



La Dirección General de Personal a través de la Dirección de los CENDI y Jardín de Niños bajo la Coordinación de Pedagogía presenta en apoyo a las estrategias educativas de la **Secretaría de Educación Pública** el **Programa Educativo "Aprende en Casa" del Ciclo Escolar 2021-2022** el cual consiste en desarrollar actividades para reforzar los Aprendizajes Esperados de tal forma que el conocimiento de las niñas y niños continúen desarrollándose en apego al **Programa Educativo Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Preescolar.**

FUENTE: Secretaría De Educación Pública. Estrategias-de-aprendizaje-en-casa
<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/site/ed-preescolar2122>



Actividades Pedagógicas Educación Preescolar

Semana del 27 de septiembre al 01 de octubre



¡Porque la UNAM no se detiene!



COORDINACIÓN DE PEDAGOGÍA DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS



Lunes



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

CUERPOS EN MOVIMIENTO

APRENDIZAJE ESPERADO: Crea y reproduce secuencias de movimientos, gestos y posturas corporales con y sin música, individualmente y en coordinación con otros.

ÉNFASIS: Realiza secuencias de movimientos corporales

¿Qué vamos a aprender?

- Aprenderás a crear y reproducir secuencias de movimientos y posturas corporales con música y sin música.

Descubrirás que, al poner tu cuerpo en movimiento, con un orden se forma una secuencia, es decir la suma de esos movimientos con gestos, música y muchas cosas más.

¿Qué hacemos?

Observa el siguiente video e intenta reproducir los gestos y movimientos que se ahí se representan.

1. Vitamina Sé. Cápsula 50. Cantos y juegos: Un sapito (Taller)

https://www.youtube.com/watch?v=kOI3PD_RDI1&t=2s

Cómo pudiste observar, son movimientos y frases muy sencillas, las cuales puedes realizar con tu cara y repetirlas varias veces, de esta forma has logrado hacer una secuencia de movimientos y gestos.

Ahora observa otro video con una secuencia de movimientos diferentes.



Lunes



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

CUERPOS EN MOVIMIENTO

Ahora observa otro video con una secuencia de movimientos diferentes.

2. Vitamina Sé. Cápsula 5. El juego del Aiepo. (Narración)

<https://www.youtube.com/watch?v=eAj2wARsYqc&feature=youtu.be>

Si te gustó el juego del Aiepo intenta practicar la secuencia de movimientos y frases, comienza de forma lenta para aprenderla y después hacerla a tu propio ritmo.

Consulta tu libro Mi álbum preescolar de 2do grado en casa, pide a mamá, papá o a un adulto cercano que te lo den, y busca en la pág. 14, elige 3 posiciones e intenta hacerlas.

El Reto de Hoy:

Pide a mamá, papá o a un adulto que te acompañe, que te ayuden a poner la canción que más te guste e inventa una secuencia con 3 diferentes movimientos y gestos (alegría, tristeza, llanto o enojo) si cambias el orden tendrás una nueva secuencia.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.



VALORES

Lunes



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

¡YO PUEDO!

APRENDIZAJE ESPERADO: Reconoce lo que puede hacer con ayuda y sin ayuda. Solicita ayuda cuando la necesita.
ÉNFASIS: Autonomía.

¿Qué vamos a aprender?

- Aprenderás a reconocer las actividades que puedes hacer con ayuda y sin ayuda, y a pedirla cuando la necesites.
- Identificarás cuál de estas actividades puedes hacer tu sola o tu solo y en cuál necesitas ayuda.

¿Sabes peinarte tú sola o tú solo?

¿Te puedes bañar tú sola o tú solo?

¿Sabes comer tú sola o tú solo?

¿Te puedes lavar los dientes tú sola o tú solo?

¿Puedes amarrarte las agujetas de tus zapatos o de tus tenis?

Recuerda que en algunas ocasiones para lograr algo es necesario pedir ayuda. Pide a un adulto que te acompañe, él o ella podrán ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

Pídele a quien te acompañe que lea contigo el siguiente cuento.

1. Un lío de cordones. Cuento de Daniela Kulot.

<https://drive.google.com/file/d/1Ag7DFgR0mkCdemr6bmdCge2G2CTAKtmk/view?usp=sharing>

Ahora responde las siguientes preguntas.

¿Quién le regaló los zapatos a Laura?

¿Qué sintió Laura al saber que todas las niñas y todos los niños de su clase sabían amarrarse las agujetas de sus zapatos y ella no?

¿Cómo aprendió Laura a hacer los nudos de sus zapatos?



VALORES

Lunes



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

¡YO PUEDO!

En el siguiente video descubre algunos consejos que te servirán para fortalecer tu confianza, obsérvalo y escúchalo con atención.

2. Confianza.

<https://aprende.org/comparte/t1ggv4>

Recuerda confiar en ti mismo, no desanimarte, si algo no te sale a la primera inténtalo varias veces hasta que lo logres, es importante que seas constante y paciente, pero sobre todo no tengas miedo al intentarlo.

Si tienes tu libro *Mi álbum* de preescolar 3er grado, pide a mamá o papá que te lo den, ve a la pág. 8 ¿Y tú ¿qué haces? observa con atención a la familia que ahí aparece seguramente verás algo que ya puedes hacer tu sola o tu solo, y algo en lo que necesites ayuda.

En esta sesión aprendiste a reconocer algunas actividades que puedes hacer tu sola o tu solo, no olvides pedir ayuda a mamá, papá o a un adulto, cuando no entiendas cómo se hace, seguramente ellos podrán enseñarte cómo hacerlo, practica constantemente y verás que en poco tiempo lo lograrás.

El Reto de Hoy:

Ayuda a tu familia a realizar actividades en casa, como puede ser:

Tender tu cama.

Poner y levantar la mesa a la hora del desayuno.

Barrer.

Darle de comer a tu mascota.

De esta manera ayudarás con las tareas diarias.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.



ME ALIMENTO SANAMENTE

APRENDIZAJE ESPERADO: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud.

ÉNFASIS: Cuidado de la salud. Alimentación.

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás que una alimentación sana y balanceada es importante para mantener una vida saludable.

Recuerda que el consumo de alimentos sanos te ayuda a crecer fuerte y libre de enfermedades, no olvides incluir en tu alimentación diaria alguno de los alimentos del plato del bien comer, entre ellos frutas, verduras y cereales, pero sobre todo tomar mucha agua.

Pide a un adulto que te acompañe, él o ella podrán ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

En el siguiente video, conoce algunos consejos para que mantengas una alimentación saludable.

1. "????"

https://aprende.org/pages.php?r=.portada_vid&vidID=1urvg3

Como observaste en el video, para mantener una vida saludable es necesario que conozcas cuáles son las diferencias entre los alimentos saludables y los que no lo son, "los alimentos no saludables como las golosinas no es malo consumirlas solo debes hacerlo en algunas ocasiones especiales", no tomes refresco, es mejor si consumes agua natural, y recuerda hacer ejercicio regularmente.

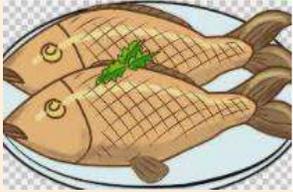


ME ALIMENTO SANAMENTE



A continuación, encuentra algunos alimentos que son saludables y otros que no lo son:

Alimentos saludables	Alimentos no saludables
Manzana 	Refrescos 
Huevo 	Caramelos 

Alimentos saludables	Alimentos no saludables
Leche 	Papas fritas 
Pescado 	Pizza 

Recuerda que, si combinas frutas y verduras, alimentos de origen animal como es la carne, el pollo y el pescado y comes algunas leguminosas como pueden ser frijoles, lentejas, o chícharos, entre otros, crecerás fuerte y sano.



Martes



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

ME ALIMENTO SANAMENTE

En esta sesión aprendiste que una buena alimentación consiste en comer lo suficiente para que tu cuerpo esté sano, no comas ni más ni menos de lo que necesitas, también aprendiste a reconocer algunos alimentos que son saludables y otros que no lo son.

Por último, recuerda que si tienes una alimentación sana ayudarás a tu buen desarrollo físico e intelectual, evitarás el sobrepeso y la obesidad, tus dientes serán saludables y sobre todo evitarás enfermedades.

El Reto de Hoy:

Plátícales a mamá y papá sobre los alimentos que son saludables y cuáles no lo son.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.



MATEMÁTICAS



Martes

¿CUÁNTOS HAY?



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

APRENDIZAJE ESPERADO: Cuenta colecciones no mayores a 20 elementos.

ÉNFASIS: Cuenta colecciones.

¿Qué vamos a aprender?

- Reconocerás los números al decir cuántos elementos hay en una colección.

Como verás, encontramos los números en muchos lugares, nos sirven, por ejemplo, para decir cuántos objetos hay, cuántos años tenemos, cuántos platos, vasos y cucharas necesitamos para comer en familia, o también para decir cuántos compañeros hay en tu grupo de escuela. Los números siempre estarán presentes en tu vida.

Pide a un adulto que te acompañe, él o ella pueden ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

Primero, reconoce algunos números con la siguiente canción. Pide a quien te acompañe que termine el video en el minuto 02:02.

1. “Números para niños en español - Aprende a contar del 1 al 10 con Los Animales del Zoo Lunacreciente”

<https://youtu.be/wpF2ol3KQvM>

¡Observa un menú de números! ¿Los reconoces? No te distraigas para que puedas responder unas preguntas.

2. “POCOYÓ en ESPAÑOL - Aprende LOS NÚMEROS | CARICATURAS y DIBUJOS ANIMADOS para niños”

<https://youtu.be/bbaal4BMa60>

¿Pudiste contar?

¿Viste los números?

¿Ya conocías todos estos números?



MATEMÁTICAS

Martes



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

¿CUÁNTOS HAY?

¡Por último escucha y observa un cuento! Mucha atención en quiénes y cuántos participaron para desenterrar el nabo gigante.

3. "Cuentos de había una vez - El nabo gigante – Canal Pakapaka"

<https://youtu.be/SbT-1Shwtd4>

Si tienes tu álbum de preescolar en casa, pide a mamá, papá o a un adulto cercano, que te lo den y busca imágenes en las que aparezcan los números que observaste en los videos. También puedes contar cuántos hay de cada cosa que veas en las imágenes. Puedes buscar en las siguientes páginas.

Mi álbum. Preescolar. Primer grado: "Vida marina", página 28.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/K1MAA.htm?#page/27>

Mi álbum. Preescolar. Segundo grado: "Colecciones", página 12.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/K2MAA.htm?#page/11>

Mi álbum. Preescolar. Tercer grado: "Gana el que lo encuentra", página 14; "¿Cuántos fueron a la clínica?", página 30.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/K3MAA.htm?#page/14>

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/K3MAA.htm?#page/30>

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo



LENGUAJE

Miércoles



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

ADIVINA ADIVINADOR

APRENDIZAJE ESPERADO: Dice rimas, canciones, trabalenguas, adivinanzas y otros juegos del lenguaje.

ÉNFASIS: Adivinanzas y más.

¿Qué vamos a aprender?

- Conocerás qué son las adivinanzas, y los trabalenguas.
- Una adivinanza es una pregunta ingeniosa que se presenta como un juego de palabras para descubrir algo oculto.

Pide a un adulto que te acompañe, él o ella pueden ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

¿Qué te parece hacer un duelo de adivinanzas?

Pide a un adulto que te lea las siguientes adivinanzas:

“Soy un sol naranja a cualquier hora, radiante llena de vida y colorida estoy, siempre a tiempo para refrescarte, aunque a veces un poco ácida soy. ¿Quién soy?”

“Blanco por dentro, verde por fuera; si quieres que te lo diga es-pera.”

“Verde por fuera, roja por dentro y siempre llevo semillas en el centro.”

“Amarilla por fuer blanco por dentro, tienes que pelarlo para comerlo.”





LENGUAJE

Miércoles



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

ADIVINA ADIVINADOR

Observar y escucha con atención el siguiente video.

1. Adivinar jugando con las 15 adivinanzas y acertijos de frutas. Video para niños.

<https://www.youtube.com/watch?v=Unfk7yd5IPs>

En este video has observado cómo son las adivinanzas, son divertidas ¿verdad? ¿Sabes que hay más juegos de lenguaje? Los Trabalenguas, ¿Los has escuchado? "Tres tristes tigres tragaban trigo en un trigal"

Ahora vamos a conocer otros.

"Pepe Peña pica piña, pica piña, Pepe peña."

"Coco cocina coco, con cocadas de coco,
como coco cocinaba poco, los cocos poco comerán."

"La fruta fresca como la fresa fresca me refresca.
¡Qué rica fresa! ¡qué fresca fresa! ¡qué sabrosa la fresa!"

"Frida y Francisco nos ofrecen con frecuencia frescos refrescos de frambuesa."

Ahora observa, disfruta e intenta repetir el siguiente trabalenguas.

2. Trabalenguas, canciones Once Niños.

<https://www.youtube.com/watch?v=hKw7W90j5hc>

Si tienes en casa tu libro *Mi álbum* de preescolar 3er grado pide a mamá, papá o a un adulto cercano que te lo den y busca en la página 16 "Adivinanzas", ahí encontraras algunas para responderlas.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/K3MAA.htm?#page/16>



Miércoles

ADIVINA ADIVINADOR

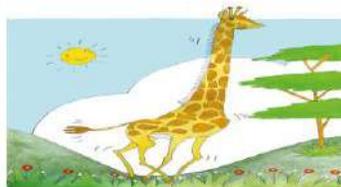
Adivinanzas



El mar o el río son lo mío
porque en el agua vivo.
Según un refrán popular,
el grande se come al chico;
aunque no siempre es cierto,
parece que estoy despierto.



Viajera voladora.
Con alas sin plumas
revolotea
tocando las flores
de mil colores.



Poco a poquito,
voy despacito.
Avanzo sin patas
marco mi camino
como hilo de plata.



Soy fiel amigo.
Vigilo la casa.
Aviso con fuerza
si alguien pasa.



Miro a lo alto y no abajo.
La cabeza siempre arriba,
no soy como escarabajo.
Con el cuello más largo
que las patas,
hay que comer
de las partes altas.
Duermo a ratos
sin acostarme,
porque, si lo hago,
del piso no podré
levantarme.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.



Miércoles



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

MIS MANOS PUEDEN

APRENDIZAJE ESPERADO: Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos.

ÉNFASIS: Movimientos de manipulación.

¿Qué vamos a aprender?

- Aprenderás a realizar movimientos de manipulación con tus manos por medio de juegos individuales o en grupo utilizando algunos objetos.

¿Qué hacemos?

Para realizar esta actividad es muy importante que mamá, papá o un adulto te acompañen y que el lugar en el que vas a trabajar no haya objetos que puedan caer y lastimarte.

Busca en casa si tienes los siguientes materiales:

- Cuatro rollos de papel.
- Una cinta.
- Una cubeta o caja.
- Un globo.

Lleva tus materiales al lugar de tu casa donde vas a hacer los ejercicios y haz un camino recto en el piso con la cinta y al final coloca la cubeta o la caja.

Es momento de comenzar con tus actividades. Lanza un rollo de papel hacia arriba y atrápalo, no te preocupes si lo tiras, déjalo en el suelo y toma otro.

Ahora colócate en el camino que hiciste en el piso con la cinta, toma un rollo de papel y camina sobre ella con tus manos juntas al frente sin que lo dejes caer, cuando llegues al final del camino lánzalo dentro de la cubeta o la caja, tienes que hacerlo 4 veces, es muy fácil, ¿verdad?



Miércoles



**Aprende
en casa**



CICLO ESCOLAR 2021-2022
**Educación
Preescolar**

MIS MANOS PUEDEN

Ahora hazlo de puntitas, lateral, en zigzag y saltando en un pie, también puedes hacerlo con tus brazos abiertos como si fueras un avión lo importante es no tirar el rollo.

¡Bien hecho! ve por los rollos y colócalos al inicio, fue muy fácil ¿verdad? ahora lanza un rollo y cuando lo catches sin soltarlo lanza otro rollo, intenta hacer una torre para llevarlos al final del camino que está en el piso.

El siguiente ejercicio es más difícil toma un rollo de papel y camina por la línea de equilibrio, imagina que aparecieron unos cocodrilos lanza y cacha el rollo de papel mientras caminas por el puente y sin caerte lánzalo a la caja.

Es momento de que utilices el ¡globo! pide ayuda de un adulto para inflarlo y amarrarlo, lánzalo hacia arriba dándole unos golpecitos para mantenerlo en el aire sin que se caiga puedes usar tus pies, tus manos, tu cabeza o cualquier parte de tu cuerpo, si no tienes el globo no te preocupes puedes hacerlo también con una pelota, un pañuelo o una hoja de papel.

Ve bajando poco a poco, hasta ponerte en cuclillas, en dos puntos de apoyo hasta que estés recostado, sigue golpeando y soplando el globo poco a poco no dejes que caiga al piso.

Por último, escucha y observa con atención el siguiente video.

1. Canción manitas.

<https://www.youtube.com/watch?v=4MbJkxsLd4>

El Reto de Hoy:

Pide a mamá, papá o adulto que te acompañe que te lancen pelotas o bolitas de papel una por una y consigue atraparlas todas, seguro te divertirás.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

**¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.**



MATEMÁTICAS

Jueves



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022

Educación
Preescolar

LA JUGUETERÍA

APRENDIZAJE ESPERADO: Resuelve problemas a través del conteo y con acciones sobre las colecciones.

ÉNFASIS: Resolver problemas de cantidad.

¿Qué vamos a aprender?

- Aprenderás a resolver problemas matemáticos a través del conteo en diferentes situaciones.
- Pide a un adulto que te acompañe, él o ella pueden ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

En esta ocasión juega a comprar juguetes, suena divertido, ¿verdad? mamá o papá pueden simular venderlos y tu simular comprarlos.

Imagina que llegas a una juguetería, cuantos juguetes divertidos vas a encontrar, la persona que vende los juguetes te dice ¡Hola bienvenido!

Tienes 3 cuerdas para saltar, 6 pelotas, 1 balero, 2 trompos, 10 cubos 8 carritos y muchos juguetes más.

Si compras 1 cuerda para saltar, ¿Cuántas cuerdas quedan?

De las 6 pelotas que hay compras 2, ¿Cuántas pelotas quedan?

También te llevas 1 balero y 2 trompos, ¿Cuántos juguetes tomaste?

Ahora recuerda que compraste 1 cuerda para saltar, 2 pelotas, 1 balero y 2 trompos ¿Cuántos juguetes compraste en total?

Ahora escucha y disfruta la siguiente canción

1. Los números de Kitzia y Gabriela.

<https://www.youtube.com/watch?v=wML1paniPA>



MATEMÁTICAS



Jueves

LA JUGUETERÍA



CICLO ESCOLAR 2021-2022

Educación
Preescolar

Por último, intenta resolver estos problemas matemáticos.

Tienes 7 insectos de juguete y regalas 2 ¿Cuántos insectos te quedan?

Si tienes 2 coches rojos y 5 coches blancos ¿Cuántos coches tienes en total?

El Reto de Hoy:

Pide a mamá, papá o adulto que te acompañe que te den tus juguetes, ordénalos por categoría (todos tus carritos, todas tus muñecas, todas tus pelotas) ahora cuenta cuántos tienes de cada uno y cuántos son en total.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.



IMAGINA Y DESCRIBE

APRENDIZAJE ESPERADO: Describe personajes y lugares que imagina al escuchar cuentos, fábulas, leyendas y otros relatos literarios.

ÉNFASIS: Descripción de personajes y lugares.

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás a describir personajes y lugares usando tú imaginación, cuando escuchas un cuento, una fábula o una leyenda.

Sabías que un cuento es una narración breve basada en hechos reales o imaginarios, es decir una historia inventada.

La fábula es un texto breve que generalmente termina con una enseñanza o una moraleja, habitualmente los personajes pueden ser animales o cosas imaginarias.

Por último las leyendas son narraciones fantásticas que intentan explicar el origen de un lugar o cosas que sucedieron en el pasado.

Pide a un adulto que te acompañe, él o ella podrán ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

En esta sesión lee un cuento, imagina que es un bosque con árboles verdes, frondosos, altos, y con gruesos troncos de color café, el pasto es muy verde y hay un sol grande y brillante, el cielo es azul y hay una casa grande con las paredes hechas de galleta, la puerta está hecha de bombones, tiene una chimenea de pirulin y ventanas de chicle.

¿Sabes cuál es este cuento? Se trata del cuento de Hansel y Gretel.

Pide a tu mamá, papá o adulto que te acompañe que te lea el cuento de *Hansel y Gretel* de los hermanos Grimm o algún otro cuento que tengan en casa. Escucha con atención y trata de imaginar cómo son los personajes que aparecen en él.



¿Qué te pareció el cuento, te gusto? ahora describirás el lugar donde se llevó a cabo el cuento y a los personajes que aparecen en él respondiendo las siguientes preguntas:

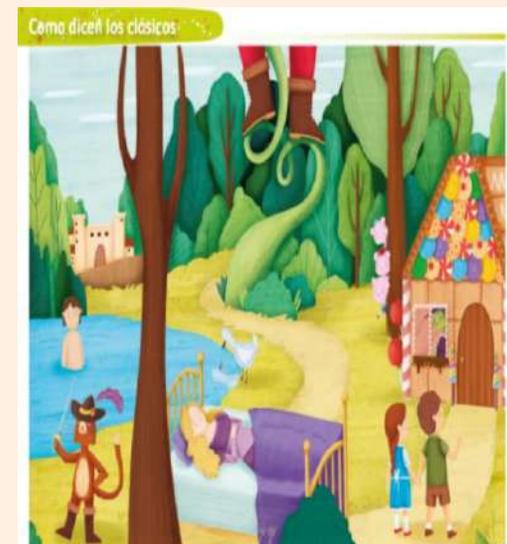
- ¿Cómo imaginas que era el bosque?
- ¿Cómo era el papá de los niños?
- ¿Cómo era la casa de la bruja?
- Describe a Hansel y a Gretel

Ahora qué te parece si jugamos ¿adivina quién es? dile a quien te acompañe que te lea la descripción de los personajes y trata de adivinar de quien se trata, ¿Estás lista? ¿Estás listo? Comencemos.

- ¿Adivina quién es? tiene una nariz larga y grande, la piel arrugada; sus ojos son grandes, redondos y rojos; usa un vestido largo y negro.
- ¿Adivina quién es? trabaja con leña, es alto y su cabello es café; tiene barba larga; usa un sombrero y camisa a cuadros.
- ¿Adivina quién es? es delgado y pequeño, su cabello es color café, corto y lacio, además usa ropa desgastada y sus ojos son grandes.
- ¿Adivina quién es? tiene cabello claro, rizado y largo, usa un vestido desgastado y zapatos blancos; es pequeña y delgada; y a veces es algo temerosa.

En esta sesión aprendiste lo importante que es usar tu imaginación para describir las características de los personajes y los lugares que aparecen en los cuentos.

Pide a quien te acompañe que te ayude a buscar en tu libro Mi álbum tercer grado pág. 42 “Como dicen los clásicos” observa y describe algunos de los personajes que aparecen en la ilustración.





Jueves



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

IMAGINA Y DESCRIBE

El Reto de Hoy:

Pide a mamá, papá o al adulto que te acompañe que te den un libro de cuentos observa los personajes que aparecen en él y describe a tus familiares como son los personajes que más te hayan gustado, no olvides contarles todo lo que recuerdes, seguramente les parecerá divertido.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.



Viernes



Aprende
en casa



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

A TU SALUD

APRENDIZAJE ESPERADO: Conoce medidas para evitar enfermedades.

ÉNFASIS: Medidas para cuidar la salud.

¿Qué vamos a aprender?

- Aprenderás lo importante que es tomar algunas medidas para cuidar tu salud, las cuales puedes compartir con tu familia, tus amigas y amigos.

- ¿Alguna vez te has sentido cansado todo el tiempo y te duele la cabeza?

Pide a un adulto que te acompañe, él o ella podrán ayudarte a desarrollar las actividades y a escribir las ideas que te surjan.

¿Qué hacemos?

Escucha y observa con atención el siguiente video, en el podrás identificar algunas causas por las que puedes sentirte así.

1. Bienestar.

<https://aprende.org/comparte/28b7z6>

¿Qué te pareció el video, te gustó? Como escuchaste no debes esperar a sentirte mal para cuidarte, ya que si te enfermas no podrás salir a jugar con tus amigos y te vas a aburrir, hay enfermedades que si no te cuidas desde pequeña o desde pequeño pueden darte cuando estés más grande y algunas de ellas son muy peligrosas.

Recuerda que el lavado de tus manos es muy importante y debes de hacerlo de una forma correcta.

También es importante que laves tus dientes después de cada comida.

Para cuidar tú salud es importante vacunarte, puede darte miedo, pero recuerda es por tu salud.

Prevenir accidentes también ayuda a cuidar tu salud, una forma de hacerlo es recogiendo tus juguetes, alejándote de la estufa y no subirte a los muebles.





A TU SALUD

Ir al doctor cuando estás enferma o enfermo también ayuda a cuidar de tu salud, esto debes hacerlo constantemente, para que el doctor te revise, te mida, te pese y se asegure que tienes una buena salud.

Dormir bien es importante ya que cuando lo haces tu cerebro descansa y tu cuerpo crece, recuerda que “siempre hay que cuidarse para estar bien”.

Ahora veras algunas imágenes de niñas y niños que se enfermaron y el nombre de la enfermedad que padecen.



Por último, pide a mamá, papá o adulto que te acompañe que te lean el siguiente poema del bienestar, tiene consejos que cuidaran tu salud:

*De chico, y de grande debes practicar las cosas que sirven para el bienestar.
Antes de enfermarte te debes cuidar, y así tu muy sano siempre vas a estar.
Lo primero es fácil, lávate las manos, si siempre lo hacemos estaremos sanos.
Límpiate los dientes con pasta y cepillo para que tu boca siempre tenga mucho brillo.*

*Comer cosas buenas y el cuerpo mover, son cosas que tú siempre debes hacer.
Estar vacunado es cosa esencial, pongamos en ello cuidado especial.
Para no estar sucios ningún día del año, siempre debes darte un baño.
Con los accidentes hay que estar muy listos, prepárate siempre para lo imprevisto.*



Viernes



CICLO ESCOLAR 2021-2022
Educación
Preescolar

A TU SALUD

*Si enfermo te sientes debes avisar, para que la gente te pueda ayudar.
Un médico amigo te puede ayudar, dos veces al año debes visitar
Si todo esto haces podrás comprobar, que sano y muy fuerte tú siempre vas a estar.*

El Reto de Hoy:

Platica con tu familia sobre las medidas que toman para cuidar tú salud e identifiquen, las que hacen falta para que no te enfermes.

Descarga tu clase dando clic [aquí](#)

¡Buen trabajo!
Gracias por tu esfuerzo.