

Cuadernillo de actividades

Material gratuito

Semana 4 y 5

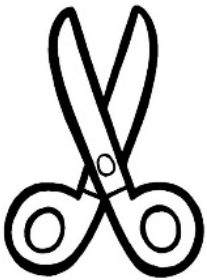
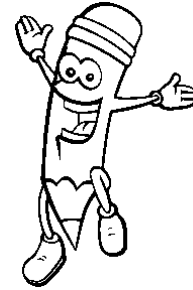
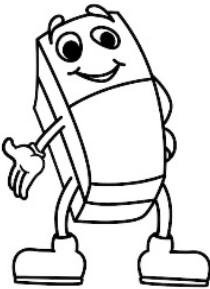
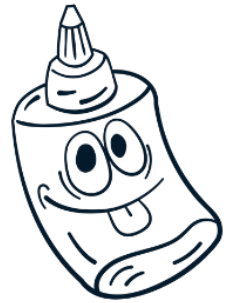
Del 22 de septiembre
al 3 de octubre.

10

Fase 3



Profe Diaz



Ciclo escolar: 2025-2026



Alumno:

Docente:

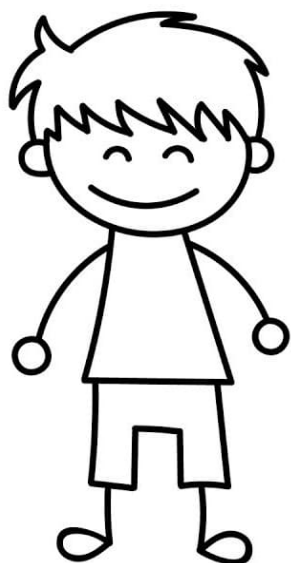
Escuela:

Anexo 1

¡Empieza igual que mi nombre!

Escribe palabras que empiecen igual que tu nombre.

¡Este es mi nombre!



Estas palabras empiezan igual que mi nombre:



Anexo 2

¡Significado de mi nombre!

Escribe la información que se indica referente a tu nombre.

Me llamo:

Significa:



Me gusta porque:

Me lo puso:

Anexo 3

“El cuento”

Observa el video y resuelve la actividad:

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

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Tlazola Día de la paz

Recorta las piezas, arma el rompecabezas y pégalo en tu cuaderno. Po último, colorea y escribe por qué es importante celebrar el Día de la Paz.



Anexo 4

“Comida chatarra”

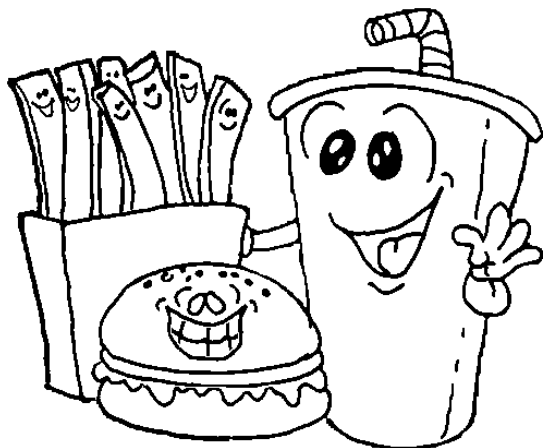
Observa el video y resuelve la actividad:

<https://www.youtube.com/watch?v=KHWFjhV6OUo>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Diaz Comida chatarra



La comida _____ es un término utilizado para nombrar a los alimentos o productos _____ que son ultraprocesados, es decir, que se preparan con sustancias _____ o extraídas de los alimentos.

Su ingesta hace que el cerebro libere una sustancia llamada:



_____ cotidianamente comida rica en calorías y grasas genera una _____ similar al que causan las sustancias _____.

Anexo 5

¡Aplico la encuesta!

Usa el siguiente formato para aplicar la encuesta de la actividad 1 de la página 115 y 116 de tu libro de texto.

¿Conoce qué son los alimentos chatarra?

Sí

No

¿Consumes alguno de los alimentos que se muestran en esta página?

Sí

No

¿Cuál de esos alimentos consumes con mayor frecuencia?

**Bebidas
azucaradas**

Pizza

Dulces

Sabritas

Pasteles

Galletas

¿Por qué razón consumes este tipo de alimentos?

a) Es más rico.

b) Me quita el hambre.

c) Es más rápido de comer.

d) Es más barato.

¿Qué cantidad de alimentos saludables consumes en comparación con los alimentos chatarra?

**a) Consumo más
alimentos chatarra
que alimentos
saludables.**

**b) Consumo la
misma cantidad de
alimentos chatarra
que de alimentos
saludables.**

**c) Consumo menos
alimentos chatarra
que alimentos
saludables.**

**d) Sólo consumo
alimentos
saludables.**

**e) Sólo consumo
alimentos
chatarra.**

Anexo 6

“Plato del bien comer”

Observa el video y resuelve la actividad:

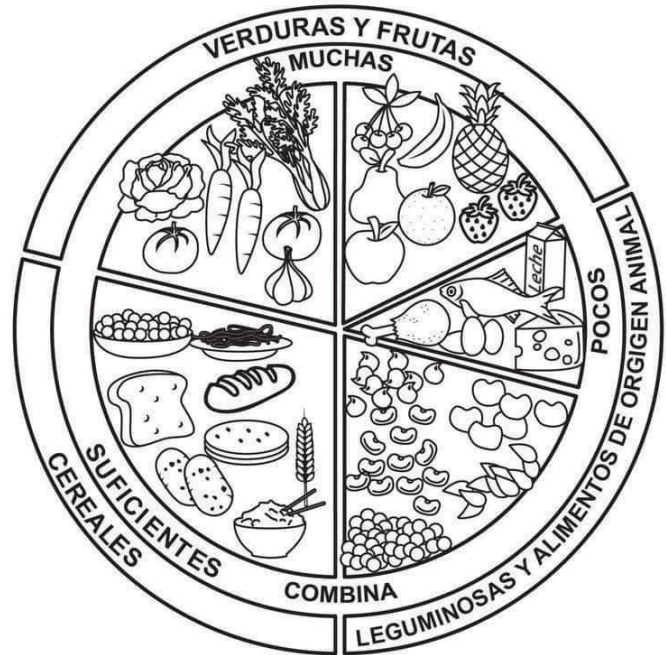
<https://www.youtube.com/watch?v=TatYyl2vjgo>

¡Búscalo así en YouTube!

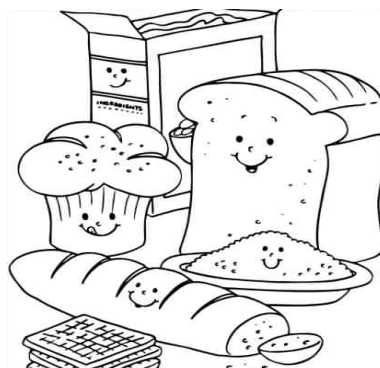


Profe Diaz Plato del bien comer

El plato del bien comer es una
guía de _____ que
forma parte de la (NOM), para
la _____
y educación para la salud en
_____ alimentaria, la
cual establece _____ criterios
para la orientación _____
en México.



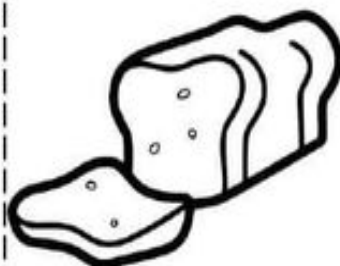
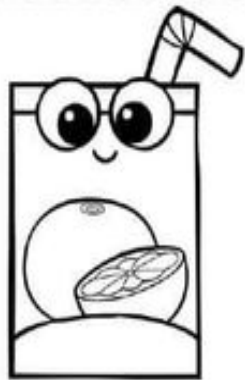
Escribe el nombre de cada grupo de alimentos y completa la información:



Anexo 7

¿Chatarra o saludable?

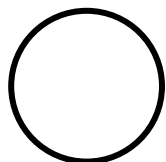
Colorea de verde los alimentos nutritivos y de amarillo los alimentos chatarras.



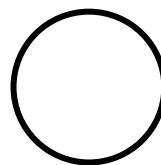
Anexo 8

¿Verdadero o falso?

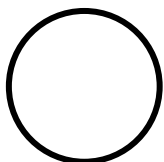
Escribe dentro del círculo "V" si es verdadero o "F" si es falsa la información que se dice.



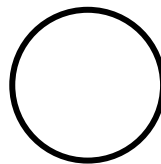
Los alimentos chatarra son más nutritivos que los alimentos saludables.



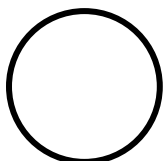
Los alimentos saludables nutren y fortalecen nuestro cuerpo.



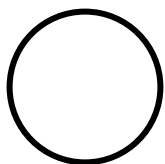
Comer frutas y verdura perjudica tu salud.



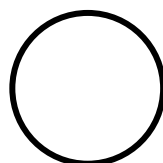
Las bebidas azucaradas son menos dañinas que el agua potable.



Beber agua simple potable es mejor que consumir bebidas azucaradas.



Comer frutas y verduras, hacer ejercicio y beber agua simple es una manera de cuidar nuestra salud.

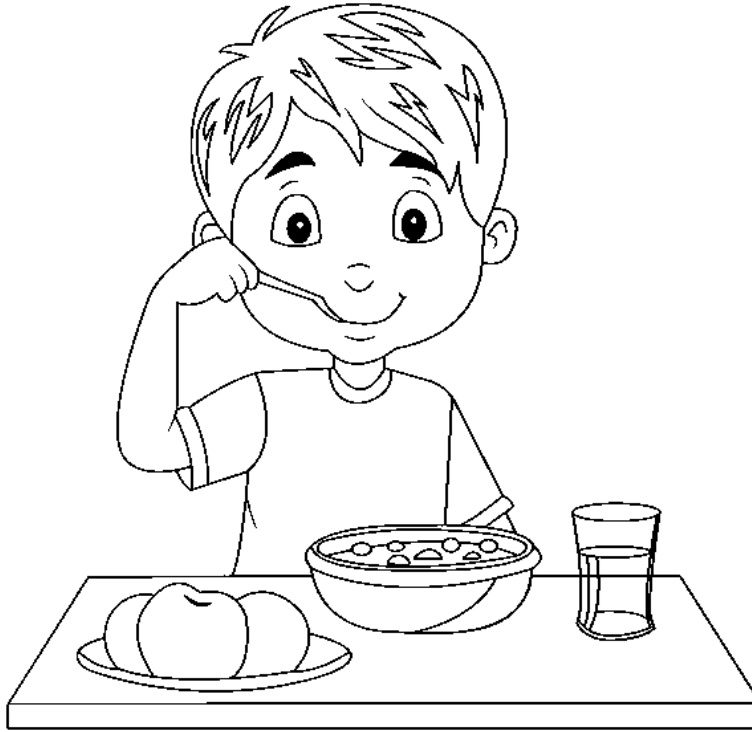


Para crecer sano y fuerte debemos comer alimentos chatarra y evitar las frutas y verduras.

Anexo 9

¿Por qué debemos comer sano?

Escribe 5 cosas por la que debemos consumir alimentos saludables. Primero puedes platicar con tus compañeros y después copiar del cuaderno de todas las ideas que escriba tu profesor.



Anexo 10

“El reglamento”

Observa el video y resuelve la actividad:

<https://www.youtube.com/watch?v=RJ-cwNR1UGA&t=3s>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Diaz El reglamento

El _____
es un documento emitido por
alguna autoridad política,
social o _____, en
el que se reúnen una serie
de _____ y
_____ para un
público determinado.

Se trata de _____
que regulan el
_____ de
una institución o una
sociedad, y pueden ser
jurídicas,
_____,
políticas o de otra naturaleza.



Importancia:

Promueven un entorno

_____ y de
sana convivencia.

Permiten respetar los
_____ de
todas las personas.

Contribuyen al

funcionamiento y

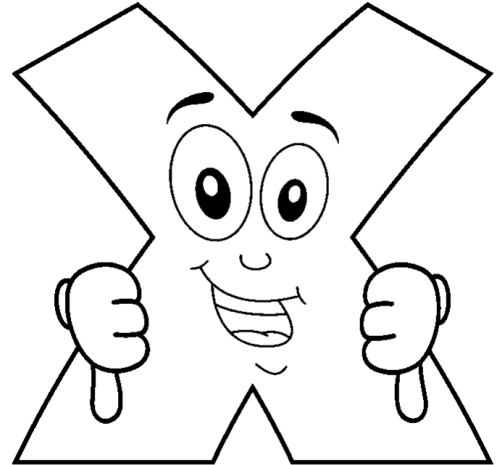
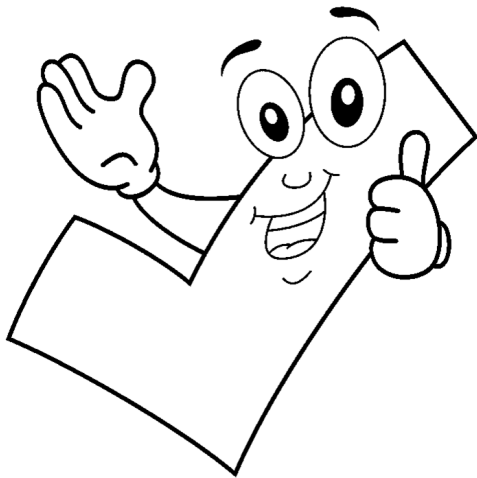
de la comunidad
educativa.



Anexo 11

¿Cuáles deben formar parte?

Lean en voz alta las siguientes reglas y colorea aquellas que consideras deben formar parte de tu reglamento de aula.



Ayudar a mamá y papá a realizar el aseo.

Depositar la basura en su lugar.

Acomodar el material y mobiliario ocupado.

Salir corriendo, gritando y empujando.

Apoyar a mis compañeros cuando lo necesiten.

Solicitar permiso para ir al sanitario.

Saludar al entrar y despedirse al salir del aula.

Interrumpir cuando quiera participar.

Anexo 12

“Toma de acuerdos”

Observa el video y resuelve la actividad:

<https://www.youtube.com/watch?v=25LdFdrw31g>

¡Búscalo así en YouTube!



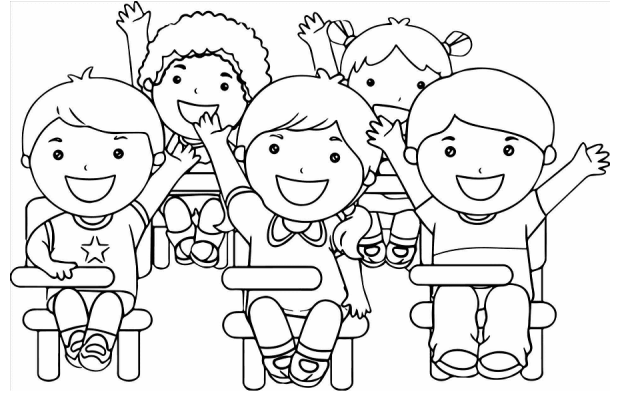
Profe Diaz Toma de acuerdos

Los acuerdos sirven para crear un ambiente

_____ y _____ entre los

integrantes de un grupo de personas.

También para _____ las relaciones
positivas.



Escribe los 8 pasos que se requieren para tomar acuerdos.

Diagram showing 8 empty boxes for writing the steps, arranged around a central illustration of three children (two boys and one girl) standing and smiling.

Anexo 13

“Las reglas y acuerdos de convivencia”

Observa el video y resuelve la actividad:

<https://www.youtube.com/watch?v=iPF5iDJYJAg>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Tlazola Reglas y acuerdos de convivencia

La convivencia es el hecho de _____ y convivir con las personas. Es una condición que nos permite _____ con las demás personas a través de una _____ permanente fundamentada en el afecto, el respeto y tolerancia.

Las reglas son _____ que se imponen por medio de la toma de _____ y que se adoptan para dirigir la _____ o la correcta realización de una _____ por parte de una persona en el desarrollo de ciertas actividades.

Escribe 2 reglas (de las que se mencionan en el video) que se deben seguir en casa espacio:

Escuela



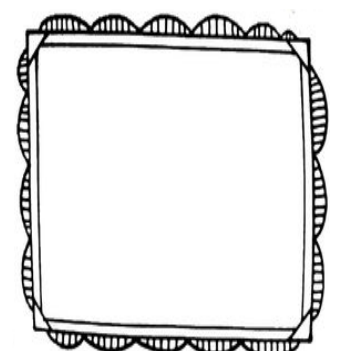
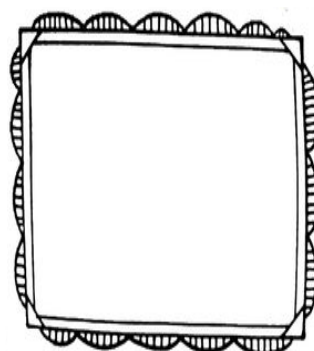
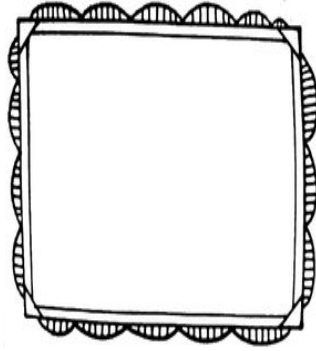
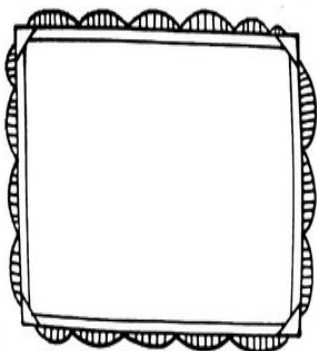
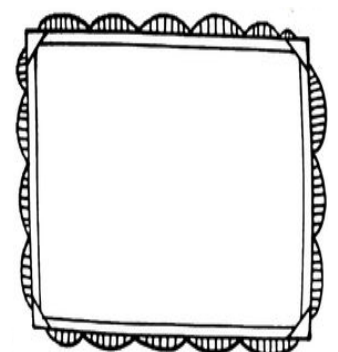
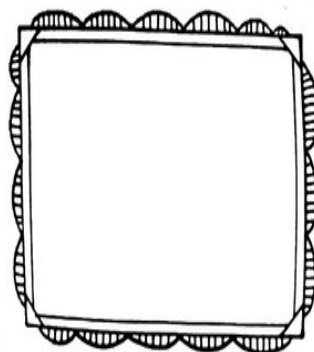
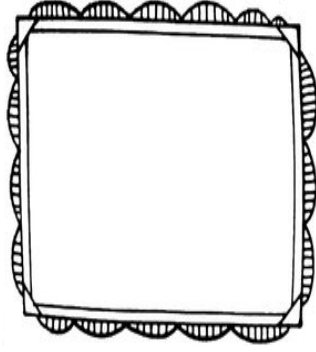
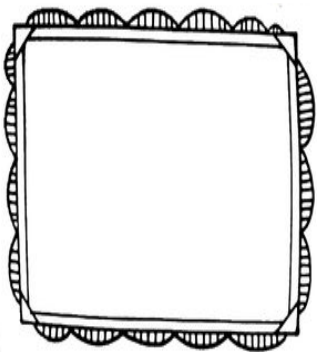
Casa



Lugar público



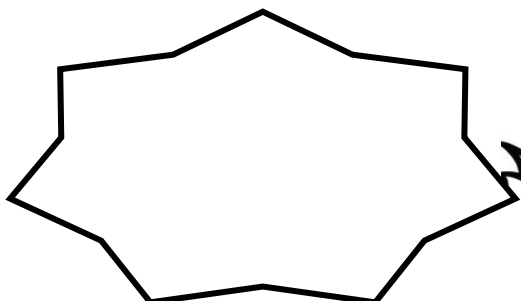
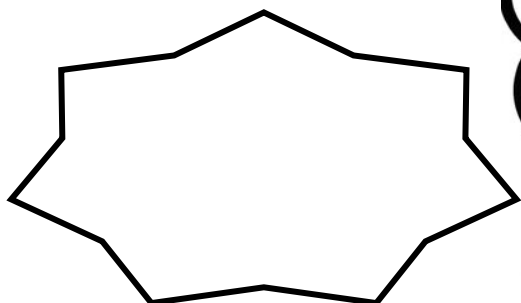
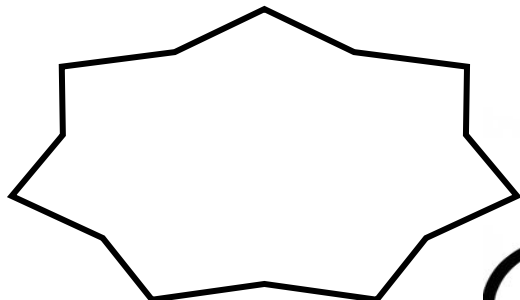
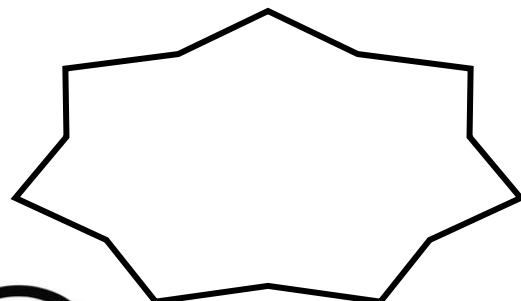
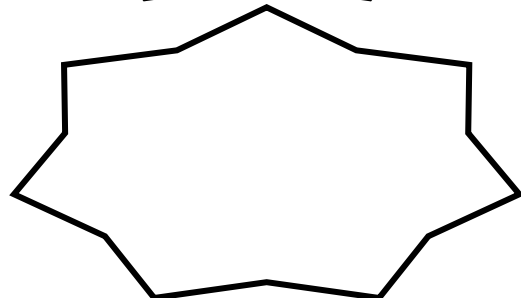
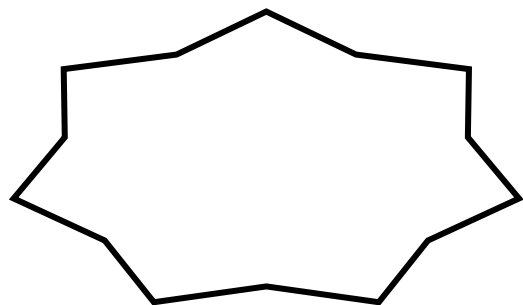
Futbol



Anexo 14

Reglas de casa y escuela

Escribe algunas de las reglas que tienen en casa y en la escuela.



Anexo 15

Mis cualidades

Colorea las cualidades que consideras que tienes. Usa color verde para las positivas y amarillo para las negativas.

Honesto

Creativo

Impuntual

Amoroso

Amigable

Envidioso

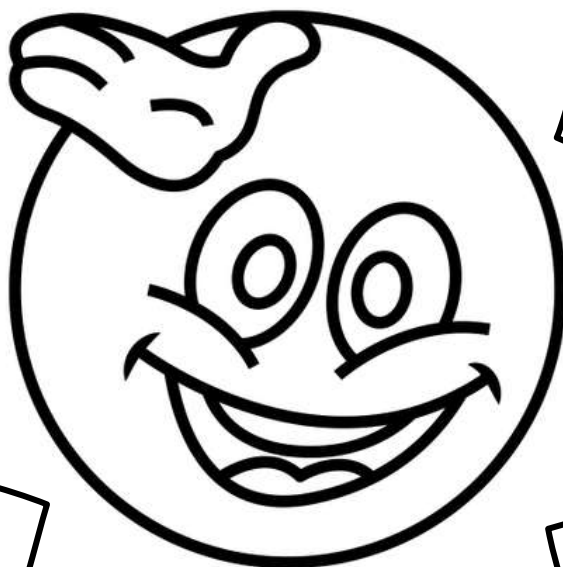
Compartido

Empático

Inteligente

Mentiroso

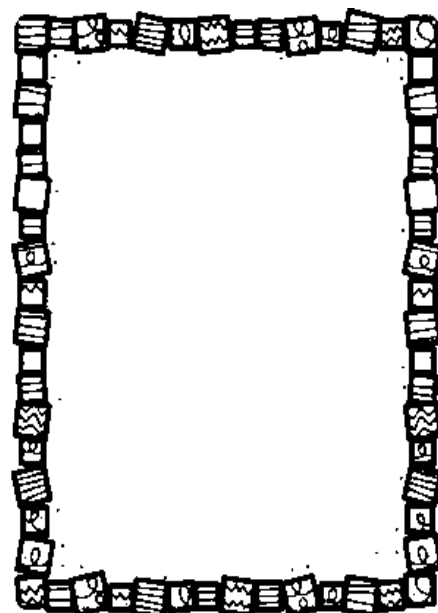
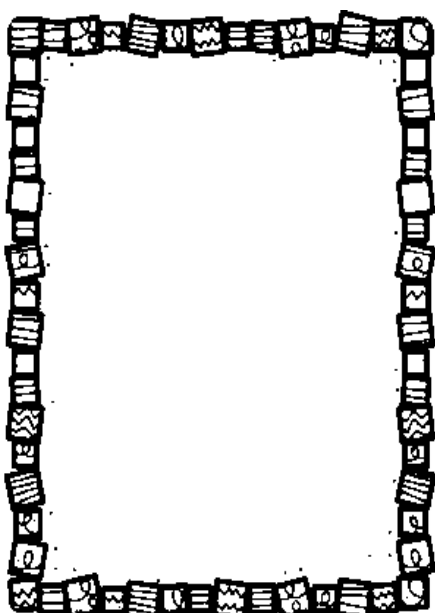
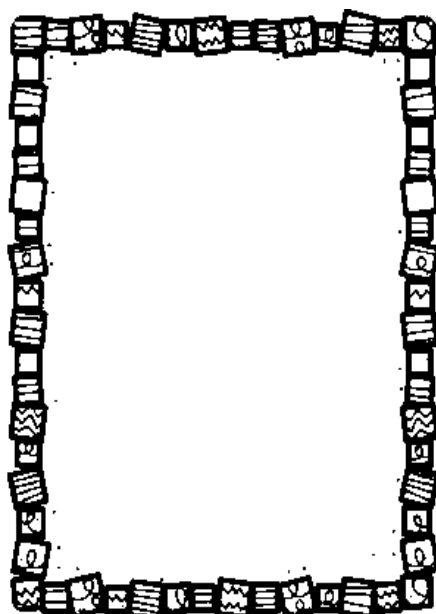
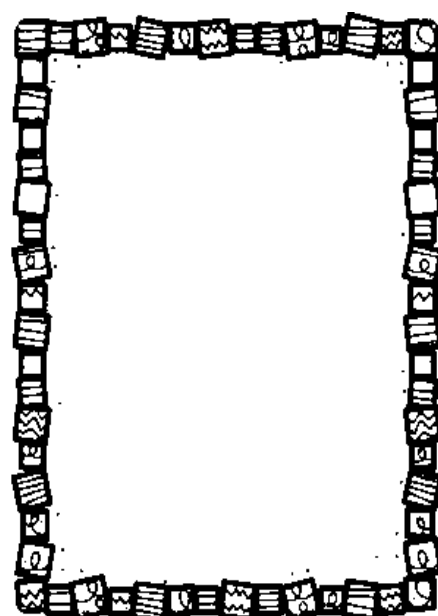
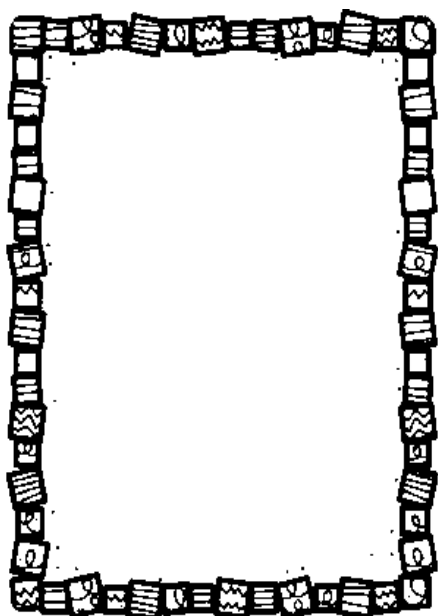
Productivo



Anexo 16

¡Así es mi familia!

Dibuja a cada integrante de tu familia, escribe sus nombre y menciona 4 de sus cualidades.



Anexo 17

"Los valores"

Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/watch?v=n2F-09McYkE>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Tlazola Los valores

Los _____
son aquellas ideas y
_____ que guían la manera
de _____,
sentir y actuar de
una _____.



Con los valores se
favorecen
_____ y
acciones
_____.

Ayudan a

situaciones difíciles y
a resolver
_____.

Ayudan a las
personas a tomar

coherentes con el
bien
_____ de
manera _____.

Se _____ el
respeto y la

de las diferencias
entre las personas.

Escribe el nombre de 11 valores que se mencionen en el video:

Anexo 18

¡Mis valores!

Colorea de verde los valores que consideras que tienes y de amarillo aquellos que te gustaría tener. Al terminar, compártelo con tus compañeros.

Amistad

Honestidad

Tolerancia

Respeto

Justicia

Compromiso

Igualdad

Solidaridad

Responsabilidad

Honradez

Paz

Amor

«Letra L - l»

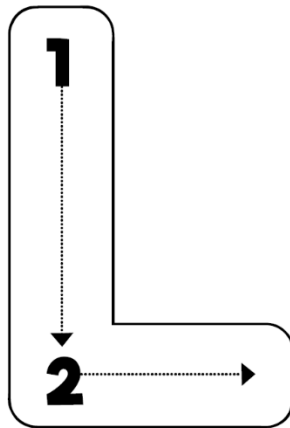
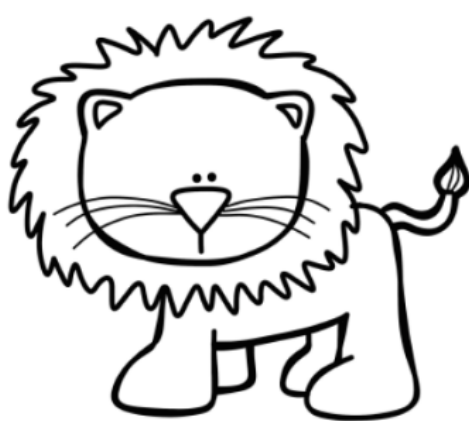
Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Díaz Letra L

- Traza con color rojo la letra mayúscula y con lápiz la letra minúscula.



- Remarca y lee en voz alta las sílabas. Usa el color rojo para remarcar las letras mayúsculas.

La

Le

Li

Lo

Lu

La

Le

Li

Lo

Lu

La

La

La

La

La

La

La

La

La

Le

Le

Le

Le

Le

Le

Le

Le

Le

Li

Li

Li

Li

Li

Li

Li

Li

Li

Li

Li

Lo

Lo

Lo

Lo

Lo

Lo

Lo

Lo

Lo

Lu

Lu

Lu

Lu

Lu

Lu

Lu

Lu

Lu

«Letra L - l»

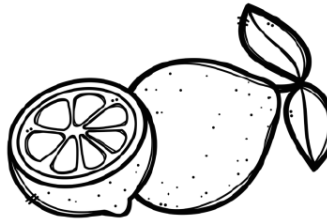
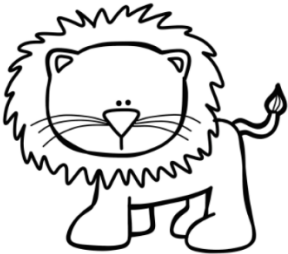
Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Díaz Letra L-l

➤ Recorta las sílabas y pégalas en el lugar correcto de acuerdo con el nombre de cada imagen.



le

la

lo

li

lu

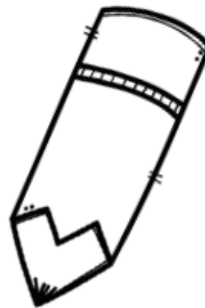
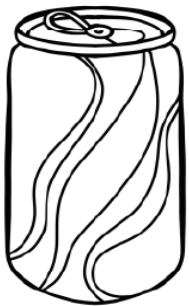
li

la

le

lu

lo



«Letra L - l»

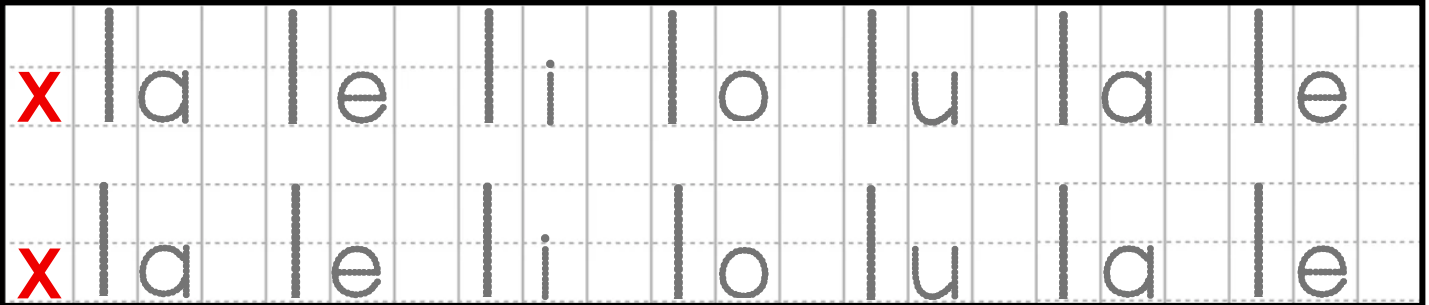
Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



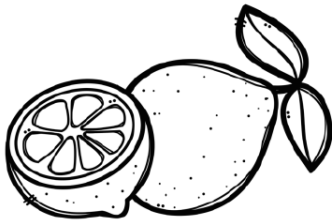
Profe Díaz Letra L

➤ Remarca con tu lápiz las sílabas y repítelas en los renglones de las equis.

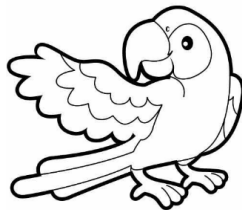


➤ Repasa en voz alta las sílabas y después escribe la que corresponda para completar los nombres.

l a — l e — l i — l o — l u



___ m ó n



___ r o



___ n a



i s ___



___ ó n



___ p i z



___ p a



___ b r o



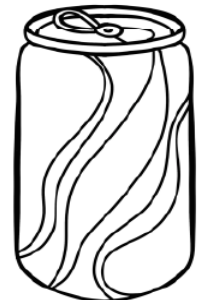
___ ciérnaga



___ b o



___ ntes

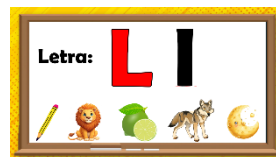


___ t a

«Letra L - l»





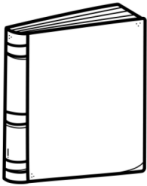
Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Díaz Letra L

- Recorta las sílabas de la parte de abajo y pega donde corresponda para completar las palabras de acuerdo con la imagen. Después copia y escribe el nombre completo.

Imagen	Completa	Copia
	<input type="text"/> n a	_____
	<input type="text"/> b o	_____
	<input type="text"/> p i z	_____
	<input type="text"/> b o	_____
	<input type="text"/> b r o	_____



l a

l u

l e

l i

l o

«Letra L - l»

Observa el video y lee las palabras.

<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



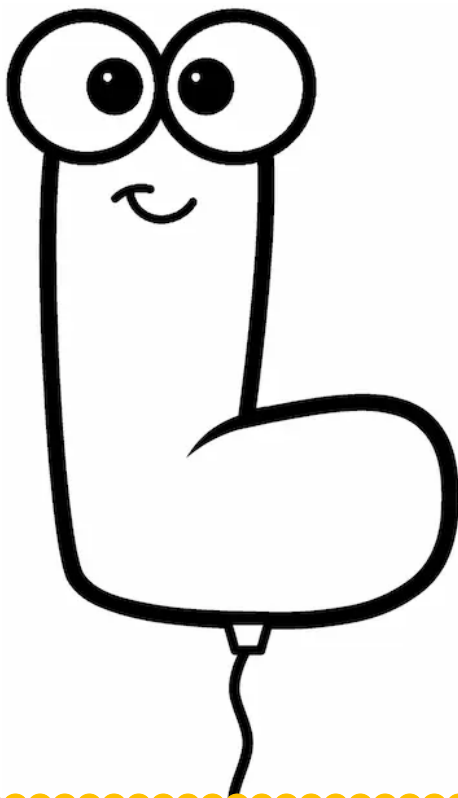
Profe Díaz Letra L

¡Tiempo de leer!

- Remarca las letras con tu lápiz y lee las palabras (usa color rojo para las mayúsculas).

La Le Li Lo Lu
la le li lo lu
al el il ol ul
ala ele ali elo alu
mala mela Lula Lila

- Remarca las letras con tu lápiz y lee las oraciones (usa color rojo para las mayúsculas).

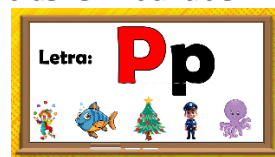


Lalo sale solo.
Lola asea la sala.
Elo toma atole.
Lila sale a la loma.
Meli sale sola.

«Letra P - p»

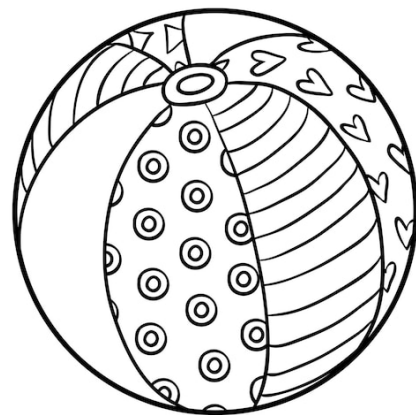
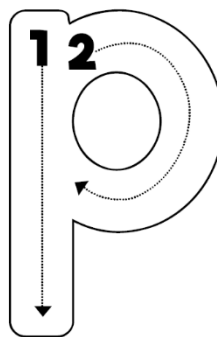
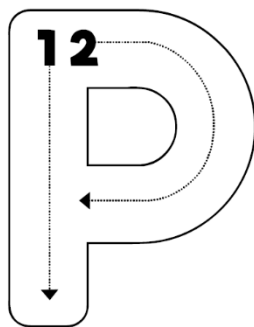
Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Díaz Letra P

- Traza con color rojo la letra mayúscula y con lápiz la letra minúscula.



- Remarca y lee en voz alta las sílabas. Usa el color rojo para remarcar las letras mayúsculas.

Pa

Pe

Pi

Po

Pu

pa

pe

pi

po

pu

Pa

Pa

Pa

Pa

pa

pa

pa

pa

Pe

Pe

Pe

Pe

pe

pe

pe

pe

Pi

Pi

Pi

Pi

Pi

pi

pi

pi

pi

pi

Po

Po

Po

Po

po

po

po

po

Pu

Pu

Pu

Pu

pu

pu

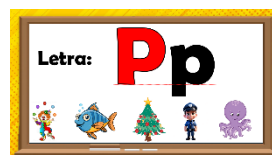
pu

pu

«Letra P - p»

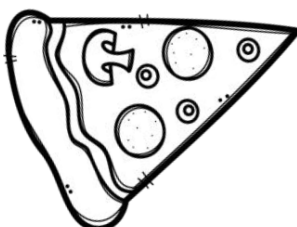
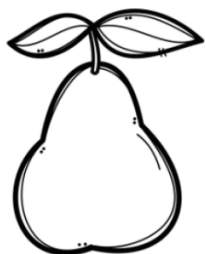
Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



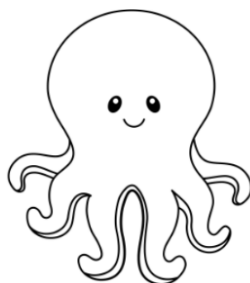
Profe Díaz Letra P

➤ Recorta las sílabas y pégalas en el lugar correcto de acuerdo con el nombre de cada imagen.



pe

pa



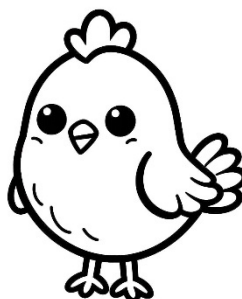
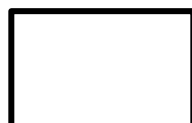
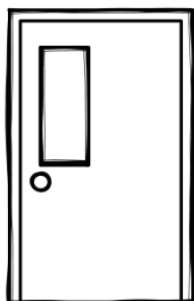
po

pi



pu

pi



pa

pe



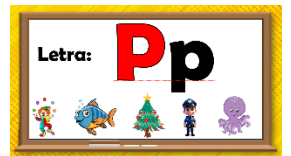
pu

po

“Letra P - p”

Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



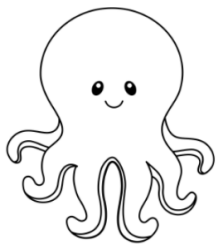
Profe Díaz Letra P

➤ Remarca con tu lápiz las sílabas y repítelas en los renglones de las equis.

x	pa	pe	pi	po	pu	pa	pe
x	pa	pe	pi	po	pu	pa	pe

➤ Repasa en voz alta las sílabas y después escribe la que corresponda para completar los nombres.

p a — p e — p i — p o — p u



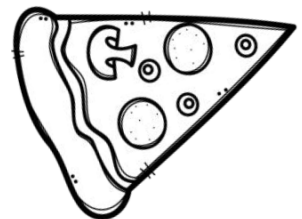
___ _ l p o



___ _ r r o



___ _ l e t a



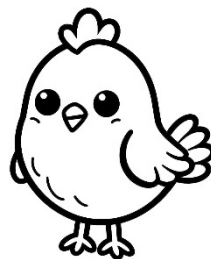
___ _ z z a



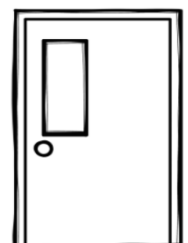
___ _ s t e l



___ _ r a t a



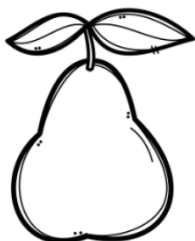
___ _ l l i t o



___ _ e r t a



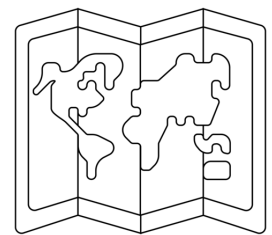
___ _ l i c i a



___ _ r a



___ _ n o

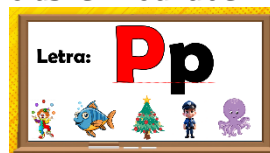


___ _ p a

«Letra P - p»


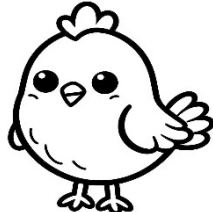

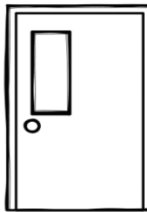

Observa el video y resuelve la actividad:
<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Díaz Letra P

- Recorta las sílabas de la parte de abajo y pega donde corresponda para completar las palabras de acuerdo con la imagen. Después copia y escribe el nombre completo.

Imagen	Completa	Copia
	<input type="text"/> r r o	_____
	<input type="text"/> l l i t o	_____
	<input type="text"/> l e t a	_____
	<input type="text"/> e r t a	_____
	<input type="text"/> n o	_____



p a

p u

p e

p i

p o

«Letra P - p»

Observa el video y lee las palabras.

<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>

¡Búscalo así en YouTube!



Profe Díaz Letra P

¡Tiempo de leer!

- Remarca las letras con tu lápiz y lee las palabras (usa color rojo para las mayúsculas).

Pa

Pe

Pi

Po

Pu

pa

pe

pi

po

pu

ap

ep

ip

op

up

pasa

Pepe

lupa

mapa

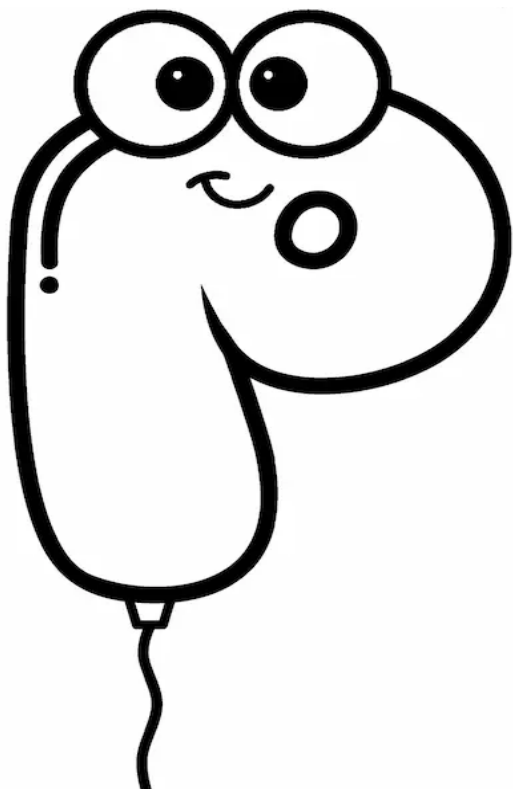
papá

pesa

pipa

sopa

- Remarca las letras con tu lápiz y lee las oraciones (usa color rojo para las mayúsculas).



Pepe pisa a Susi.

Su papá es Pepe.

Pili pela la papa.

Mi papá es Pipo.

Pepe toma la pila.

**¡Sígueme en mis redes sociales para continuar
recibiendo material educativo totalmente gratuito!**

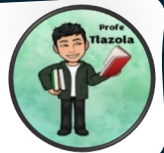
En mi página de **Facebook** encontrarás las PLANEACIONES didácticas, los CUADERNILLOS de actividades (ANEXOS), EXÁMENES trimestrales, CUADERNILLOS de REFORZAMIENTOS y más MATERIALES para DESCARGARLOS de forma GRATUITA.



<https://www.facebook.com/profile.php?id=61564669029390>



<https://www.facebook.com/share/19Mk2AWc6y/?mibextid=wwXIfr>



¡En estos canales de **YouTube** encontrarás los videos para poder resolver las actividades de los anexos de los diferentes cuadernillos!



<https://www.youtube.com/@ProfeDiaz18>



<https://www.youtube.com/@Tlazola16>



¡Búscame así!



facebook

Profe Diaz



You Tube

Profe Diaz



facebook

Profe Tlazola



You Tube

Profe Tlazola

