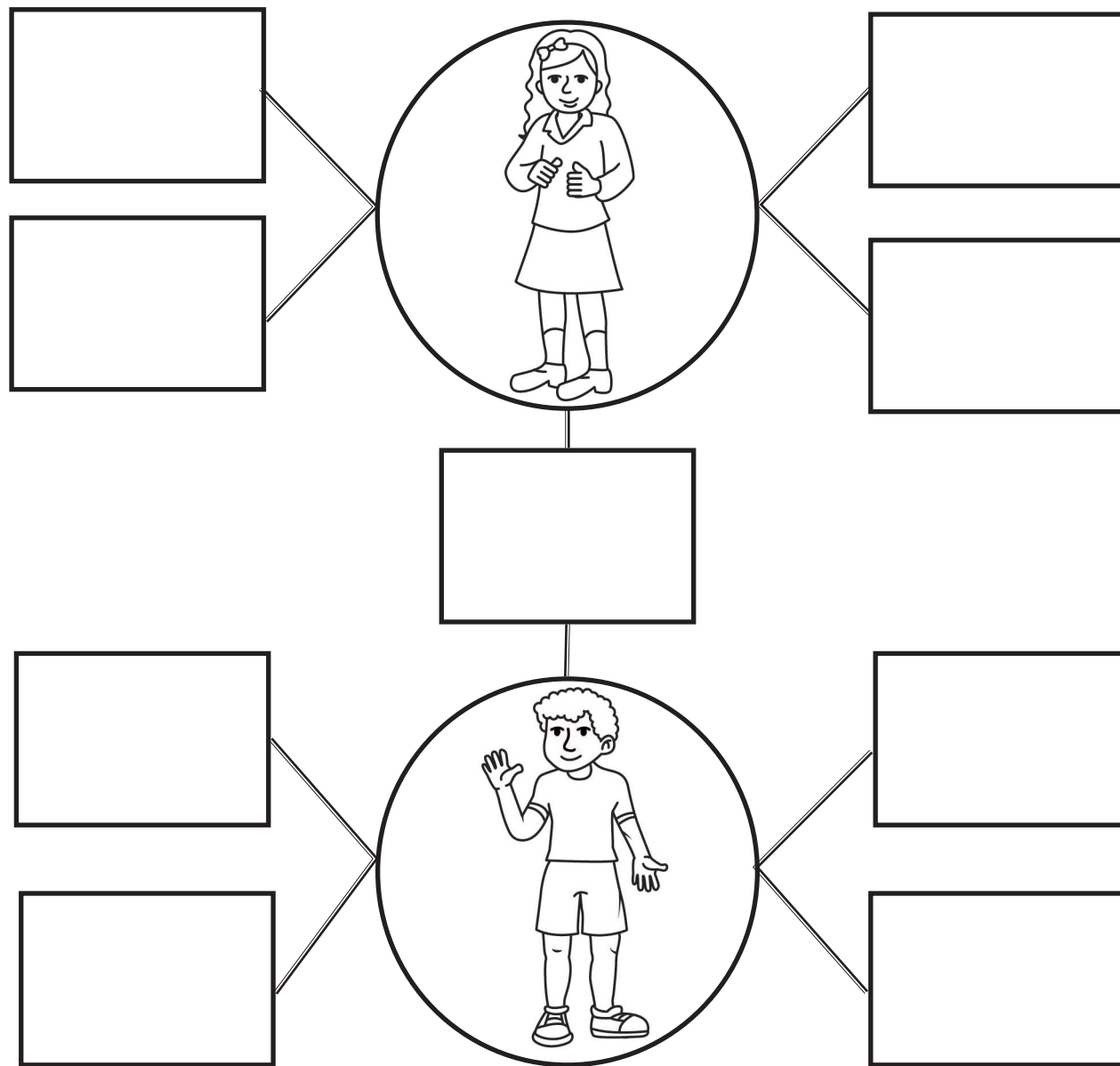
**¡ COMPLETA el texto con las palabras del recuadro.**

- |                     |                |             |
|---------------------|----------------|-------------|
| • trompa de falopio | • menstruación | • vagina    |
| • óvulo             | • endometrio   | • ovulación |
| • cólicos           | • 28 días      | • útero     |

Los ovarios desprenden de manera alternada un \_\_\_\_\_, a ese proceso se le llama \_\_\_\_\_. Aproximadamente cada \_\_\_\_\_ un óvulo se desplaza por la \_\_\_\_\_ hasta el \_\_\_\_\_ y se implanta en el \_\_\_\_\_, si el óvulo no es fecundado, el tejido es expulsado por la \_\_\_\_\_ con un poco de sangre. A este proceso cíclico se le llama \_\_\_\_\_ y puede presentarse con \_\_\_\_\_.



 **RECORTA** los rectángulos que se encuentran al final de la hoja y completa los esquemas, con las medidas de higiene y protección de los órganos sexuales según corresponda.



Baño diario con agua y jabón.	Lavar la vulva con agua y jabón.	Usar ropa cómoda, de preferencia de algodón.	Evitar golpes en los genitales.	Consultar a un médico si aparece una secreción extraña.
	Consultar a un médico en caso de una suspensión anormal del flujo menstrual.	Limpiarse después de ir al baño con papel higiénico de adelante hacia atrás.	Durante la menstruación usar y cambiar frecuentemente toalla femeninas.	Limpiar con cuidado el pene jalando el prepucio hacia atrás para lavar el glande.

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Describe el proceso general de reproducción en los seres humanos: fecundación, embarazo y parto, valorando los aspectos afectivos y las responsabilidades implicadas.

Las etapas del proceso de reproducción de los seres humanos son: **fecundación**, un óvulo y un espermatozoide se unen; **embarazo**, el óvulo fecundado se desarrolla y crece dentro de la madre; y **parto**, después de nueve meses de gestación nace un nuevo ser humano que requiere de amor, alimentación y protección.



**UNE** con una línea de diferente color la definición según corresponda a cada etapa del proceso de reproducción.

Es un periodo de nueve meses (40 semanas) en el que se desarrolla el embrión formándose de forma completa sus órganos.

**PARTO**

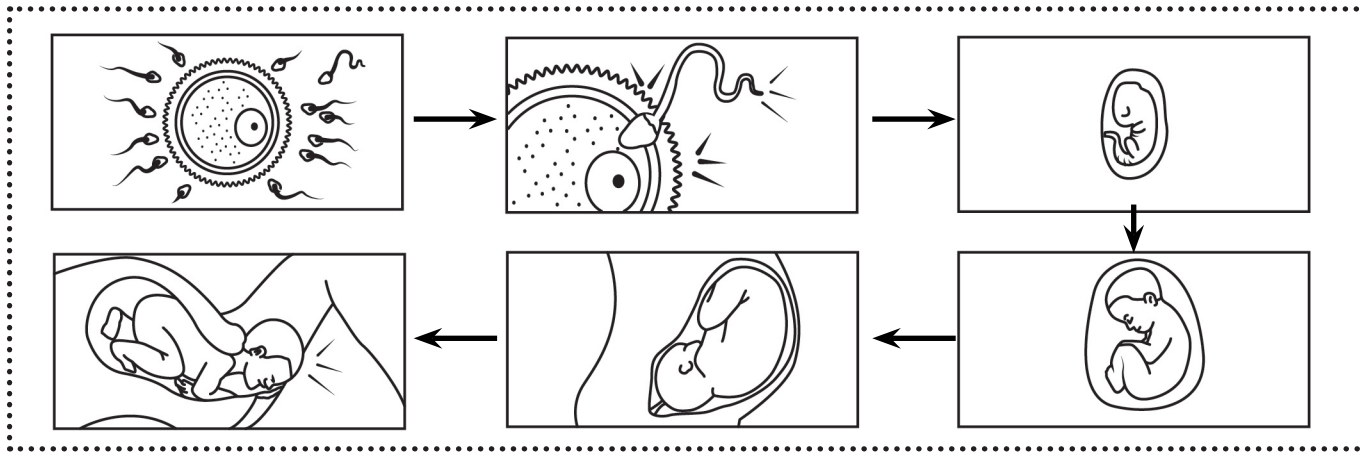
Se produce la unión del óvulo y el espermatozoide creando el cigoto. Se unen los cromosomas del hombre y la mujer y determinan como será el feto.

**FECUNDACIÓN**

Es la salida del feto desde el útero al exterior. Este proceso puede durar varias horas y se divide en tres fases: dilatación, expulsión, alumbramiento.

**EMBARAZO**

**COLOREA** las etapas del desarrollo del ser humano de la fecundación al parto.



**PIDE** a tu mamá que te platique cómo se sintió cuando estuviste dentro de su vientre.

APRENDIZAJE ESPERADO: Reconoce que la biodiversidad está conformada por la variedad de seres vivos y de ecosistemas.

 **CONTESTA lo que se pide.**

¿Qué es la biodiversidad?

¿Qué es un ecosistema?

_____	_____
_____	_____
_____	_____

 **RECORTA de la parte inferior de la hoja los seres vivos y colócalos en el reino que corresponda.**

REINO  
MONERA

REINO  
PROTISTA

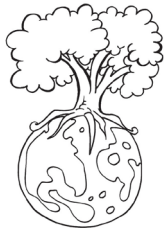
REINO  
FUNGI

REINO  
VEGETAL

REINO  
ANIMAL



APRENDIZAJE ESPERADO: Compara las características básicas de los diversos ecosistemas del país para valorar nuestra riqueza natural.



● Un ecosistema está formado por comunidades de seres vivos, el  
 ● entorno que habitan y las relaciones que se producen entre ellos.

**✂ RECORTA de la parte inferior de la hoja los nombres de los ecosistemas y colócalos en donde corresponda según su clima.**

En lo general se caracteriza por poseer un clima lluvioso o frío, con temperaturas entre 25 o 30°C.

Se caracteriza por la escasez de lluvia la mayor parte del año, y presenta temperaturas extremas entre el día y la noche.

Se presenta en todas las zonas altas desde 1600 a 3000 metros sobre el nivel del mar, y con temperaturas promedio de 10 a 26°C.

El clima es subtropical o tropical, con una temperatura media anual de 26 a 28°C.

Se presenta un clima frío o semifrío y siempre se encuentra húmedo.

Se distribuyen en zonas semiáridas y de clima fresco. Áreas cercanas a los ríos o en las zonas húmedas.

Se caracterizan por presentar temperaturas de 17 a 30°C.



DESIERTO

PASTIZAL

ZONAS DE ARRECIFES

BOSQUE DE CONÍFERAS

BOSQUE DE PINO ENCINO

BOSQUE TROPICAL

HUMEDAL (ESTUARIO)

**✂ RECORTA** el siguiente memorama y júégalo con tus compañeros, encuentren las características de flora y fauna de cada ecosistema.

Los pinos, abetos empleados como árboles de Navidad son característicos de este ecosistema. Se encuentran mamíferos como: osos parido, oso negro, lince y lobo.

La mayoría de las frutas que consumimos proviene de este tipo de ecosistema, como los mangos, papayas, plátanos. Los animales que se pueden encontrar son jaguares, tapires.

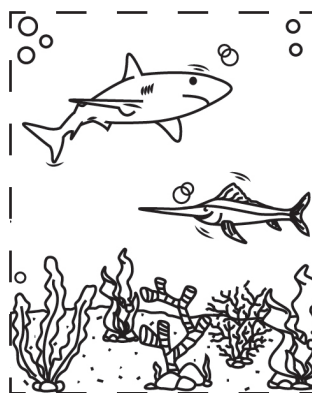
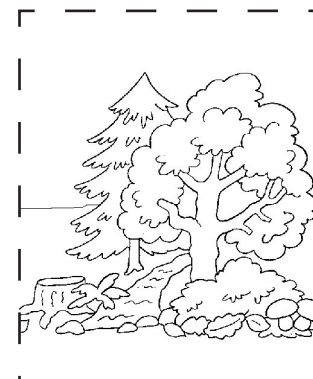
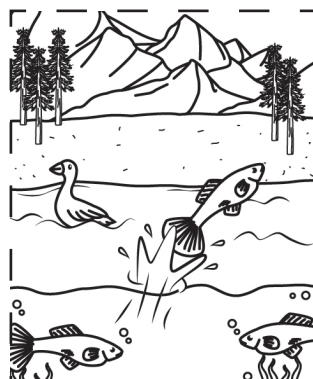
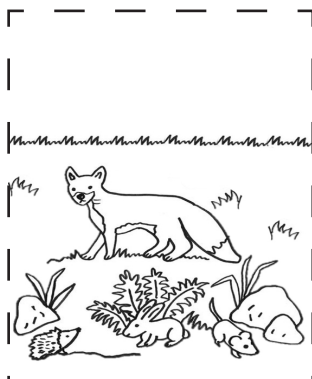
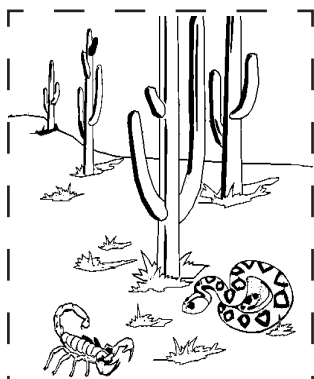
Se les da un uso como tierras de pastoreo, siembra de diversos cultivos como, maíz. Los animales que podemos encontrar son conejos, zorros, serpientes.

Su flora consta de nopal, arboles espinosos y en su fauna podemos encontrar reptiles como víboras, tortugas y lagartijas, aves como el correcaminos.

Su fauna representativa es prácticamente la misma que la del bosque de coníferas. Su flora se caracteriza por el pino y encino.

La flora característica es el mangle y la fauna consiste en una gran variedad de peces, cangrejos, ranas, camarones y aves acuáticas.

Son las de mayor biodiversidad en corales, peces, mamíferos y tortugas marinas.



**APRENDIZAJE ESPERADO:** Reconoce en mapas la extensión y los límites territoriales de los continentes de la Tierra.



Los mapas son representaciones planas de la superficie terrestre. Mediante los elementos que incluyen, indican ciertos componentes del espacio: la simbología, las coordenadas, la escala y la orientación representan aspectos específicos por ejemplo: ríos, montañas, la división política, entre otros.

Libro 5º Geografía SEP pag.24

**LOCALIZA** en el mapa el número que corresponde a cada continente y cada océano.



- |   |           |   |         |   |                  |
|---|-----------|---|---------|---|------------------|
| 1 | África    | 4 | Asia    | 7 | Océano Pacífico  |
| 2 | Antártida | 5 | Europa  | 8 | Océano Atlántico |
| 3 | América   | 6 | Oceanía | 9 | Océano Índico    |

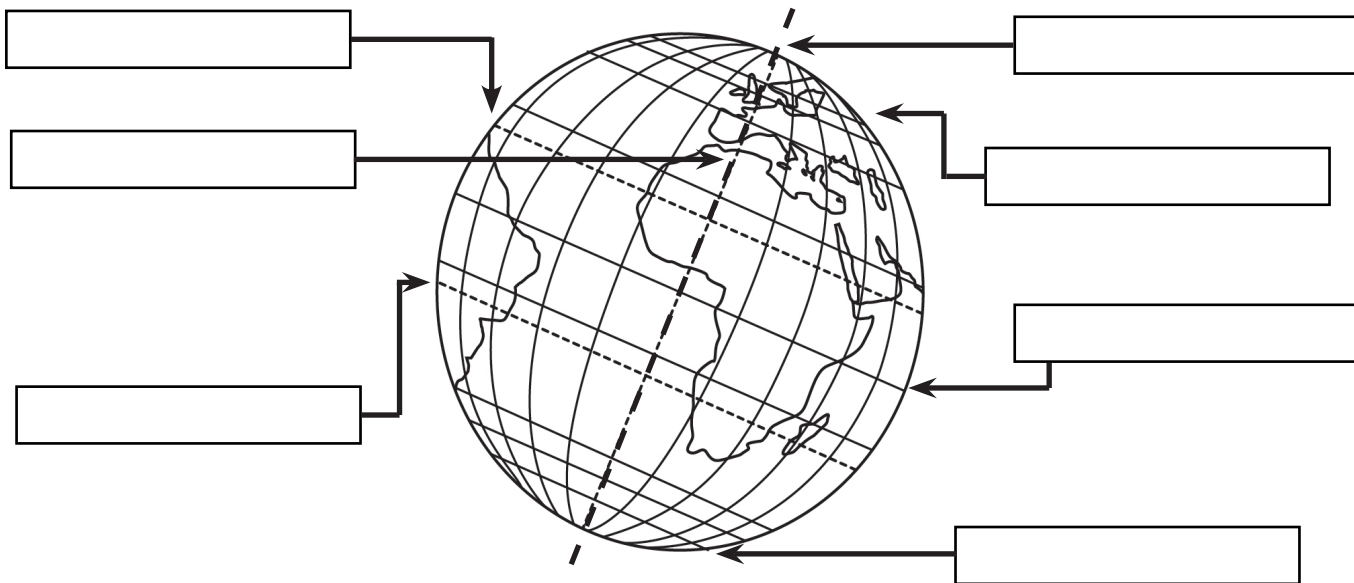
**¡RESPONDE** lo siguiente.

Luis se dirige a la ciudad de Madrid, España. ¿En cuál continente se encuentra esta ciudad?

---

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Localiza capitales, ciudades y otros lugares representativos de los continentes a partir de las coordenadas geográficas.

**ESCRIBE** en el recuadro el nombre de los círculos y líneas imaginarias de la Tierra en el lugar que corresponda. Consulta en el Atlas de Geografía del mundo página 18.



**LOCALIZA** en el mapa los países que se piden e ilumínalos como se indica, después escribe el nombre del continente al que pertenecen.

1. De color rojo España  
\_\_\_\_\_
2. De color verde China:  
\_\_\_\_\_
3. De color azul Nigeria:  
\_\_\_\_\_
4. De color amarillo Australia:  
\_\_\_\_\_
5. De color café México:  
\_\_\_\_\_



 **UNE con una línea los elementos con el componente al que corresponda.**

- |  |   |
|--|---|
| 1. Lengua, religión, artes, tradiciones y las formas de vida.                                      | <input type="text" value="Políticos"/>  |
| 2. Agricultura, ganadería, pesca, minería, comercio, producción forestal y el turismo e industria, | <input type="text" value="Económicos"/> |
| 3. Los límites internacionales o las fronteras que delimitan la superficies de cada país.          | <input type="text" value="Sociales"/>   |
| 4. La distribución, densidad, composición y migración de las poblaciones.                          | <input type="text" value="Culturales"/> |
| 5. Flora, fauna, clima, relieve, suelo, agua.  | <input type="text" value="Naturales"/>  |

 **COLOREA la respuesta correcta.**

- |   |   |  |
|---|---|--|
| 1. Frontera natural que se encuentra entre Estados Unidos y Canadá.               | <input type="text" value="Las Cataratas de Igazú"/> | <input type="text" value="Las Cataratas del Niágara"/> |
| 2. El judaísmo, el cristianismo y el islamismo la consideraron la ciudad sagrada. | <input type="text" value="Jerusalén"/>              | <input type="text" value="La Meca"/>                   |
| 3. Es el país principal productor de oro en el mundo.                             | <input type="text" value="Perú"/>                   | <input type="text" value="China"/>                     |
| 4. Continente que cuenta con el 0.5% de la población mundial.                     | <input type="text" value="Oceanía"/>                | <input type="text" value="Asia"/>                      |
| 5. País con mayor producción de cobre en el mundo.                                | <input type="text" value="Chile"/>                  | <input type="text" value="Argentina"/>                 |
| 6. Es el país con mayor producción de ganado bovino.                              | <input type="text" value="Estados Unidos"/>         | <input type="text" value="Brasil"/>                    |
| 7. Religión que predomina en el norte de África y el sur del continente Asiático. | <input type="text" value="Islamismo"/>              | <input type="text" value="Cristianismo"/>              |
| 8. Es parte del patrimonio cultural de Italia.                                    | <input type="text" value="Estatua de la Libertad"/> | <input type="text" value="Torre inclinada de Pisa"/>   |



**ENCUENTRA los siguientes ríos y lagos en el continente donde pertenecen, escribe en la línea su nombre.**

● Río Colorado:

♥ Río Murray:

☞ Río Bravo:

◇ Lago Victoria:

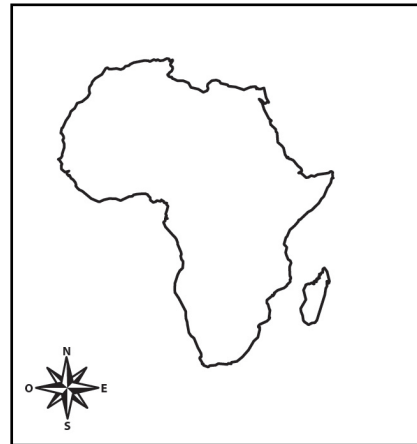
★ Lago Baikal:



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**¡CONTESTA lo siguiente.**

1. Pablo viajará con su familia a Colombia. ¿Qué tipo de clima tiene este país?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Rosa necesita saber qué cosas debe llevar cuando vaya a Canadá. ¿Cómo es el clima de éste lugar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. ¿Cómo es el clima en el lugar donde vives?  
\_\_\_\_\_

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Distingue diferencias en la diversidad de climas, vegetación y fauna silvestre en los continentes.

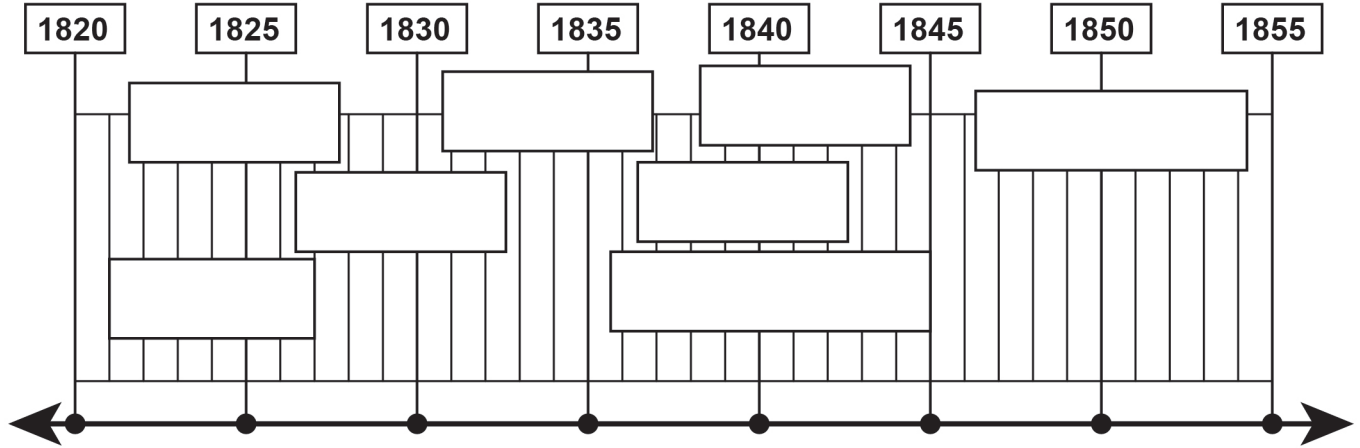
- América es el continente que cuenta con más países ricos en biodiversidad:
- Brasil, Colombia, Ecuador, México, Perú, Venezuela y Estados Unidos.

 **COMPLETA** la siguiente tabla con ayuda de tu libro de Geografía de las páginas 56 a la 61.

Regiones Naturales	Clima	Flora	Fauna
Selva	Tropical	Ceiba, cedro, caoba.	Guacamaya, monos, ardillas, mandriles, jaguares, aves, serpientes.
Desierto	Seco		
Mediterránea			Linces, pumas, coyotes, venados, jabalíes, lagartos, víboras de cascabel.
Taiga			
Tundra		Líquenes, musgos y pinos enanos	
Bosque	Templado y lluvioso		Osos, pumas, ocelotes, zorros, conejos, pajaros carpinteros.

**APRENDIZAJES ESPERADOS:** Ubica procesos de la primera mitad del siglo XIX aplicando los términos década y siglo, y localiza cambios en la división territorial.

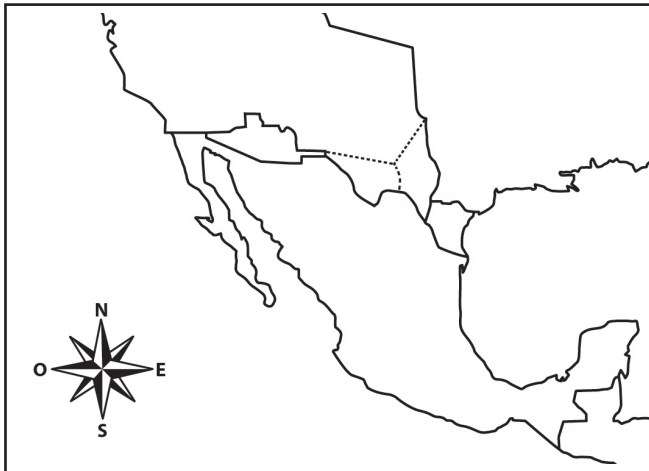
**✂ RECORTA** de la parte inferior de la hoja los sucesos que ocurrieron durante la mitad del siglo XIX y colócalos en el lugar correcto de la línea del tiempo.



**📖 CONTESTA** las preguntas con base a la información de la línea del tiempo.

- ¿A qué siglo corresponden estos hechos históricos de la línea del tiempo?  
\_\_\_\_\_
- ¿Cuántas décadas transcurrieron desde el fin de la independencia hasta la intervención norteamericana?  
\_\_\_\_\_

**📍 LOCALIZA** en el siguiente mapa lo que se te indica.



- Ilumina de rojo el territorio mexicano que se perdió con la firma del Tratado de Guadalupe Hidalgo en 1848.
- Escribe tu opinión sobre la pérdida que sufrió México de más de la mitad de su territorio ante Estados Unidos:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Intervención norteamericana

Constitución de 1836

Nace Ángela Peralta, "El ruiseñor mexicano"

Guerra de los pasteles

Guerra de Texas

Publicación de "El Iris"

Constitución de 1824

Fin de la Independencia

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Describe la situación económica y las diferentes formas de gobierno que se proponían para la nación mexicana en las primeras décadas de vida independiente.



La consumación de la **Independencia** puso fin a un largo periodo de dominación española y marcó el inicio de una nueva etapa en nuestra historia. Al separarse de España, México se convirtió en un país soberano; es decir, libre del dominio extranjero.

**RESPONDE lo siguiente.**

- Sin consultar tu libro de texto, ¿cómo crees que era la situación de México al término de la Guerra de Independencia?

---



---



---

**INVESTIGA de la pág. 18 a la 24 de tu libro de Historia, cómo quedó México después de la guerra de Independencia y completa el mapa conceptual.**

México al término de la guerra de Independencia

SOCIAL

ECONÓMICO

POLÍTICO

- APRENDIZAJES ESPERADOS:**
- Explica los intereses de Estados Unidos, Francia, España e Inglaterra en México.
  - Reconoce las causas y consecuencias de la separación de Texas y de la guerra con Estados Unidos.



Es importante saber que México tuvo que hacer grandes esfuerzos para que otras naciones del mundo reconocieran su existencia como país **soberano** y respetaran sus derechos.

## RESPONDE lo siguiente.

1. Escribe el significado de la palabra subrayada en el texto.  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Investiga los principales intereses que tenían los siguientes países con México tras la consumación de la Independencia y escríbelos en los recuadros según corresponda.

FRANCIA	ESPAÑA	INGLATERRA	ESTADOS UNIDOS

3. ¿Qué acontecimiento favoreció que España reconociera la Independencia de México?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. ¿Qué razones hicieron que algunos colonos de Estados Unidos se establecieran en Texas?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## ILUMINA de rojo las causas y de amarillo consecuencias de la separación de Texas y la guerra con Estados Unidos.

El congreso decidió convertir al país en una república centralista.

Estados Unidos declaró la guerra a México.

Los colonos desafiaban las leyes y a las autoridades mexicanas.

Soldados estadounidenses invadieron México por dos frentes.

Descontento en algunos estados y sirvió de pretexto a los colonos texanos.

El gobierno permite que estadounidenses se instalen de forma ilegal.

**APRENDIZAJE ESPERADO:** • Describe características del campo y la ciudad durante las primeras décadas del siglo XIX.  
 • Investiga aspectos de la cultura y de la vida cotidiana del pasado y valora su importancia.

**SITUACIÓN DEL CAMPO Y LA CIUDAD**

¿Cómo se trasladaban las mercancías en el siglo XIX?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



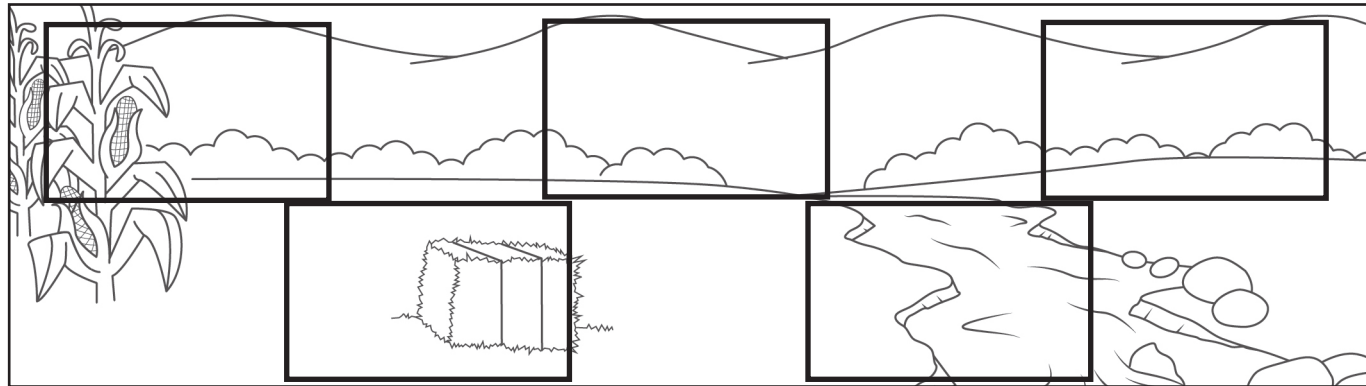
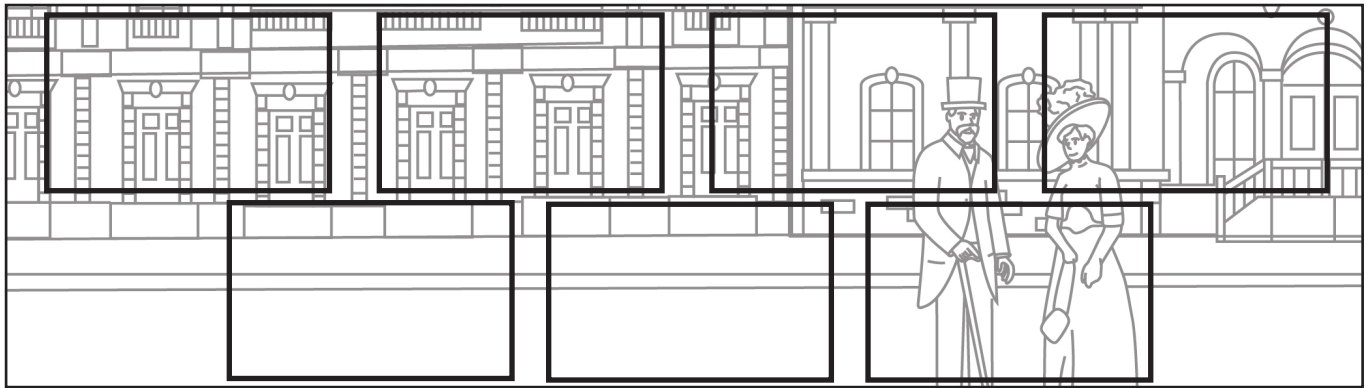
¿De qué manera las trasladan hoy en día?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**✂ RECORTA los cambios ocurridos durante la primera mitad del siglo XII en México y pégalas según corresponda.**



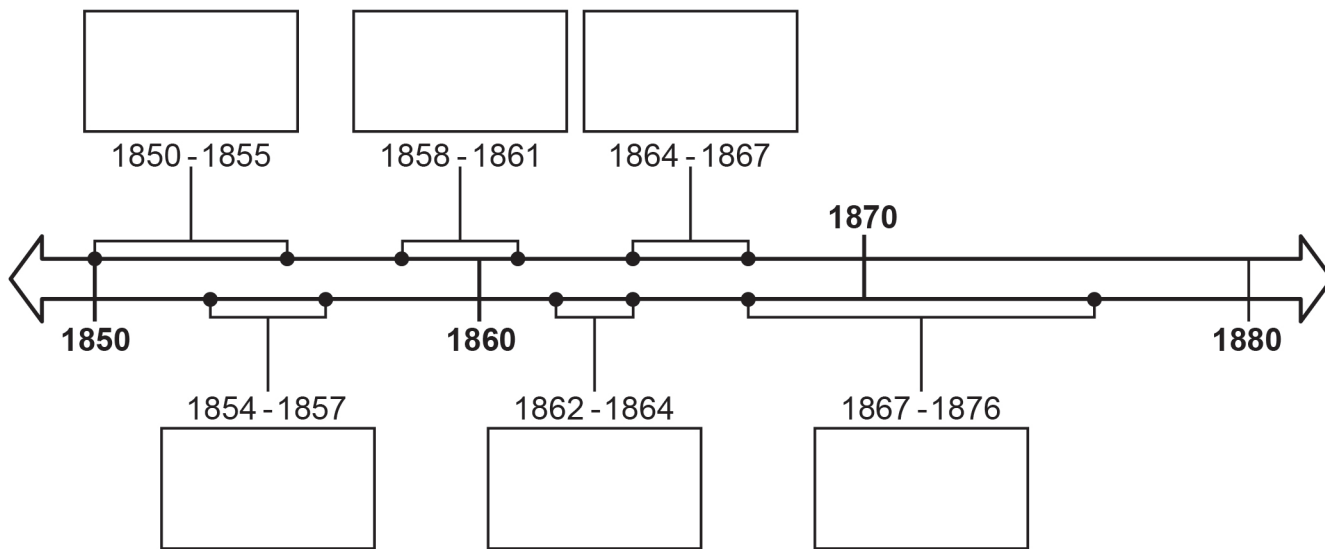
**✂**

Se dedicaban a las labores agrícolas.	Se realizaban oficios y actividades del vi-reinato.	Circulaban periódicos y revistas.	Hubo desintegración de familia y poblados.
Aquí vivía la mayor parte de la población.	Realizaban conmemoraciones cíviles como el grito de Independencia.	Las personas se divertían en las corridas de toros, jaripeo, peleas de gallo y juegos de azar.	Crecieron los ranchos y las haciendas.
Pequeñas y poco pobladas.	La mayoría eran jornaleros vendedores ambulantes artesanos y de servicio doméstico.	Los campesinos fueron obligados a servir en las filas militares.	Había templos mercados y el Palacio de Gobierno.

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Ubica la Reforma y la República Restaurada aplicando los términos década y siglo, y localiza las zonas de influencia de los liberales y conservadores.

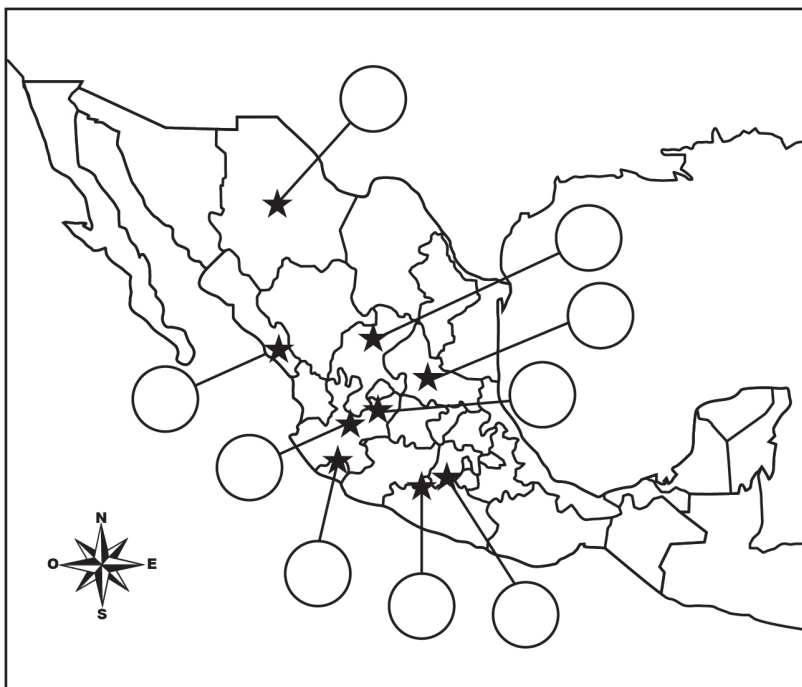
**ORDENA los siguientes hechos históricos según sucedieron (1 al 6) y ubícalos en la línea del tiempo.**

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| ___ República restaurada.  | ___ Dictadura de Santa Anna.                    |
| ___ La reforma liberal.    | ___ Segundo imperio (Maximiliano de Habsburgo). |
| ___ Intervención francesa. | ___ La guerra de Reforma.                       |



**ESCRIBE dentro del círculo una L a las victorias de los liberales, una C a las de los conservadores y contesta las preguntas.**

**LIBERALES Y CONSERVADORES**



- ¿Qué grupo político tenía más influencia en el país?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- ¿Cuál ideología política apoyarías, la conservadora o la liberal y por qué?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

- APRENDIZAJES ESPERADOS:**
- Explica el pensamiento de liberales y conservadores, y sus consecuencias en la política y economía del país.
  - Identifica las medidas para fortalecer la economía y la organización política de México durante la República Restaurada.

 **COMPLETA** el siguiente cuadro comparativo.

Características	Liberales	Conservadores
Forma de pensamiento		
Principales objetivos		
Propuestas		

 **COMPLETA** el siguiente texto, eligiendo las palabras correctas para cada espacio.

- economía
- situación del país
- regiones
- hacienda pública
- ferrocarriles
- recursos necesarios
- industria
- producción agrícola

Benito Juárez y Sebastián Lerdo de Tejada, sabían que el país necesitaba impulsar su \_\_\_\_\_, reactivar la \_\_\_\_\_, fomentar la \_\_\_\_\_, construir \_\_\_\_\_ y poblar las \_\_\_\_\_ que no estaban habitadas. Por ello se enfocaron en reorganizar la \_\_\_\_\_, con la idea de conseguirlos \_\_\_\_\_ para mejorar la \_\_\_\_\_ del país.



**APRENDIZAJES ESPERADOS:** • Reconoce la soberanía y la democracia como valores de la herencia liberal.  
• Describe cambios y permanencias en algunas manifestaciones culturales de la época.

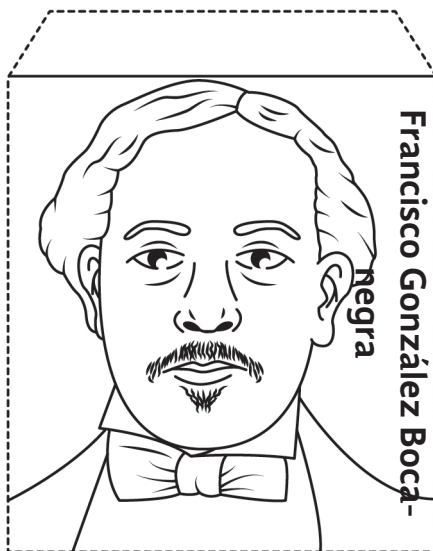
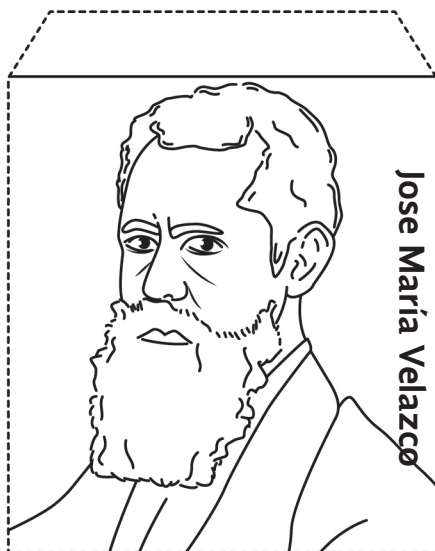
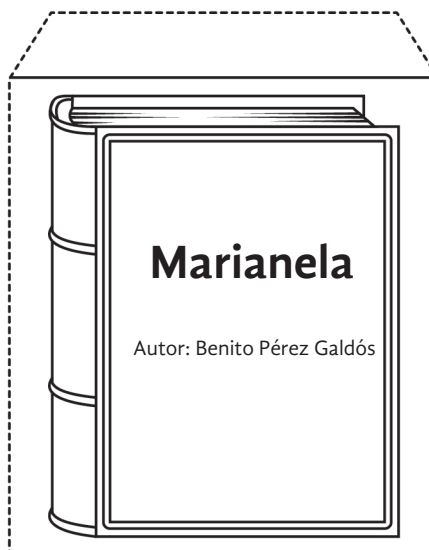
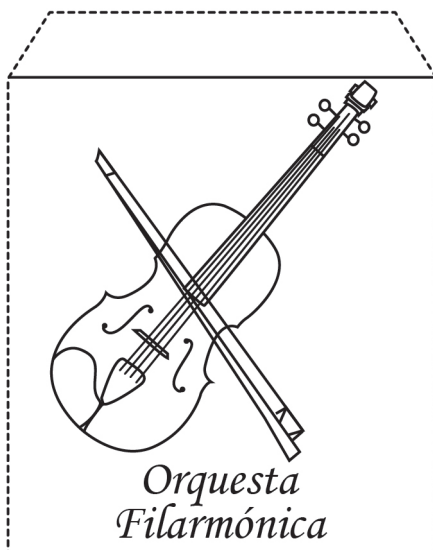
 **INVESTIGA** y escribe lo que se te pide.




La frase de Benito Juárez que hace énfasis al respeto a la soberanía.

Escribe una disposición de la Constitución Federal de 1857.

 **RECORTA** las imágenes y pégalas según se indique en la actividad de la siguiente hoja. (Coloca pegamento únicamente en la pestaña)



 **COMPLETA** las manifestaciones culturales ocurridas durante la Restauración de la República y pega en las pestañas el personaje que corresponda. (Une pestaña con pestaña).

### La República Restaurada

<p>Publicación de la revista _____</p> <p>fundada por: _____.</p>	<p>El nacionalismo originó la aparición de novelas _____ y _____.</p>	<p>En la pintura de estilo paisajista sobresalió _____.</p>
<p>_____</p> <p>compuso la letra del Himno Nacional Mexicano con música de Jaime Nuno.</p>	<p>Intelectual que partici- pó en el surgimiento de los primeros libros de _____.</p>	<p>Se fundó la _____ _____</p> <p>en 1866.</p>

APRENDIZAJE ESPERADO: Valora los cambios en su desarrollo y respeta las diferencias físicas y emocionales.



**PEGA una fotografía o recorta imágenes de una revista que representen las edades indicadas. Después recorta los recuadros de abajo y pégalos dónde corresponda.**

**¿Cómo expresabas tus emociones?**

Bebé (0 a 5 años)

Niño (4 a 6 años)

10 años



Sonriendo	Hablando y empezando a tener amigos.	Con enojos y rabietas.
Percibir la injusticia y a identificar riesgos.	Manifestó verbalmente mi enfado y mis alegrías.	Aplaudiendo
Con risas y abrazos.	Llorando	Entablezco amistades más sólidas.

**APRENDIZAJE ESPERADO:** Propone medidas para evitar trastornos alimentarios y adicciones.



¡Debes saber que!... el consumo y abuso de sustancias adictivas o la bulimia, anorexia y obesidad son algunos riesgos que enfrentas a tu edad, pues se relacionan con la necesidad de aceptación y de pertenencia a grupos de tu edad, o bien, con tu autoestima o imagen personal.

Libro de Formación Cívica y Ética 5° SEP pag. 29

**ESCRIBE** lo que se debe hacer en cada situación para evitar el consumo de sustancias adictivas.

Situación	¿Qué debe hacer?
Arnoldo asistió a una reunión de amigos, de pronto Saúl sacó una cajetilla de cigarros y lo repartió entre los asistentes. Al negarse a probarlo lo empezaron a presionar.	
Anahí se siente muy sola, al salir de la escuela, una persona se le acercó y le regaló un cigarrillo de marihuana. Ella lo tiene guardado pero ha sentido ganas de probarlo.	
Gabriel y René son menores de edad y quieren impresionar a las muchachas, piensan seguir el consejo de sus amigos, comprar licor y beberlo.	
A Laura le encantan los cacahuates , las frituras y los chocolate, pero ha subido de peso al grado que su ropa ya no le queda.	
Romina está muy delgada, pero ella dice que no es cierto porque cuando está frente al espejo se ve muy gorda.	

**COLOCA una √ a lo que debes hacer para evitar el riesgo a las adicciones y los trastornos alimenticios y una X a lo que no debes hacer.**

Evitar el consumo de frituras y refrescos.

Comer en exceso.

Mantener la comunicación con tus padres.

Realizar actividad física al menos durante 30 min. al día.

Valorarte como persona.

Probar las sustancias tóxicas por curiosidad.

Tomar entre 6 y 8 vasos de agua simple potable.

Compararte con modelos de revistas

Convivir con la familia y personas que te quieren y te protegen.

Evitar el consumo excesivo de alimentos ricos en grasa como semillas de ajonjolí y cacahuates.

Realizar extenuantes rutinas de ejercicio para compensar los excesos alimenticios.

Consumir una dieta saludable.

Provocarte el vómito para no engordar.

Dejar de comer para no engordar

Informarse sobre las consecuencias del uso de sustancias adictivas.



**ESCRIBE** lo que harías en cada caso para que las personas reciban un buen trato.

¿Cómo tratar a las demás personas sin ser influenciados por los estereotipos que imponen los medios de comunicación?



---

---

---

---



---

---

---

---




---

---

---


---

**✂** Dobra una hoja de papel bond en 3 partes iguales y realiza tres volantes promoviendo el respeto y buen trato de las personas y repártelo a tus vecinos. Fíjate en el ejemplo.



*Todas las personas somos iguales en dignidad y derechos.*

*¿Tú tratas a los demás con respeto y buen trato?*



Los estereotipos afectan de forma directa a grupos sociales concretos, que pasan a ser percibidos por el resto de la comunidad de una manera prejuiciosa.

La Constitución Mexicana establece en el artículo 1º que todas las personas gozarán de los derechos humanos y prohíbe la discriminación por origen étnico, género, edad, discapacidades, y prohíbe a cualquier persona atente contra la dignidad humana.

La habilidad de regular las emociones y los impulsos es desarrollada durante la niñez. Es muy importante saber autorregular nuestras emociones así como reaccionar de manera asertiva ante cualquier situación de la vida.

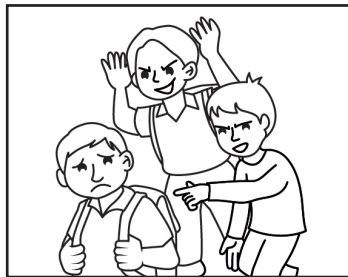
**🔍 INVESTIGA con tu maestro, papás o abuelos el significado de las palabras subrayadas.**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

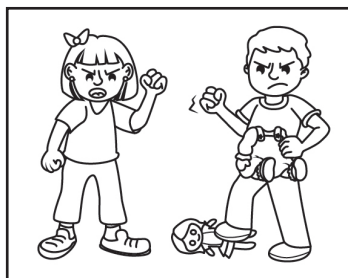
**✍️ ANALIZA la situación de cada imagen y subraya el enunciado que refleja comunicación asertiva.**



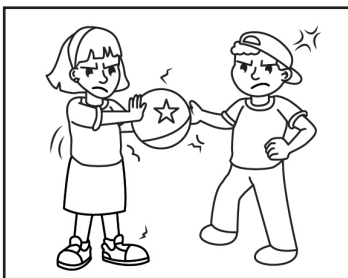
- Lo escucho pero al final exijo respeto de manera firme.
- Intercambio insultos porque nadie me debe gritar.



- Pido respeto a mi persona.
- Ingenio la forma de vengarme y yo también me mofo de ellos.



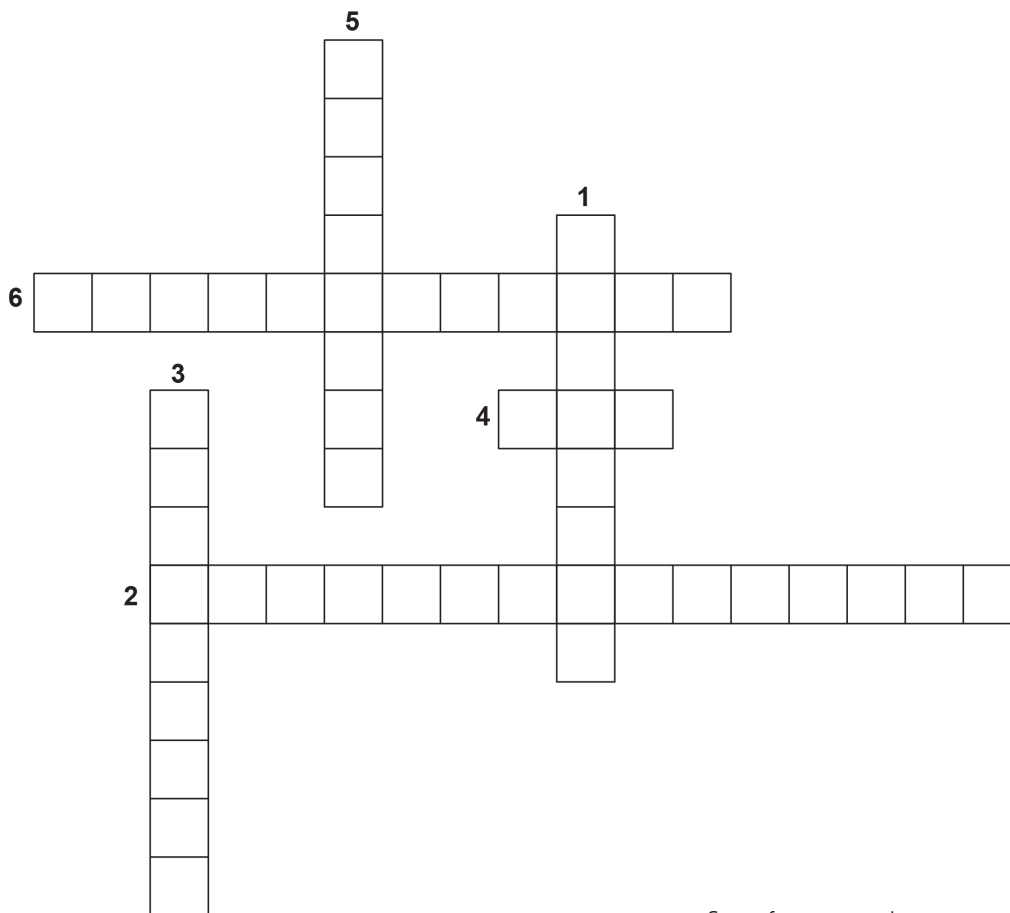
- Lo golpeo y lo insulto por tomar mis juguetes sin permiso.
- Dialogo con él y le pido que antes de tomar mis cosas me las pida.



- Jalonearlo hasta quitarle la pelota.
- Le digo que sólo es un juego y que es importante disfrutar el tiempo sin enojarnos.

La Declaración Universal de Derechos Humanos establece que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

 **RESUELVE el siguiente crucigrama.**



1. Libertad. 2. Responsabilidad. 3. Expresión. 4. Ley. 5. Dignidad. 6. Constitución.

**Vertical**

- 1. Es la facultad de los seres humanos para elegir lo que quieren hacer, pensar y decidir sus valores, intereses, derechos y obligaciones.
- 3. Es el tipo de libertad de decir lo que queremos siempre y cuando no dañe a los demás.
- 5. Alcanzar fines o satisfacer necesidades personales no debe ser una razón para dañar la... de otras personas.

**Horizontal**

- 2. Asumir las consecuencias de los actos y tomar decisiones es hablar de una libertad con...
- 4. La libertad está limitada por los derechos de los demás y la...
- 6. En ella se establece que las personas deben ser tratadas con respeto y justicia sin distinción.





Acompáñame a asumir la responsabilidad de nuestros actos siendo honestos, aceptando nuestros errores y ofreciendo disculpas.

**¡CONTESTA lo siguiente.**

1. ¿Qué pasaría si al tomar decisiones sólo pensáramos en nosotros mismos?

---

---

---

**¡LEE la situación, subraya la mejor decisión y explica por qué la consideras así.**

**Situación:** Mario se encontró un monedero con dinero en el patio de su escuela.

**¿Por qué?**

**¿Cuál es la mejor decisión?**

\*Entregarlo a la maestra para que localice al dueño.

\*Guardárselo y después gastarse el dinero.

---

---

---

---

**Situación:** Jazmín observó a dos niños robándose los dulces de la tiendita escolar.

**¿Por qué?**

**¿Cuál es la mejor decisión?**

\* Reportarlos en la dirección.

\* Hacer que no vio nada para evitarse problemas.

---

---

---

---

**Situación:** Luis no hizo la tarea.

**¿Por qué?**

**¿Cuál es la mejor decisión?**

\*Copiarla del cuaderno de un compañero antes de que llegue la maestra.

\*Asumir la responsabilidad de sus actos.

---

---

---

---