

Fichas de repaso

1° de Secundaria

Semana del 11 al 15 de mayo
Día 4



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

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 la actividad que realizarás y/o lectura, video, o página del libro de texto que consultarás.

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

Identifico los hechos



Aprendizaje

Identificar hechos en las notas informativas.



Materiales

- Cuaderno.
- Libro de texto.
- Lápiz o bolígrafo.



Abre tu libro de texto

Consulta en tu libro de texto de Lengua Materna. Español 1 el Proyecto o Práctica Social del Lenguaje titulado: Lee y compara notas informativas sobre una noticia que se publica en diversos medios; lee las notas informativas que muestren de ejemplos e identifica los hechos principales.

La página dependerá del libro de texto que estés utilizado.



A usar tu cuaderno

1. Lee las siguientes notas informativas en los enlaces que aparecen a continuación:

Inician obras de construcción del Tramo 1 del Tren Maya: Fonatur: <https://bit.ly/2W3cdYS>
Trabajan en reparación de fuga en el Sistema Cutzamala: <https://bit.ly/2YAuLBJ>
Los niños vulnerables en Madrid comerán menú de Telepizza durante más de tres meses: <https://bit.ly/2yIsYWu>

2. Elabora y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro comparativo con base en la información de las notas informativas que leíste.

¿Sabías que... en Internet puedes encontrar muchas plantillas gratuitas que te servirán para escribir tu nota informativa?



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

Identifico los hechos

Título de la nota			
Autor o fuente			
Sección a la que pertenece			
Fecha			
Lugar dónde ocurren los hechos			
Protagonista(s) de la historia			
Escribe brevemente de qué trata la nota			
Describe el hecho principal			
¿Por qué razón ocurrió?			
¿Qué opinas de lo ocurrido?			
¿Te parece una nota informativa relevante? ¿Por qué?			
¿Cumplen con las características analizadas en la Ficha 1? ¿Con cuál no?			



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

Identifico los hechos



Evaluación

1. Redacta en tu cuaderno una nota informativa sobre algún hecho cotidiano de tu entorno; procura que cumpla con las características y partes sobre las que has venido reflexionando.
2. 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

Ferrero, B. (2020). *Los niños vulnerables en Madrid comerán pizza durante más de tres meses*. Recuperado el 04 de mayo de 2020 de sitio Web: EL PAÍS. <https://bit.ly/2yIsYWu>

Redacción AN/BDL. (2020). *Trabajan en reparación de fuga en el Sistema Cutzamala*. Recuperado el 04 de mayo de 2020 de sitio Web: Aristegui Noticias. <https://bit.ly/2YAuLBJ>

Reyna, Quiroz J. (2020). *Inician obras de construcción del Tramo 1 del Tren Maya: Fonatur*. Recuperado el 04 de mayo de 2020 de sitio Web: La Jornada Impresa. <https://bit.ly/2W3cdYS>

Carpeta de experiencias:

Actividad del espacio de evaluación.



A compartir en familia

- Comenta con los miembros de tu familia las notas que leíste y el cuadro comparativo que elaboraste.
- Comparte con ellos la nota informativa que redactaste.



Tenemos algunos videos para ti.



TUTORIAL: CÓMO HACER UNA NOTA INFORMATIVA:
<https://www.youtube.com/watch?v=vEAgte4y2Sg>



Aprende a escribir una noticia (FÁCIL):
<https://www.youtube.com/watch?v=8UsmbbHmBpA>



Ficha 2. Pensamiento matemático

Tres de cuatro



Aprendizaje

Analizar la regla de tres, empleando valores enteros o fraccionarios.



Materiales

- Cuaderno.
- Libro de Matemáticas.
- Lápiz.
- Calculadora científica o estándar.



Abre tu libro de texto

En el tema:
Regla de tres.
La página dependerá del libro de texto que estés utilizando.



A usar tu cuaderno

1. Observa el video de «REGLA DE TRES, Súper fácil» al que puedes acceder a través de la siguiente liga: <https://www.youtube.com/watch?v=N1vI94ySy94>
2. Al término del video, realiza un pequeño resumen en tu libreta de notas. No olvides describir, paso a paso, el algoritmo correcto para encontrar un valor faltante haciendo uso de la llamada «Regla de tres».
3. Escribe algunas situaciones de la vida cotidiana donde se emplee la regla de tres como una estrategia para su resolución.
4. Resuelve las siguientes situaciones empleando la regla de tres para llegar a su solución.

Un famoso comercial estipulaba que 8 de cada 10 gatos preferían cierta marca de comida para felinos. Siguiendo la misma proporción, si tuviéramos una población de 75 gatos ¿cuántos preferirían dicho alimento?

Malinalli encontró una receta que decía que para preparar gelatina de vainilla, se necesitaban 1.5 litros de leche y 250 g de polvo de cierta marca. Si tiene 1.25 kg de ese polvo ¿cuánta leche va a necesitar?

Juan trabaja como conductor de taxi de plataforma. La compañía para la que trabaja le explicó que la comisión que le cobrarán por el servicio será de \$1 por cada \$4 que cobre; si al término de la semana recibió una paga neta de \$6000 ¿cuál fue su ingreso bruto? Nota: se considera sueldo bruto a aquel que se percibe sin descuentos y sueldo neto cuando ya se le han aplicado los descuentos correspondientes.

En México y para este año 2020, el salario mínimo que percibe un obrero es de \$123.22 por 8 horas trabajadas. ¿Cuántas horas debe trabajar Francisco para percibir \$2310.375?

¿Sabías que... el procedimiento llamado «regla de tres» se llama así debido a que se cuenta con 3 de 4 números dentro de una proporción?



Ficha 2. Pensamiento matemático

Tres de cuatro



Evaluación

1. Resumen con algoritmo para resolver la regla de tres.
2. Actividades resueltas en el cuaderno.



A divertirnos

Resuelve este reto:

4 albañiles levantan una barda en 15 días, ¿en cuánto tiempo harán el mismo trabajo 6 albañiles?
La respuesta que obtuviste ¿es lógica?



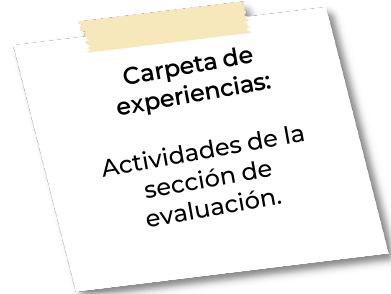
Para aprender más

YO SOY TU PROFE, Trivial: ¿Sabrías resolver estos problemas con regla de tres? Recuperado el 04 de mayo de 2020, de portal digital <https://yosoytuprofe.20minutos.es/2020/01/31/trivial-problemas-con-regla-de-tres/>



A compartir en familia

- Pide a un familiar que revise las actividades que resolviste.
- Plantea el reto de la barda a tu familia, comenten si la respuesta es lógica. En caso que consideren que no lo es explíquen el por qué lo consideran así.



Tenemos algunos videos para ti.



REGLA DE TRES, Súper fácil:
<https://www.youtube.com/watch?v=N1vI94ySy94>



Regla de 3 simple directa:
https://www.youtube.com/watch?v=7fRE_HCazrQ



Ficha 3. Cuidado de la salud

¿Cómo se lleva a cabo la evolución de los seres vivos?



Aprendizaje

- Conocer el proceso de evolución de los seres vivos.
- Comprender los conceptos de: mutación, migración, deriva génica, y variabilidad genética.
- Argumentar cómo actúa la selección natural.



Materiales

- Cuaderno.
- Mi libro de texto.
- Colores.
- Lápiz y pluma.



Abre tu libro de texto

Consulta tu libro de texto gratuito en el tema: Relación entre la adaptación y la sobrevivencia diferencial de los seres vivos. La página dependerá del libro de texto que estás utilizando.



A usar tu cuaderno

Lee el siguiente texto.

¿CÓMO SE LLEVA A CABO EL PROCESO EVOLUTIVO?

Hemos definido la evolución como descendencia con modificación a partir de un antepasado común, pero, ¿qué se ha modificado exactamente? Sólo hay evolución cuando hay un cambio en la frecuencia génica de una población con el paso del tiempo. Estas diferencias genéticas son heredables y se pueden transmitir a la siguiente generación, que es lo que realmente importa en la evolución: el cambio a largo plazo. Compara estos dos ejemplos de cambio en poblaciones de escarabajos. ¿Cuál de ellos es un ejemplo de evolución?

1. Escarabajos a dieta

Piensa en un año o dos de sequía durante el cual hay pocas plantas que los escarabajos puedan comer. Todos los escarabajos tienen las mismas posibilidades de sobrevivir y reproducirse pero, debido a las limitaciones en el alimento, los escarabajos de esta población son algo más pequeños que los de la generación precedente.



¿Sabías que... al paso de millones de años, en las diferentes especies las características morfológicas han evolucionando constantemente, originando gran variedad de formas para que los organismos se puedan adaptar a sus ambientes?



Ficha 3. Cuidado de la salud

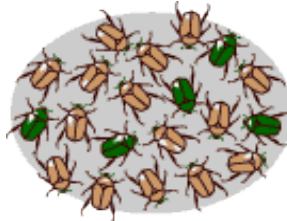
¿Cómo se lleva a cabo la evolución de los seres vivos?

2. Escarabajos de distinto color

La mayoría de los escarabajos de la población (digamos, el 90%) tienen genes para el color verde intenso y unos pocos (el 10%) tienen el gen que los hace más marrones.



Con el paso de varias generaciones, las cosas han cambiado: los escarabajos marrones son más comunes de lo que solían ser y forman el 70% de la población.



¿Qué ejemplo es el que ilustra la descendencia con modificación, es decir, un cambio en la frecuencia genética con el paso del tiempo?

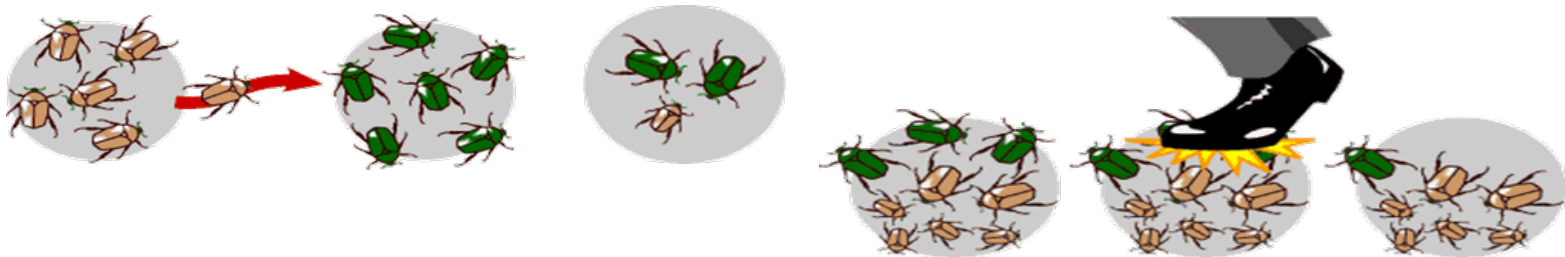
La variación de peso del primer ejemplo se produjo por la influencia ambiental — la escasa disponibilidad de alimento — no por un cambio en la frecuencia de los genes. Por lo tanto, el ejemplo 1 no es evolución. Debido a que el pequeño tamaño corporal de esta población no está determinado genéticamente, estas generaciones de escarabajos de cuerpo pequeño darán lugar a escarabajos que alcanzarán un tamaño normal si tienen una disponibilidad normal de alimento. El cambio de color del ejemplo 2 es, indudablemente, evolución: estas dos generaciones de la misma población son genéticamente diferentes. Pero, ¿cómo ha sucedido esto?



Ficha 3. Cuidado de la salud

¿Cómo se lleva a cabo la evolución de los seres vivos?

- Los mecanismos del cambio. Cada uno de estos cuatro procesos es un mecanismo básico de cambio evolutivo.
- Mutación. Una mutación podría hacer que padres con genes para el color verde intenso tuvieran descendencia con un gen para el color marrón, con lo cual en la población aumentaría la frecuencia de genes para escarabajos marrones.
- Migración. Algunos individuos de una población de escarabajos marrones podrían haberse unido a una población de escarabajos verdes, lo cual haría que los genes para escarabajos marrones fueran más frecuentes en la población de escarabajos verdes.
- Deriva genética. Imagina que, en una generación, sucediera que dos escarabajos marrones tuvieran cuatro descendientes que sobrevivieran para reproducirse, y que varios escarabajos verdes murieran al ser pisados por alguien y no tuvieran descendientes. En la siguiente generación habría algunos escarabajos marrones más que en la generación anterior, pero sería sólo por el azar. Estos cambios aleatorios que se producen de generación en generación se conocen como deriva genética.





Ficha 3. Cuidado de la salud

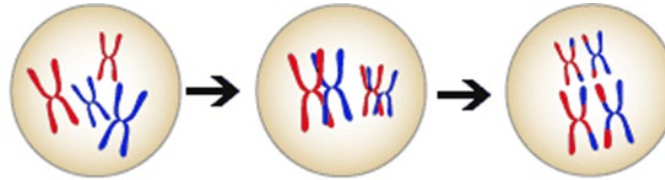
¿Cómo se lleva a cabo la evolución de los seres vivos?

Selección natural: Imagina que las aves detectan (y, por lo tanto, se comen) más fácilmente a los escarabajos verdes. Los escarabajos marrones tendrán una probabilidad ligeramente mayor de sobrevivir para tener descendencia y pasarán los genes para el color marrón a sus descendientes. Por lo tanto, en la siguiente generación los escarabajos marrones serán más comunes que en la generación previa. Todos estos mecanismos pueden producir cambios en las frecuencias de los genes de las poblaciones y, por lo tanto, todos ellos son mecanismos de cambio evolutivo. Pero la selección natural y la deriva genética no pueden actuar a menos que haya variabilidad genética es decir, a menos que haya algunos individuos que sean genéticamente diferentes de los otros. Si la población de escarabajos tuviera el 100% de escarabajos verdes, la selección y la deriva no tendrían ningún efecto porque su composición genética no podría variar.

¿Cuáles son, entonces, las fuentes de la variabilidad genética?



Variabilidad genética: Sin variabilidad genética, no podrían actuar algunos de los mecanismos básicos del cambio evolutivo. Vamos a aprender más sobre las tres fuentes primarias de variabilidad genética que hay: 1. Las mutaciones son cambios en el ADN. Una única mutación puede tener un efecto considerable, pero, en la mayoría de los casos, el cambio evolutivo se basa en la acumulación de muchas mutaciones. 2. El flujo génico es cualquier traslado de genes de una población a otra y es una fuente importante de variabilidad genética. 3. La sexualidad puede originar nuevas combinaciones genéticas en una población; esta recombinación genética es otra fuente importante de variabilidad genética.



Recuperado de:

https://evolution.berkeley.edu/evolibrary/article/0_0_0/evo_15_sp



Ficha 3. Cuidado de la salud

¿Cómo se lleva a cabo la evolución de los seres vivos?



Evaluación

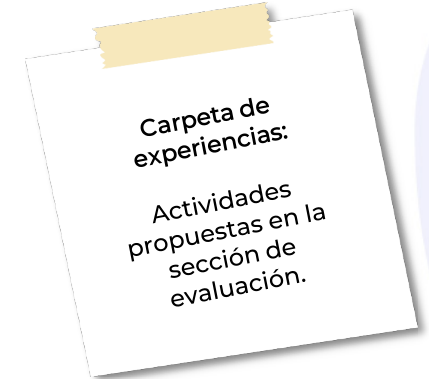
1. A partir del texto y el video, en tu cuaderno escribe los conceptos de: evolución, mutación, migración, deriva genética, selección natural, variabilidad genética, mutaciones, flujo génico y recombinación genética.
2. Realiza un comic de cómo crees que fue evolucionando el perro.



Para aprender más

Fernández, M, A. (2017). *El proceso de evolución del ser humano*. Recuperado el 4 de mayo de 2020, de <https://www.youtube.com/watch?v=IZmDZJLsOPM>

Understanding Evolution. (2020). *Mecanismos: Los procesos de la evolución*. Recuperado el 4 de mayo de 2020, de https://evolution.berkeley.edu/evolibrary/article/0_0_0/evo_14_sp



A compartir en familia

Con ayuda de tus padres realiza un árbol genealógico, de cómo se fue heredando el color de los ojos, y el pelo chino o lacio en tu familia.



Tenemos algunos videos para ti.



El proceso de evolución del ser humano:
<https://www.youtube.com/watch?v=IZmDZJLsOPM>



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La aplicación de leyes para la vida democrática de un Estado



Aprendizaje

Identificar las características generales de las leyes.



Materiales

- Cuaderno.
- Lápiz.
- Libro de Formación Cívica y Ética.



Abre tu libro de texto

En el tema:
Diferencias y similitudes entre normas y leyes.
La página dependerá del libro de texto que estés utilizado.



A usar tu cuaderno

1. Observa la imagen, en la cual las mujeres votaron por primera vez en 1955.
2. Registra en tu cuaderno las respuestas a las siguientes preguntas:
 - ¿Qué sentimiento te evoca ver esta foto?
 - ¿Cómo imaginas que eran los derechos de las mujeres en 1955?
 - Investiga 5 características de la vida democrática del país en ese momento histórico.

El sufragio femenino significó el reconocimiento a la igualdad en la participación política. A partir de entonces ha continuado la lucha de las mujeres por sus derechos a participar en la toma de decisiones del país. Esto es un claro ejemplo del camino recorrido para obtener el reconocimiento de la igualdad entre hombres y mujeres, la equidad y la no discriminación. Sin embargo, aún faltan consolidar otros derechos.



Mujeres votando en 1955.

¿Sabías que...
hasta 1955, las
mujeres
pudieron votar
por primera
vez?



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La aplicación de leyes para la vida democrática de un Estado

3. Actualmente, existen tres leyes encargadas de proteger los derechos y obligaciones electorales de los ciudadanos así como el voto secreto que se debe tener. Una de ellas, la primera Ley que respalda tu derecho a votar es la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, que en su Artículo 35 señala que los ciudadanos tienen libertad para votar y ser votados en elecciones populares, titulado: Son derechos de la ciudadanía:

I. Votar en las elecciones populares;

II. Poder ser votada en condiciones de paridad para todos los cargos de elección popular, teniendo las calidades que establezca la ley. El derecho de solicitar el registro de candidatos y candidatas ante la autoridad electoral corresponde a los partidos políticos, así como a los ciudadanos y las ciudadanas que soliciten su registro de manera independiente y cumplan con los requisitos, condiciones y términos que determine la legislación;

III. Asociarse individual y libremente para tomar parte en forma pacífica en los asuntos políticos del país.

4. Recordemos la importancia que tiene la Constitución, para ello realiza la siguiente lectura:

“La Constitución es el documento mediante el cual las naciones modernas establecen las bases de su vida pública. En ella se definen los derechos de quienes habitan su territorio y la forma en que se organiza su gobierno. En cada país, la historia de su Constitución ha seguido una trayectoria particular. La historia de nuestra Constitución muestra el largo camino que ha tenido que recorrer nuestro país para establecer acuerdos sobre la forma de gobierno y de organización política, así como para reconocer y garantizar derechos y libertades a toda la población. Como recordarás, en los primeros momentos de vida independiente, los grupos sociales que gozaron de poder político y económico durante el Virreinato, consideraron que perdían privilegios que, en realidad, constituían derechos que debían garantizarse a todos. Nuestra Constitución sigue transformándose. Como verás más adelante, los derechos humanos y los mecanismos para la vida democrática se han fortalecido. Esto significa que sus leyes pueden mejorarse y, por ello, es necesario que la ciudadanía las conozca, las respete y vigile su cumplimiento. Actualmente tú puedes conocer las reformas más recientes que se han realizado al texto constitucional, así como las que se encuentran en curso. Así tienes la oportunidad de informarte sobre el presente y el futuro, pues la historia de nuestra Constitución se sigue construyendo con la participación de todos...”



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La aplicación de leyes para la vida democrática de un Estado

La Constitución es un mapa que nos guía para vigilar el estado que guarda el ejercicio de nuestros derechos humanos e identificar los caminos que debemos seguir cuando son quebrantados. Durante mucho tiempo se consideró que la Constitución sólo podía ser de interés para quienes alcanzaban la mayoría de edad y podían ejercer sus derechos políticos por ser ciudadanos. Sin embargo, buena parte de sus contenidos tienen que ver con las niñas, niños y adolescentes pues protege los derechos de todos los mexicanos, desde el momento de nacer.

5. Tomando como referencia las lecturas anteriores, elabora un escrito reflexivo en tu cuaderno sobre la importancia de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y cómo la integras a tu vida diaria. Se sugieren retomar las siguientes preguntas para guiar tu trabajo:

- ¿Qué significado tiene para ti, la Constitución en el día a día?
- ¿De qué manera la Constitución protege los derechos de los adolescentes?
- ¿La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos es una ley o una norma? Argumenta.
- ¿Cuál es la trascendencia de la Constitución para lograr una vida democrática?



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La aplicación de leyes para la vida democrática de un Estado



Evaluación

1. Elabora en tu cuaderno un escrito reflexivo sobre la importancia de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en tu vida diaria.



Para aprender más

El Universal. (2018). *Conmemoran la primera vez que las mujeres votaron en México*. Recuperado el 3 de mayo de 2020, de <https://www.eluniversal.com.mx/nacion/sociedad/conmemoran-la-primera-vez-que-las-mujeres-votaron-en-mexico>

Luna, M. (2016). *Constitución y vida democrática*. Recuperado el 4 de mayo de 2020, de https://www.ine.mx/wp-content/uploads/2019/04/constitucion_y_vida_democratica.pdf

Justia. (2020). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. Recuperado el 4 de mayo de 2020, de <https://mexico.justia.com/federales/constitucion-politica-de-los-estados-unidos-mexicanos/titulo-primero/capitulo-iv/#articulo-35>

Carpeta de experiencias:

Actividades de la sección de evaluación.



A compartir en familia

Presenta a tus familiares el escrito reflexivo sobre la importancia de la Constitución en tu vida diaria. Registra sus comentarios en tu cuaderno.



Ficha 5. Historia

Guerra Fría



Aprendizaje

Reconocer la formación de grandes bloques hegemónicos en el mundo tras el fin de la Segunda Guerra Mundial.



Materiales

- Cuaderno.
- Libro de Historia.
- Hojas blancas.
- Colores.
- Lápiz.



Abre tu libro de texto

En el tema:
Guerra Fría.
La página dependerá del libro de texto que estés utilizado.



A usar tu cuaderno

1. Lee con atención el texto.

Muro de Berlín.

Después de la Segunda Guerra Mundial, a pesar de que EUA y la URSS establecieron zonas de dominio, algunas regiones suscitaban tensión entre los dos bloques, ese fue el caso del territorio alemán, cuya posición estratégica permitía el control sobre Europa Central.

Alemania se encontraba en una situación muy difícil, pues estaba destruida y cuatro países ocupaban su territorio: EUA, Inglaterra, Francia y la Unión Soviética.

Por lo anterior, en 1961, el gobierno socialista levantó un muro que dividió la ciudad de Berlín, la antigua capital del Imperio alemán, en dos sectores: uno capitalista y el otro socialista.

La construcción del muro también respondía a una realidad social, pues más de tres millones de alemanes que se oponían al régimen socialista se habían encaminado hacia el lado occidental con la intención de cruzar la ciudad.

Walter Ulbricht, el secretario del Comité Central de la Alemania socialista, fue quien planificó la construcción, legitimándose ante la agresividad de los gobiernos capitalistas occidentales.

La construcción del muro fue un acontecimiento repentino, sucedió sin que la población estuviera enterada de dicha decisión. La noche del 12 de agosto de 1961 se edificó casi por completo el muro que separó a la ciudad de Berlín. Los medios de transporte que conectaban a la ciudad fueron bloqueados. Solo el metro y el ferrocarril elevado seguían en funcionamiento. No obstante, los conductores tenían la orden de no detenerse en ninguna estación del lado occidental de la ciudad.

Una vez construido el muro, lo resguardaron casi quince mil hombres, entre la Policía Popular, brigadas y ejército. El ejército de la Unión Soviética estuvo listo para intervenir si el conflicto se transformaba en una guerra fronteriza dentro de Berlín.

Las deserciones no faltaron y, en poco menos de un mes, policías de la República Democrática Alemana, zona socialista, asignados a la vigilancia del muro huyeron a la República Federal Alemana (zona capitalista).

¿Sabías que... este muro se construyó prácticamente en una noche, dividiendo a familias por años?



Ficha 5. Historia

Guerra Fría

En las décadas siguientes hubo constantes intentos de cruzar el muro, por lo que aproximadamente doscientos civiles murieron o fueron encarcelados. Por esta razón, el muro se convirtió en el símbolo de la Guerra Fría.

En los años ochenta, la economía de la República Democrática Alemana estaba arruinada por la crisis del bloque comunista, lo que originó constantes manifestaciones de descontento popular en las que se demandaba democracia y libertad. La población exigió que se abrieran las fronteras entre las dos Alemanias. El 9 de noviembre de 1989 el jefe de Estado, Egon Krenz, finalmente anunció la libertad de tránsito. Ese día, las multitudes se lanzaron a destruir el Muro de Berlín, un muro que durante años significó el aislamiento, el autoritarismo y la falta de libertades.

En Alemania, esta acción se conoce con el nombre de Wende, que significa "cambio", que fue el efecto de la apertura en la Alemania socialista. La caída del muro representó el fin de la Guerra Fría y el inicio de la reunificación alemana dentro de un nuevo orden mundial.

2. Responde las preguntas relacionadas con el texto de la derecha:

- ¿Con qué propósito se construyó el Muro de Berlín?
- ¿Cómo afectó a las familias que vivían en Alemania?
- ¿Qué tipo de conflictos generó?



El domingo 13 de agosto de 1961, a Ingrid Taegner casi se le paró el corazón al asomarse a la ventana de su apartamento, en el primer piso de un edificio entre los barrios de Kreuzberg y Treptow.

En la calle, soldados [...] empezaban a tender alambre de espino y construir una valla. Estaba brotando el muro [...] “Cuando vi a los soldados, tuve miedo porque estaba ocurriendo lo peor: levantaban un muro ante mi casa”, recuerda la mujer [...]

“Estaba furiosa, porque aquello significaba la separación de mi familia. Mi padre, mis tíos y mi abuela vivían en Berlín Occidental. Mi madre y yo, en el Oriental” [...]

Quien visitara a Ingrid en su casa debía acatar antes la retención del pasaporte y un registro minucioso. “Era terrible vivir allí. Me provocaba angustia la presencia de perros y patrullas. Teníamos un miedo constante de que algo grave pasase en la frontera. No podía soportar la presión”.

Tal vez lo único bueno del siniestro emplazamiento era ver a su padre a diario. El hombre la saludaba desde el lado occidental y ella podía enseñarle al nieto desde la ventana.

Entre 100 y 200 personas —no hay acuerdo entre los historiadores— murieron intentando escapar. El régimen de la RDA no se andaba con contemplaciones y ordenaba “disparar a matar [...] aunque hubiera mujeres y niños de por medio, una táctica que los traidores usan a menudo”.

Las balas no eran el único peligro: hubo quienes se ahogaron al intentar cruzar el gélido río [...] otros saltaron desde edificios limítrofes con la frontera y murieron al impactar contra el suelo [...].

Celdrán, H., & González, J. A. (2014, octubre 31). Palabras sobre el muro. Recuperado 5 de mayo de 2020.



Ficha 5. Historia

Guerra Fría



Evaluación

1. ¿Qué lado era comunista y cuál capitalista? Plantea el reto de la barda a tu familia, comenten si la respuesta es lógica. En caso que consideren que no lo es expliquen el por qué lo consideran así.
2. ¿Cuándo se construyó? y ¿cuándo se derrumbó el muro?
3. ¿Quién planificó la construcción del muro?



A divertirnos

Si quieres ver cómo es Berlín, checa el video de Luisito que se encuentra en la parte inferior derecha.



Tenemos algunos videos para ti.



Para aprender más

BBC News Mundo. (2019, noviembre 8). *Por qué se construyó el Muro de Berlín y qué provocó su caída* | BBC Mundo. Recuperado el 4 de mayo de 2020, de <https://www.youtube.com/watch?v=sQxT-oKkuko>

Celdrán, H., & González, J. A. (2014, octubre 31). *Palabras sobre el muro*. Recuperado el 5 de mayo de 2020, de <https://www.20minutos.es/noticia/2275383/0/caida-muro-berlin/25-aniversario/testimonios/#xtor=AD-15&xts=467263>

Luisito Comunica. (2017, septiembre 6). *El muro que dividió a un país entero... | BERLÍN*. Recuperado el 5 de mayo de 2020, de <https://www.youtube.com/watch?v=xL3qQgVjAB0>

Savarino, F., Mutolo, A., & Juárez, L. (2018). *Historia 1 del mundo*. Ciudad de México: Editorial Santillana. <https://libros.conaliteg.gob.mx/S00308.htm?#page/1>

Wikipedia (s. f.). *Muro de Berlín*. Recuperado el 5 de mayo de 2020, de https://es.wikipedia.org/wiki/Muro_de_Berl%C3%ADn#/media/Archivo:Berlinermauer.jpg



¿Por qué se construyó el muro de Berlín?
<https://www.youtube.com/watch?v=sQxT-oKkuko>



El muro que dividió un país:
<https://www.youtube.com/watch?v=xL3qQgVjAB0>

Carpeta de experiencias:

Respuesta a las preguntas de la sección de evaluación.



A compartir en familia

Comentar respecto a la última lectura:

- ¿Qué país piensa construir muros?
- ¿Qué opinan al respecto?



Ficha 6. Geografía

Índice de Desarrollo Humano



Aprendizaje

El Índice de Desarrollo Humano en su expresión en el mundo y en México.



Materiales

- Cuaderno.
- Libro de Geografía.
- Colores.
- Lápiz y pluma.
- Mapa planisferio con división política, con nombres.



Abre tu libro de texto

En el tema:
Índice de Desarrollo Humano.
La página dependerá del libro de texto que estés utilizado.



A usar tu cuaderno

Lee con atención el texto.

Índice de Desarrollo Humano.

Se conoce como *Índice de Desarrollo Humano* (IDH) al conjunto de condiciones que contribuyen a ampliar las oportunidades de las personas para mejorar su vida, con el desarrollo de sus capacidades y mediante su participación activa en los procesos que determinan sus formas de vida.

Está compuesto de tres dimensiones básicas del desarrollo humano: Salud (esperanza de vida que refleja la capacidad de llevar una vida larga y saludable), Educación (escolaridad; promedio de años de escolaridad de los adultos de 25 años o más y los años de escolaridad esperados para los niños de edad escolar) y, Nivel de vida (Producto Interno Bruto <PIB>, ingresos per cápita, o sea, por persona, en un año, en dólares).

El IDH se creó para resaltar que las personas y sus capacidades deberían ser el criterio final para evaluar el desarrollo de un país y no únicamente el crecimiento económico.

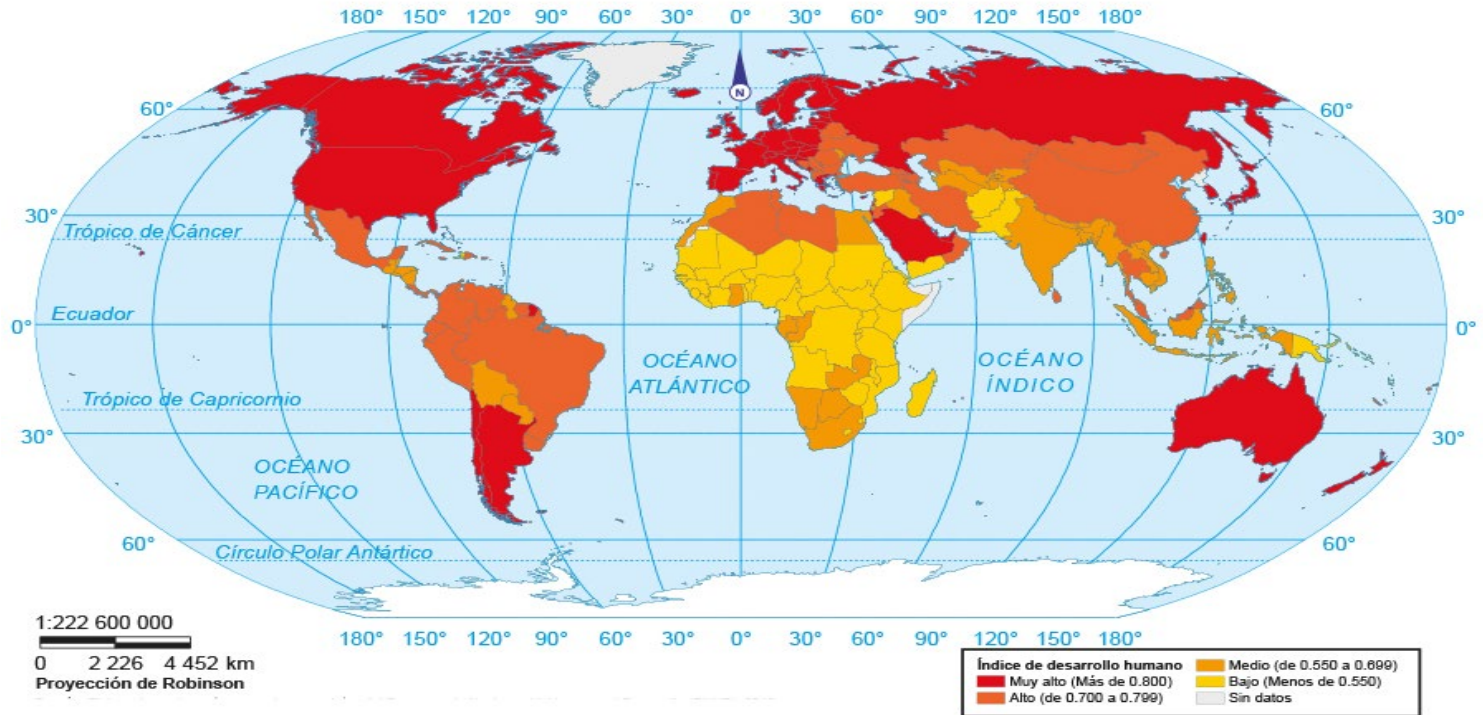
¿Sabías que... si un país tiene ingresos económicos muy altos, no necesariamente tiene un Índice de Desarrollo Humano alto?



Ficha 6. Geografía

Índice de Desarrollo Humano

Mapa 5.1 Índice de desarrollo humano, 2016



Geografía. Navarro Moreno, Jesús Abraham. Ed Larousse. México 2018

¿Ya identificaste en qué nivel se encuentra nuestro país? ¡Hazlo! Respuesta: _____



Ficha 6. Geografía

Índice de Desarrollo Humano

A continuación se presentan los cinco países con mayor IDH, así como los cinco países con el menor IDH en el mundo. ¿Puedes ubicar en qué continente están?

PAÍS	IDH	CONTINENTE
Noruega	0.954	
Suiza	0.946	
Irlanda	0.942	
Alemania	0.939	
Hong Kong (China RAE)	0.939	

PAÍS	IDH	CONTINENTE
Rep. Árabe Siria	0.549	
Papua Nueva Guinea	0.543	
Comoras	0.538	
Rwanda	0.536	
Nigeria	0.534	



Ficha 6. Geografía

Índice de Desarrollo Humano



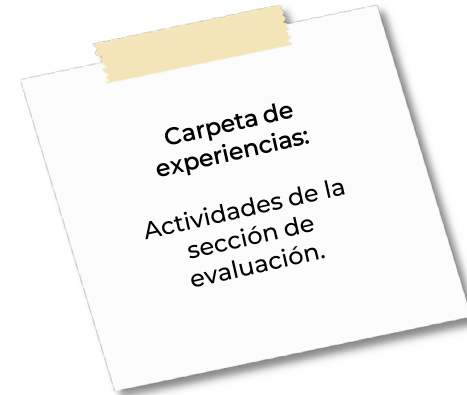
Evaluación

Contesta correctamente las preguntas que se hicieron.



A compartir en familia

- Comparte con tu familia las actividades que se te solicitan resolviendo los cuestionamientos.
- Cuando te reincorpores a clases compártela con tus compañeros y profesor o profesora de la asignatura de Geografía.



Tenemos algunos videos para ti.



65. Desigualdad mundial:
<https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=HaZFbCoCr3M>



Índice de Desarrollo Humano.
Entidades Federativas de México 2015:
<https://www.youtube.com/watch?v=JRDLrhGQIEI>



Ficha 7. Educación física

Ocio, tiempo libre y recreación




Aprendizaje

Poner a prueba la interacción motriz en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo.



Materiales

- Cuaderno.
- Bolígrafo.
- TV .
- Dispositivo para acceder a Internet.
- Ropa cómoda.
- Agua para hidratación.
- Tres pelotas de plástico pequeñas (para alberca de pelotas) o pelotas de haki o pelotas de bola de papel o pelotas de esponja o pelotas de tenis.
- Tapa de caja de zapatos



A usar tu cuaderno

Realiza la lectura.

Propuesta de un programa de actividades físicas recreativas para niños y niñas.
Beneficios de las actividades recreativas

De la práctica de las actividades recreativas se obtienen múltiples beneficios a lo que diferentes autores han hecho referencia; entre ellos:

C. Lezama (2000) los agrupa en: fisiológicos, psicológicos, sociales y económicos.

La Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación (FUNLIBRE, 2004) considera los: beneficios individuales, beneficios comunitarios, beneficios ambientales y beneficios económicos.

En este sentido se considera pertinente determinar los beneficios de las actividades recreativas a partir de los efectos que estas tienen desde el punto de vista de la salud, lo físico, lo psicológico y lo social, propuesta que se muestra a continuación:

En la salud.

- Mejora la calidad de vida.
- Crea hábitos de vida saludables.
- Contribuye a conservar o recuperar la salud y a disminuir los factores de riesgo.
- Reduce los costos de salud.

En lo físico.

- Contribuye al desarrollo de capacidades físicas.
- Aumenta la capacidad de trabajo.

En lo psicológico.

- Eleva la autoestima, la autoconfianza, la autoimagen y la seguridad.
- Disminuye los niveles de estrés y agresividad.

En lo social.

- Disminuye los niveles de violencia y actos delictivos.
- Fortalece la integración comunitaria.
- Mejora de las relaciones personales y comunitaria.
- Impulsa las manifestaciones culturales propias.
- Favorece la cultura ambiental.

"Las actividades recreativas inciden en la salud, en lo físico y en lo social".












Ficha 7. Educación física

Ocio, tiempo libre y recreación

classic warmup

BY DAREBEE @ darebee.com 10 reps each

 neck tilts	 neck rotations	 torso rotations
 chest expansions	 side arm raises	 arm rotations
 hip rotations	 hops on the spot	 side-to-side hops

Calentamiento

DRUID

DAREBEE WORKOUT @ darebee.com
LEVEL I 3 sets LEVEL II 5 sets LEVEL III 7 sets REST up to 2 minutes

 6 calf raises	 10 high squats	 6 split lunges
 6 downward upward dogs	 10 bridge taps	 6 toe taps
 6 leg raises	 10 clamshells	 6 side leg raises

Rutina para mujeres












Ficha 7. Educación física

Ocio, tiempo libre y recreación

SPACEMAN

DAREBEE WORKOUT @ darebee.com

LEVEL I 3 sets LEVEL II 5 sets LEVEL III 7 sets REST up to 2 minutes

		
10 jumping jacks	10-count right leg hold	10-count left leg hold
		
10 jumping jacks	20 raised arm circles	10-count arm hold
		
10 jumping jacks	10-count right leg hold	10-count left leg hold

Rutina para hombres



David Amerland. (2020). Recuperado de: <https://darebee.com>



Ficha 7. Educación física

Ocio, tiempo libre y recreación



Evaluación

Escribe en el cuaderno lo siguiente:
Con los elementos de la lectura anterior, construye un mapa conceptual sobre los beneficios de las actividades físico recreativas.



A divertirnos

Realiza las pausas activas de “Aprender en casa” transmitidas en TV abierta de lunes a viernes. También las rutinas de la sección Tenemos algunos video videos para ti: una rutina física y otra rutina para aprender malabares. En éste día tienes la oportunidad de realizar las actividades de las rutinas de los días pasados y repasar los malabares.



A compartir en familia

Comparte con tu familia las actividades de activación física y practiquen malabares juntos.



Tenemos algunos videos para ti.



Cariocas:
<https://youtu.be/9iVg3u4-H0U>



Educación Física en Casa | PERSISTENCIA | #21AIDía - ¿Te pasas todos los niveles?:
<https://youtu.be/KCzuBOc1XdM>

Carpeta de experiencias:
Actividad de la sección de evaluación.