

Fichas de repaso

4° de Primaria

Semana del 27 al 30 de abril
Día 2



**GOBIERNO DE
MÉXICO**

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Presentación

Para dar continuidad a la estrategia “Aprende en Casa” se han elaborado estos materiales que contienen actividades para que continúes con tus estudios.

Estas fichas tienen una estrecha relación con los materiales que se presentan en la plataforma “Aprende en Casa” por lo que se te indicará el video, actividad o lectura que realizarás para completar el trabajo indicado.

Tu maestro en línea

Durante toda esta contingencia contarás con el apoyo de profesores de la SEP dispuestos a resolver tus dudas.

Teléfono: **36 01 87 20** Horario de atención:
Lunes a Viernes
de 10:00 a las 18:00 hrs

[Llama a tu maestro](#)

tumaestroenlinea@nube.sep.gob.mx





Ficha 1. Lenguaje y Comunicación

¡Qué hermoso paisaje!



Aprendizaje

Emplear adjetivos y adverbios al describir paisajes.



Materiales

- Cuaderno de español
- Lápiz o pluma



Para aprender más

Investiga las características de la colonia donde vives, utilizando adjetivos y adverbios.



A usar tu cuaderno

- Escribe 5 características de tu casa.
- Completa las siguientes oraciones con el adjetivo o adverbio que corresponda:

Adjetivos: verde, increíble, grande.
Adverbios: mucho, abajo, demasiado.

La casa es _____.
El pasto es _____.
_____ del puente crece una rosa.
El sol brilla _____.
El jardín es _____ placentero.
El lugar es _____.

- Describe el siguiente paisaje.



Pide a un familiar que te ayude a consultar la liga:
<https://webdelmaestro.com/paisajes-faciles-dibujar/>



Evaluación

Con esta ficha aprendiste a emplear adjetivos y adverbios al describir paisajes.

Ahora, tu cuaderno forma parte de tu carpeta de experiencias, podrás mostrar el trabajo a tu profesor(a) cuando regreses a la escuela.



Ficha 2. Pensamiento Matemático

Reloj de Sol



Aprendizaje

Aprender sobre los relojes de sol y los ángulos que forman.



Materiales

- 1 tabla o superficie plana
- Plastilina o masa
- Aguja o clavo
- Transportador
- Lápiz
- Cuaderno



A usar tu cuaderno

Para realizar la siguiente actividad considera tener los materiales de la sección “Materiales” antes de empezar.

1. A primera hora de la mañana, coloca la tabla sobre una superficie plana en un lugar que reciba sol todo el día. Asegúrate que la tabla no se mueva colocando un par de piedras para hacer peso si el clima es ventoso.
2. Coloca el clavo o aguja lo más cerca del centro de la tabla como sea posible y para evitar que se mueva o caiga colócalo en la base con un poco de plastilina o masa.
3. Cuando la sombra de la cabeza de la aguja o clavo caiga en la superficie, realiza una marca. Lo ideal sería hacerlo al comienzo de la hora: a las seis en punto, a las siete en punto y así sucesivamente y cada dos horas, repite el proceso y continúa hasta el atardecer, no olvides colocar la hora.

¿Sabías que el primer reloj que existió fue creado por los egipcios, quienes inventaron el reloj de sol y la Clepsidra o reloj de agua?



Si quieres conocer más sobre la historia del reloj de sol, consulta: <https://cutt.ly/Ot15a86>



Ficha 2. Pensamiento Matemático

Reloj de Sol



Evaluación

Con esta ficha aprendiste a encontrar ángulos en la sombra que se proyecta sobre los relojes de sol.

En caso de que hayas utilizado tu cuaderno, éste forma parte de tu carpeta de experiencias, podrás mostrar el trabajo a tu profesor(a) cuando regreses a la escuela.



A divertirnos

Sin mover la tabla, utiliza la regla para dibujar una línea que conecte las marcas al clavo o aguja en el centro.



A compartir en familia

Te reto a que repitas este experimento el día de mañana e intentes darle la hora a cualquiera de tus familiares.



Para aprender más

Retira el clavo o aguja y considerando el punto en donde se encontraba como "0" utilizando tu transportador responde ¿a cuántos grados corresponde cada una de las medidas que realizaste?. ¿Qué ángulos son más recurrentes: agudos, rectos u obtusos?



Tenemos algunos videos para ti.



Da un vistazo al siguiente video: El que inventó el reloj ¿Cómo sabía qué hora era? - CuriosaMente 112, disponible en:
<https://youtu.be/O4R-pDIy1TY>



Ficha 3. Convivencia Sana y Civismo

Ranas y Leopardos



Aprendizaje

Aprender a respirar para autorregular tu conducta de forma autónoma.



A divertirnos

Tómate unos minutos y reflexiona:

¿En tu vida cotidiana estas técnicas te serán de utilidad cuando se presente un momento de enojo o frustración?

¿Por qué?

Escribe la respuesta en tu cuaderno de Formación Cívica y Ética.



A usar tu cuaderno

El objetivo de esta técnica es que aprendas a respirar profundamente y puedas darle una salida positiva a tus estados emocionales.

1. La respiración de la rana

Vas a imitar a una rana respirando como ella, tomando lentamente aire por la nariz mientras inflas la barriga y lo sueltas muy suavemente por la boca, mientras te desinflas.

Al estar respirando como rana a tu mente pueden acudir pensamientos, los notas y los dejas ir, centrándote únicamente en tu respiración y movimiento de barriga.

Recuerda que la rana además de dar grandes saltos puede quedarse muy quieta, observando lo que sucede a su alrededor.

2. La respiración de leopardo

Este ejercicio de respiración es un poco más complejo pero igualmente divertido y eficaz para iniciarte en la respiración diafragmática.

Ponte en el suelo a cuatro patas como si fueras un leopardo. Ahora toma aire por la nariz, notando cómo se hincha tu abdomen y desciende por tu columna vertebral. Exhala por la boca percibiendo cómo se vacía el abdomen y la espalda se eleva.

Repite entre tres y cinco veces estos ejercicios de respiración de manera lenta para que percibas esos procesos y beneficios en tu cuerpo.



Ficha 3. Convivencia Sana y Civismo

Ranas y Leopardos



Evaluación

Con esta ficha aprendiste a trabajar tu respiración a través de diferentes técnicas que te ayudan a autorregular tu conducta.

Recuerda que ahora, tu cuaderno forma parte de tu carpeta de experiencias, podrás mostrar el trabajo a tu profesor (a) cuando regreses a la escuela.



Para aprender más

Pide ayuda a un adulto para ver el video "bailador en balance Omm Moo yoga para niños. Autonomía" en el siguiente link:



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

Recurre a un adulto para hablar sobre cómo te sientes el día de hoy, tanto física como emocionalmente.



A compartir en familia

Puedes invitar a tu familia o a un adulto a practicar juntos la técnica de respiración de la rana y el leopardo.



Ficha 4. Cuidado de la Salud

Alimentos sabrosos. La cocción de los alimentos.



Aprendizaje

Reconocer como la cocción transforma a los alimentos



Materiales

- Cuaderno
- Libro de texto 84 a 89 pp.
- Colores
- Lápiz



A usar tu cuaderno

Responde lo siguiente:

¿Has cocinado alguna vez algún alimento?
Describe tu experiencia.

La cocción es la modificación de la textura, color, sabor y consistencia de los alimentos a través del calor.

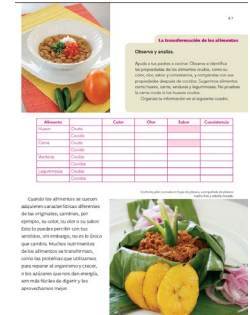
La cocción mejora el sabor de los alimentos y favorecer su conservación.



Abre tu libro de texto

Página 87. Identifica las características de los alimentos.

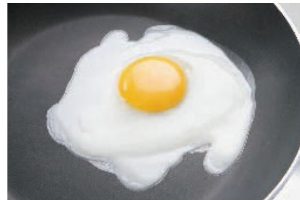
Cocinar los alimentos, cambia muchos de los nutrimentos de ellos y se transforman, como las proteínas que utilizamos para reparar el organismo y crecer, o los azúcares que nos dan energía, son más fáciles de digerir y los aprovechamos mejor.



Huevos crudos.



Huevo frito. Freir los alimentos es una manera de cocinar.



Alimento	Color	Olor	Sabor	Consistencia
Huevo Crudo				
Cocido				
Carne Cruda				
Cocida				
Verduras Crudas				
Cocidas				
Leguminosas Crudas				
Cocidas				



Ficha 4. Cuidado de la Salud

Alimentos sabrosos. La cocción de los alimentos.



A divertirnos

Relaciona las técnicas de cocción, con su imagen.

Hervir



Al vapor



Guisar



Freír



Haz un dibujo del platillo que más te gusta comer.



Evaluación

Con esta ficha reconociste la transformación de los alimentos a través de la cocción.

Recuerda que ahora, tu cuaderno forma parte de tu carpeta de experiencias, podrás mostrar el trabajo a tu profesor (a) cuando regreses a la escuela

Sabías que:

Al cocinar los alimentos se eliminan muchos microorganismos que los descomponen, por eso un alimento cocido se conserva en buen estado más tiempo que uno crudo.



A compartir en familia

Pídele a algún adulto que te ayude a cocinar algún alimento sencillo y fíjate qué condimentos se utilizan en su elaboración.



Técnicas de cocción de alimentos

<https://www.cursosgastronomia.com.mx/blog/gastronomia/tecnicas-de-coccion-i/>



Tenemos algunos videos para ti.



La cocción y descomposición de los alimentos.

<https://www.youtube.com/watch?v=WJz9WCheAIY>



Como dominar cinco habilidades básicas de la cocina – Gordon Ramsay

<https://www.youtube.com/watch?v=ZJy1ajvMU1k>



Ficha 5. Geografía

La Población Mexicana



Aprendizaje

Conocer acerca de la población de México y algunas de sus características demográficas.



Materiales

- Colores
- Anexos 1 y 2



A usar tu cuaderno

- En el 2015 INEGI reportó que en la Ciudad de México, viven 8 918 653 personas, somos bastantes para una ciudad no tan grande ¿no crees?

En tu cuaderno responde las siguientes preguntas:

¿Cuál crees que es el motivo por el cual la gente prefiere vivir en la Ciudad? _____

¿Conoces algún grupo étnico que viva en la CDMX? _____

¿Tienes familiares o amistades que vivan fuera de la CDMX o en el extranjero? _____

¡Vamos a crear nuestro mapa! Aunque este mapa será un poco diferente de los que conoces, primero vas a elegir ocho estados que quieras visitar y vamos a incluir:

1. Nombre del Estado
2. Capital visitar
3. Tipo de Clima
4. Comida típica

5. Recursos naturales
6. Lugares que te gustaría
7. Número de habitantes



Si quieres saber más sobre la República Mexicana visita ¿Qué significan los nombres de los 32 estados de México? en: <https://cutt.ly/OtJhiZO>



Si quieres conocer más sobre los datos estadísticos de México, reportados por el INEGI, consulta el siguiente link: <https://cutt.ly/otJgX01>



Ficha 5. Geografía

La Población Mexicana



Evaluación

Con esta ficha aprendiste sobre la población de México y algunas de sus características demográficas.

Ahora, tu cuaderno forma parte de tu carpeta de experiencias, podrás mostrar el trabajo a tu profesor(a) cuando regreses a la escuela.



A divertirnos

Utilizando el anexo 1, coloca la información que investigaste en el mapa y colorea el estado correspondiente, identifica cuál de ellos cuenta con mayor número de habitantes y cuál con menor.



Para aprender más

Ahora bien, ¿qué tan bien conoces tu Ciudad?

Investiga información acerca del estado dónde vives, y con la ayuda de un mapa de tu localidad, identifica con colores las alcaldías o municipios con los que cuenta, la demarcación y el número de habitantes.

¿A qué crees que se deba una mayor concentración de habitantes en algunas partes de la ciudad?

Para encontrar información sobre el número de habitantes por cada demarcación consulta:
<https://cutt.ly/otJgX01>



A compartir en familia

Platica con tus familiares sobre los sitios favoritos cercanos al lugar



Ficha 5. Geografía

La Población Mexicana

Anexo 1. Mapa de la República Mexicana



Bibliografía

- SEP (2019) *Ciencias naturales. Cuarto Grado*. 2019. México. 2019:2020, CONALITEG, Autor.
- SEP (2019) *Desafíos matemáticos, Libro del alumno. Cuarto Grado*. 2014. México. 2019:2020, CONALITEG, Autor.
- SEP (2019) *Español, Libro del alumno. Cuarto Grado*. 2014. México. 2019:2020, CONALITEG, Autor.
- SEP (2019) *Formación Cívica y ética. Cuarto Grado*. 2019. México. 2019:2020, CONALITEG, Autor.
- SEP (2019) *Geografía, Libro del alumno. Cuarto Grado*. 2019. México. 2019:2020, CONALITEG, Autor.
- SEP (2012) *Programa de Estudios 2011 Guía para el maestro*. Educación Básica, Primaria Cuarto Grado., México: CONALITEG, Autor.

Referencias de Internet

- Curiosamente (2018 febrero 25) El que inventó el reloj ¿Cómo sabía qué hora era? - CuriosaMente 112 [Archivo de video] Recuperado de: <https://youtu.be/O4R-pDIyITY> Última consulta: 13 de abril 2020.
- Cursos de gastronomía. com Técnicas de cocción de alimentos (s. f.) [Página WEB] Recuperado de: <https://www.cursosgastronomia.com.mx/blog/gastronomia/tecnicas-de-coccion-i/> Última consulta: 21 de abril 2020
- Earth Day Network (s. f.) 11 acciones para el planeta durante una pandemia [Página WEB] Recuperado de: <https://www.earthday.org/11-actions-for-the-planet-during-a-pandemic/> Última consulta: 17 de abril 2020.
- Gordon Ramsay. (2016 marzo 7) Como dominar cinco habilidades básicas de la cocina – Gordon Ramsay [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=ZJylajvMU1k> Última consulta: 21 de abril 2020.
- INEGI (2015) Información de México para niños ? [Página WEB] Recuperado de: <https://cutt.ly/otJgX0I> Última consulta: 6 de abril 2020.
- Lizeth Betancourth (2018 diciembre 2) Descomposición de alimentos. [Archivo de video] Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=HgFUtHvqsaQ> Última consulta: 22 de abril 2020.
- NASA (s. f.), Día de la Tierra. Celebrar el día de la Tierra con arte [Página WEB] Recuperado de: <https://www.nasa.gov/feature/jpl/nasa-celebrates-earth-day-with-downloadable-art> Última consulta: 17 de abril 2020.
- México Desconocido (2019 julio 29) ¿Qué significan los nombres de los 32 estados de México? [Página WEB] Recuperado de: <https://cutt.ly/OtJhiZ0> Última consulta: 6 de abril 2020.
- Poblete, P. (19 de noviembre 2019) Bailador en balance Omm Moo yoga para niños Autonomía [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Qa-muJTDVjU> Última consulta: 15 de abril 2020.
- Sapereaudé (s. f.) El reloj de sol La medida del tiempo [Página WEB] Recuperado de: <https://cutt.ly/Ot15a86> Última consulta: 13 de abril 2020.

Referencias de Imágenes

- Anónimo (s. f.) Paisaje (Imagen) Recuperada de: <https://webdelmaestro.com/paisajes-faciles-dibujar/> Última consulta: 31 de marzo 2020.
- Autor (s. f.) Mapa de CDMX [Imagen] Recuperada de: <https://www.mapasparacolorear.com/mexico/mapa-ciudad-de-mexico.php> Última consulta: 6 de abril 2020.
- Coordinación Sectorial de Educación Primaria (2020) Crucigrama numérico, [Imagen]
- Freepik (s. f.) México [Imagen] Recuperada de: <https://bit.ly/2wZ2I3y> Última consulta: 6 de abril 2020.