



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN



DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN
PRIMARIA

¡Todos a leer, escribir, y resolver problemas!

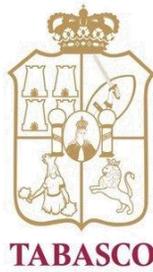
El club de la salud

**Cuadernillo de Trabajo Escolar
3° ciclo**



OCTUBRE 2022

MATERIAL GRATUITO. PROHIBIDA SU VENTA



Cuadernillos de Trabajo Escolar:
El club de la salud 3° ciclo

Autoridades educativas:
Dra. Eglá Cornelio Landero
Secretaria de Educación

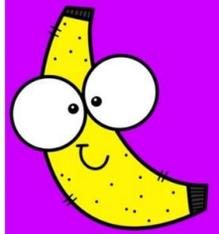
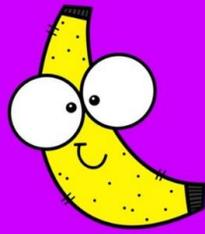
Dra. Clara Luz Lamoyi Bocanegra
Subsecretaria de Planeación y Evaluación

Mtro. Santana Magaña Izquierdo
Subsecretario de Educación Básica

Mtra. Rosalía Zapata Jiménez
Directora de Educación Primaria

Dra. Irma Peña Ramírez
Jefa del Departamento Técnico Primaria

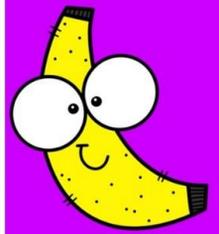
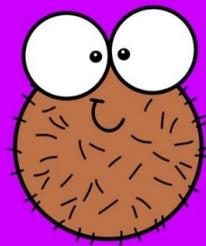
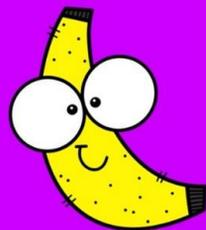
Mtro. Abdi Abisaí de la Rosa Córdova
Subjefe Pedagógico del Departamento Técnico Primaria



Cuadernillos de Trabajo Escolar:
El club de la salud 3° ciclo

Autoría, edición y diseño editorial:
Mtra. Ana Karen Yuliana Martínez Fonseca

Revisión editorial:
Mtro. Abdi Abisaí de la Rosa Córdova



CONTENIDO

Presentación

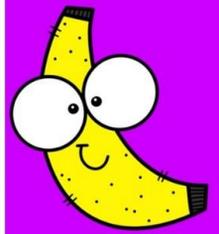
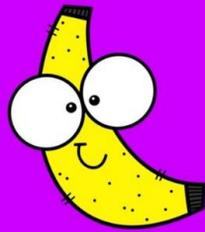
Conocimiento del Medio 1

Lengua Materna. Español 9

Matemáticas 10

Educación Socioemocional 13

Bibliografía



¡Hola amiguita y amiguito!

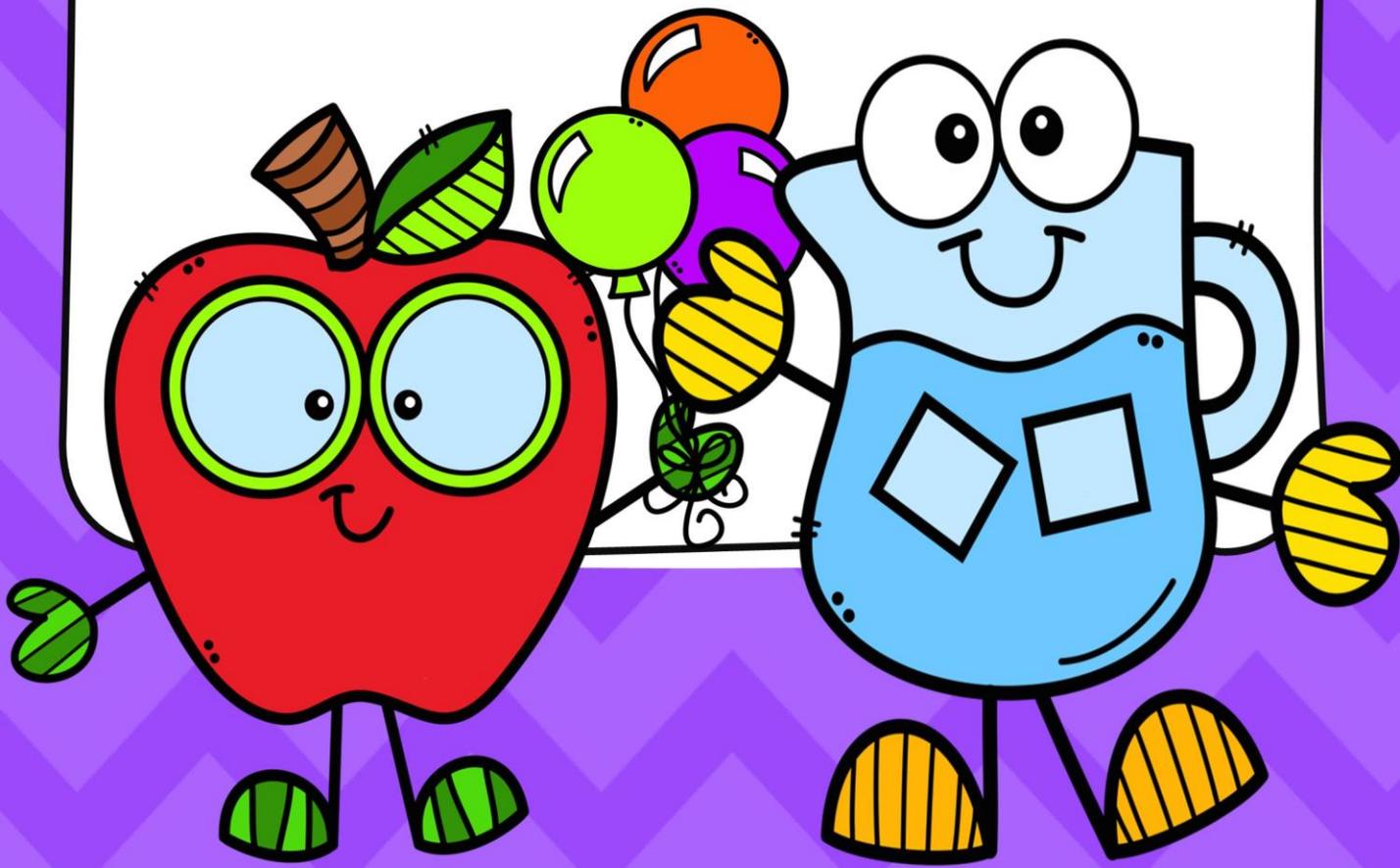
Espero te encuentres muy bien. Te felicito porque sé estás en un nuevo grado escolar, esta noticia al igual que a ti, me llena de mucha alegría.

El día de hoy te presento una herramienta útil para poner en práctica todo lo que irás aprendiendo en el Proyecto Pedagógico Escolar “El club de la salud”, estoy segura que al hacerte integrante de este club tu vida mejorará mucho; siempre estarás sano (a) y fuerte.

Este cuadernillo contiene aprendizajes de las asignaturas de Ciencias Naturales, Lengua Materna. Español, Matemáticas y Educación Socioemocional; en él encontrarás actividades divertidas, las cuales se te sugiere realizar a medida que avanzas en la implementación del Proyecto Pedagógico.

Espero que este cuadernillo sea de mucha ayuda para ti. Recuerda que seguimos cuidándonos y tomando las medidas sanitarias para evitar contagios.

¡Nos vemos pronto!



CIENCIAS NATURALES

ACTIVIDAD I. ME CONECTO CON LA CIENCIA.

Reporte de un experimento

1.- Registra tu experiencia al desarrollar el experimento.

Nombre del experimento:

¿Qué observé durante el experimento?

Lo que el experimento me ayudó a pensar:

¿Qué aprendí del experimento?

CIENCIAS NATURALES

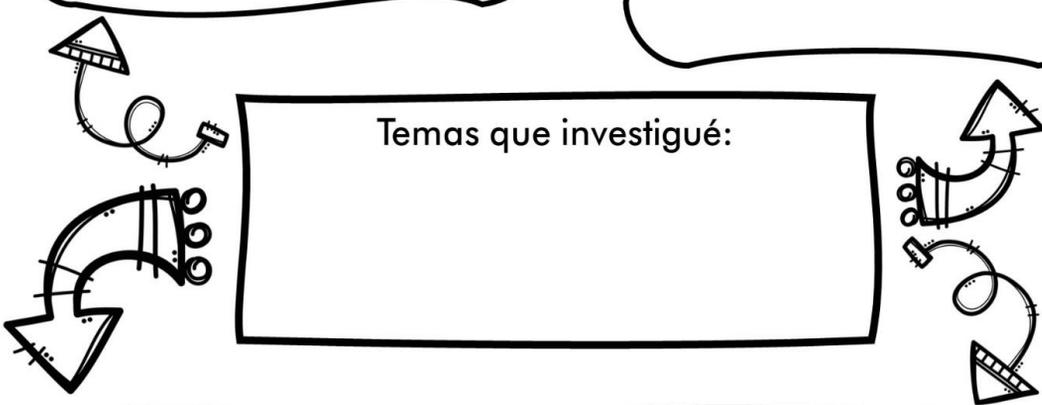
· · · ACCIÓN I. ¡SOMOS INVESTIGADORES!

Organizador gráfico

1.- Escribe la información recabada en tu investigación.

¿Cómo percibimos los sabores?

¿Por qué algunas comidas nos gustan más?



Temas que investigué:

¿Qué comidas le hacen bien a nuestro cuerpo?

¿Qué pasa si excedemos de grasa en las comidas?

CIENCIAS NATURALES

ACCIÓN 2. CONOZCO MI CUERPO

Cuido mi salud

1.- Describe los riesgos que corre el cuerpo al:

Comer gran cantidad de grasa:

Ingerir bebidas alcohólicas:

Fumar:

2.- Enlista acciones que puedes implementar para cuidar tu cuerpo.



CIENCIAS NATURALES

ACCIÓN 3. SEMÁFORO DE ALIMENTOS

Comida/ bebida saludable y no saludable

1.-Escribe los alimentos y las bebidas saludables y las no saludables.

No
saludable

Poco
saludable

Muy
saludable

CIENCIAS NATURALES

ACCIÓN 4. PLATO DEL BIEN COMER Y JARRA DEL BUEN BEBER

La dieta correcta y su importancia

1.- Investiga y contesta las preguntas.

1.-¿Qué es la nutrición?

2.-¿Qué son los nutrientes y cómo se clasifican?

3. Escribe qué es y da algunos ejemplos de los siguientes nutrientes:

carbohidratos

Grasas o lípidos

Vitaminas y minerales

4.-¿De dónde provienen las proteínas?

5.-¿Cómo debe ser una dieta correcta y por qué es importante llevarla?

6.-¿Por qué es importante beber más agua potable?

CIENCIAS NATURALES

ACCIÓN 5. FRUTILANDIA (PICNIC SALUDABLE)

¡Feliz día del Médico!

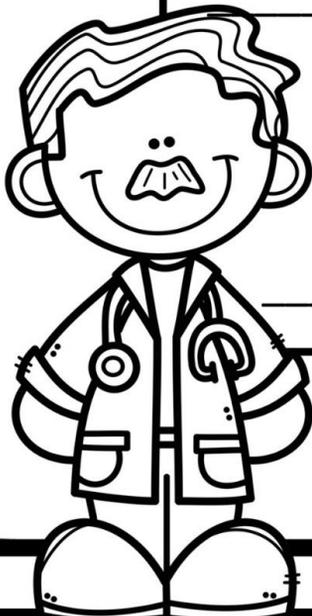
1.- Realiza una tarjeta de felicitación dirigida a tu Médico favorito, puede ser dirigida a algún familiar o al Médico (a) al que llegas a tus consultas.



saludo



Mensaje
de agradecimiento



Despedida



CIENCIAS NATURALES

ACCIÓN 5. FRUTILANDIA (PICNIC SALUDABLE)

Infografía de mi fruta favorita

1.- Escribe información sobre tu fruta favorita en la estructura de infografía que aquí se te presenta.

Nombre de la fruta:

Características:

Beneficios al consumirla:

Imagen o dibujo:

Sus propiedades:

CIENCIAS NATURALES

ACCIÓN 6. LONCHERA SALUDABLE

Calendario de menús saludables

1.- Realiza con tu equipo de trabajo un menú saludable para el desayuno. Toma en cuenta los nutrientes que aportan los alimentos de cada grupo del Plato del Bien Comer y bebida de la Jarra del Buen Beber.

The diagram shows a lunchbox with a handle on top and a latch on the right. Inside the lunchbox, there are two main sections. The left section is divided into two horizontal compartments: the top one is labeled 'Vitaminas y minerales:' and the bottom one is labeled 'Carbohidratos:'. The right section is labeled 'Bebida:' and contains a drawing of a glass filled with water.

2.- Registra tu menú saludable y el de cada equipo para tener listo el calendario de menús saludables.

Alimentos	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Vitaminas y minerales:					
Carbohidratos					
Proteína					
Bebida					

• •
• **LENGUA MATERNA. ESPAÑOL**
ACCIÓN 7. CHARLA PARA FAMILIAS.

Folleto informativo

1.- Realiza un folleto informativo en donde expliques los riesgos para la salud de consumir alimentos con alto contenido de grasas, del alcoholismo y del tabaquismo. Incluye acciones para evitar riesgos. Escribe información importante respecto al tema al reverso del folleto.

Tema e ilustración:

Subtema 1 e ilustraciones:
Riesgos para la salud

Subtema 2 e ilustraciones:
Acciones para evitar
riesgos

MATEMÁTICAS

ACCIÓN 8. ¡VAMOS DE COMPRAS!

Probleuario divertido

1.- Convierte las siguientes fracciones a decimales.

$$\frac{48}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{48}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{54}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{54}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{12}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{12}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{18}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{18}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{32}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{32}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\frac{65}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

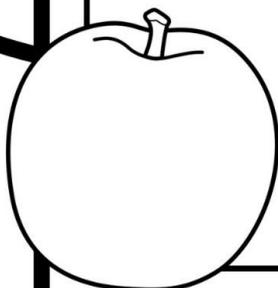
$$\frac{65}{100} = \underline{\hspace{2cm}}$$

MATEMÁTICAS

ACCIÓN 8. ¡VAMOS DE COMPRAS!

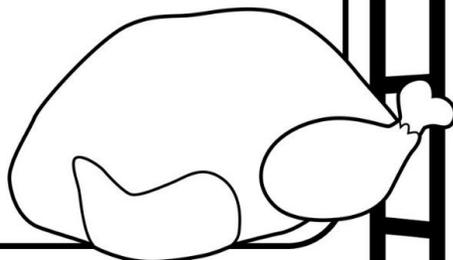
Problematario divertido

1.- A la frutería llegan 55 piezas de manzana. Si $\frac{3}{5}$ son rojas
¿Cuántas manzanas verdes han llegado a la frutería?



Resultado: _____

2.- Lucia, Adrián y Juan quedan para comer. Han comprado 2 pollos.
¿Qué cantidad le corresponde a cada uno?



Resultado: _____

3.- Itzel compró $\frac{3}{4}$ kg de fresa, le dieron 12 fresas. ¿Cuántas
Fresas le hubiesen dado si compraba el kg?



4.- La maestra del grupo repartió un plátano entre 12 alumnos. ¿Qué
fracción le tocó a cada uno?



Resultado: _____

MATEMÁTICAS

ACCIÓN 8. ¡MERCADITO SALUDABLE!

Problematario divertido

1.-En el mercadito saludable José compró un 3 ensaladas de pollo \$25.00 c/u, 2 aguas de 1 litro \$18.00 c/u, unas almendras \$10.00 ¿Cuánto gastó José? Si pagó con un billete de \$500.00, ¿Cuánto le devolvieron de cambio?



Resultado: _____

2.- Rocío tuvo una ganancia de \$580.00 y lo repartirá con sus 2 hermanos ¿Cuánto le tocará a cada uno?



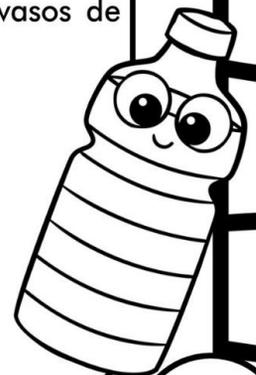
Resultado: _____

3.-Juan compró 2 cóctel de frutas \$32.00 c/u y 2 aguas \$18.00 c/u, Mariana compró un sándwich de jamón \$28.00 y 3 vasos de leche \$14 c/u; y Samuel compró 4 brochetas de res \$18.00 c/u y 2 vasos de agua \$8.00 c/u.

¿Quién pagó más? _____

¿Quién pagó menos? _____

¿Cuánto pagaron en total los 3? _____

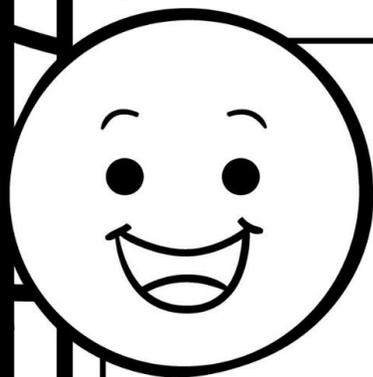


EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

ACCIÓN 10. ASÍ ME SIENTO

Mis emociones

1.- Escribe acciones para experimentar bienestar a pesar de circunstancias adversas en el escenario de la salud y acciones para prevenir malestar.



A large, empty rounded rectangular box intended for writing actions to experience well-being.



A large, empty rounded rectangular box intended for writing actions to prevent discomfort.

BIBLIOGRAFÍA

Secretaría de Educación Pública. (2005). Propuesta Educativa Multigrado.

Secretaría de Educación Pública. (2017). Aprendizajes Clave. Para la Educación Integral.

Secretaría de Educación Pública. (2022). La Nueva Escuela Mexicana (NEM) en su Marco Curricular y Plan de Estudios 2022 de la Educación Básica Mexicana.

Secretaría de Educación Pública (2022). Estrategia Nacional para promover trayectorias educativas continuas, completas y de excelencia.

Todos los anexos de este Proyecto Pedagógico Escolar fueron creados con imágenes de los diseñadores: Little Red's, Creative Clips, Ramonam Graphic, Creating 4th Classroom Clipart y Dancing Crayon.

