

Fichas de repaso

1° de Secundaria

Semana del 18 al 22 de mayo
Día 5



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF del **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 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

· Transformar textos narrativos en dramáticos



Aprendizaje

Transformar un texto narrativo en un texto dramático.



Materiales

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



A usar tu cuaderno

En esta ocasión vas a transformar un texto narrativo en un texto dramático, ¿qué quiere decir esto? Que deberás adaptar la historia en un guion dramático, es decir, la escribirás para que pueda ser representada por actores; para lograrlo realiza las siguientes actividades.

1. Lee el siguiente texto narrativo, si gustas, puedes elegir algún otro:

ZEUS, PROMETEO, ATENEA Y MOMO
Esopo

Zeus hizo un toro, Prometeo un hombre, Atenea una casa y llamaron a Momo como juez. Momo, celoso de sus obras, empezó a decir que Zeus había cometido un error al no colocar los ojos del toro en los cuernos, a fin de que pudiera ver dónde hería y Prometeo otro al no suspender el corazón del hombre fuera de su pecho para que la maldad no estuviera escondida y todos pudieran ver lo que hay en el espíritu. En cuanto a Atenea, que debía haber colocado su casa sobre ruedas, con objeto de que, si un malvado se instalara en la vecindad, sus moradores pudieran trasladarse fácilmente. Zeus, enojado por su envidia, arrojó a Momo del Olimpo. A cualquier obra que se haga, por más perfecta que parezca, siempre alguien encontrará alguna razón para criticarla.

Así que nunca nos desanimemos por lo que juzguen de nuestras obras; nunca faltará quién le encuentre defectos.

¿Sabías que... el musical de “El Fantasma de la Opera” es el espectáculo de Broadway de más larga duración de todos los tiempos?



Abre tu libro de texto

En el tema:
Lectura, escritura y
escenificación de
obras teatrales.



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

Transformar textos narrativos en dramáticos

2. Observa las siguientes pautas que te orientarán para que puedas transformar tu texto:
 - Imagina cómo se vería la historia en una representación teatral.
 - Piensa en la manera en que los actores deben representar sus papeles y que la herramienta para lograrlo es el guion dramático.
 - ¿Cambiarás alguna de sus partes, es decir, modificarás el inicio, el desarrollo, el clímax, o el final?
 - ¿Los personajes serán los mismos, agregarás o quitarás a alguno?
 - ¿El espacio donde se desarrolla la acción será el mismo o situarás a los personajes en algún otro lugar para provocar un efecto distinto?
 - ¿En qué época estará situada?
 - ¿Habrá algún conflicto o será el mismo?
 - ¿Cómo será el desenlace?
 - Define lo que dirán los personajes.
 - ¿Qué aspectos deberán ir en acotaciones? (Indicaciones para la entrada y salida de los personajes, alguna actitud o pensamiento de algunos actores).
 - Distribuye la trama en actos y escenas.
 - Redacta un borrador de la historia.
 - Lee tu borrador en voz alta y modifica los aspectos que no te convenzan.

2. Para que tengas una idea más clara de la transformación, observa el siguiente texto narrativo y su versión en texto dramático:

EL JOVEN PASTOR ANUNCIANDO AL LOBO Esopo

Un joven pastor, que cuidaba un rebaño de ovejas cerca de una villa, alarmó a los habitantes tres o cuatro veces gritando —¡El lobo, el lobo! Pero cuando los vecinos llegaban a ayudarlo, se reía viendo sus preocupaciones. Mas el lobo, un día de tantos, sí llegó de verdad. El joven pastor, ahora alarmado, gritaba lleno de terror: —Por favor, vengan y ayúdenme; el lobo está matando a las ovejas. Pero ya nadie puso atención a sus gritos y mucho menos pensó en acudir a auxiliarlo. Y el lobo, viendo que no había razón para temer mal alguno, hirió y destrozó a su antojo todo el rebaño.

Al mentiroso nunca se le cree, aun cuando diga la verdad.



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

·Transformar textos narrativos en dramáticos

El pastor y el lobo Adaptación

Personajes
PASTORCILLO
ALDEANO 1
ALDEANO 2
ALDEANO 3

Primer acto

(En un extremo del escenario vemos el bosque y al otro extremo las casas del pueblo. Desde el bosque entra el Pastorcillo. Viene de prisa y se detiene entre los árboles y las casas).

PASTORCILLO. -(Grita, angustiado).- ¡Socorro! - ¡El lobo ataca a las ovejas! -¡Socorro, ayuda!
(Desde el pueblo entran tres aldeanos, armados con palos).

ALDEANO 1.-Tranquilo, Juan; nosotros te ayudaremos.

ALDEANO 2.- ¿Dónde está el lobo?

ALDEANO 3.-Salvaremos tu rebaño.

(De pronto, el Pastorcillo cambia de actitud y comienza a reír).

PASTORCILLO. -No hay ningún lobo. Ha sido una broma. Estaba muy aburrido, allí solo con las ovejas.

ALDEANO 1. -¿Tú eres bobo, o sólo lo pareces?

ALDEANO 2.-Esta broma no es graciosa.

PASTORCILLO. -Es que estaba aburrido.

ALDEANO 3.-Algún día nos necesitarás y no te creeremos.

(Salen los tres en dirección al pueblo).

PASTORCILLO. -No tenéis sentido del humor.

(Sale el Pastorcillo en dirección al bosque).



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

·Transformar textos narrativos en dramáticos

(El Lobo entra desde el centro. Lleva gorra de béisbol, gafas de sol y camiseta de tirantes; mira primero en dirección al pueblo y luego hacia el bosque).

PASTORCILLO. -(En off).-¡Socorro, socorro; el lobo, auxilio!

(El Lobo sale por el centro).

(Entra el Pastorcillo desde el bosque). -¡Auxilio, por favor; el lobo se come mis ovejas!

(Entran de nuevo los tres aldeanos, y como antes vienen armados con palos).

1.-Tranquilo, muchacho.

2.-Aquí estamos para ayudar.

(El Pastorcillo comienza a reír).

3. -¡Nos ha vuelto a engañar!

2. -¡Se acabó, esta es la última vez!

1. -¡Olvídate de nosotros!

(Salen los tres hacia el pueblo).

PASTORCILLO. -(Que sigue riendo).-¡Sois unos aburridos!, -¡las bromas son divertidas! (Para sí mismo). Qué panda de palurdos, siempre los engaño.

(Sale hacia el bosque).

(Desde el centro entra el Lobo. Como hiciera antes observa las casas del pueblo y luego los árboles del bosque. Sale por donde entró y aparece al poco rato con una red entre sus “manos”. Se esconde por el lugar).

PASTORCILLO. -(En off).-¡Socorro, socorro; el lobo se come a las ovejas!

(Entra el Pastorcillo).

-¡No es broma!, -¡el lobo ha llegado!



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

·Transformar textos narrativos en dramáticos

(Desde abajo, una red atrapa al pastorcillo).

- ¡Ya sé!, -¡es una broma!

(Desde abajo, entra el Lobo).

LOBO. -¿Por qué crees siempre que todo es una broma?

PASTORCILLO. -¡Socorro amigos!, -¡es verdad, el lobo ha llegado!

LOBO. -Grita más fuerte, si quieres; nadie te hará caso.

PASTORCILLO. -No te comas mis ovejas, por favor.

LOBO. -¿Por quién me tomas, atorrante? No pienso comerme tus ovejas.

PASTORCILLO. -¡Sabía que era una broma!

LOBO. -¿Qué te ha entrado a ti con las bromas? No me comeré a las ovejas, porque lo que voy a hacer es venderlas. Y con el dinero que consiga compraré unos chorizos, unas morcillas y unos chuletones al ajillo.

PASTORCILLO. -¿Estás de broma?

LOBO. -Chico, tienes un problema.

(Sale el Lobo).

PASTORCILLO. -¡Socorro!

(Se oscurece la escena y la luna aparece en el cielo).

(Desde el pueblo se escucha música).

1.-(Personas que se asoman desde las casas).-¡Viva la fiesta!

(Uno baila al son de la música, y entran los otros dos aldeanos, que también bailan).

LOS TRES. -¡Viva la fiesta!

2.-Ese tontuelo del pastor ha dejado de gritar.

3.-Se creía que íbamos a dejarnos engañar otra vez.

1.-Deberíamos invitarlo a la fiesta. Yo creo que ya habrá aprendido la lección.

2.-Bien dicho.



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

·Transformar textos narrativos en dramáticos

(Los tres se alejan de las casas en dirección al pastor, hasta que llegan hasta él).

3. -(Después de mirarlo un rato, con parsimonia).-¿Se puede saber de qué te has disfrazado?

PASTORCILLO. -El lobo me ha tendido una trampa.

1. -¿Otra vez con el lobo?

PASTORCILLO. -Esta vez no es broma. -¿No os dais cuenta de que no puedo moverme de aquí?

(Los tres aldeanos dan vueltas alrededor del otro, todavía incrédulos).

PASTORCILLO. -Sacadme de aquí, por favor.

1. -¿Qué ha pasado?

PASTORCILLO. -El lobo se ha llevado a todas las ovejas.

2. -¡No es posible!

(Salen los aldeanos en dirección al bosque).

PASTORCILLO. -¡Pero sacadme de aquí! (Intenta quitarse la red de encima, pero sólo consigue caer al suelo con gran estrépito).

(Entran los aldeanos).

1.-Las ovejas han desaparecido.

2.-Y el pastor también.

PASTORCILLO. -(Que se levanta del suelo). Es que me he caído.

2.-No queda ni una oveja.

PASTORCILLO. -Llevo horas gritando.

3.-La culpa es tuya. De tanto engañarnos, terminamos por no creerte.

2.-Habrás aprendido la lección. Una broma puede ser divertida, pero las cosas importantes no son cosa de broma.

1.-Y ya es tarde para organizar una batida. El lobo estará lejos.

(2 intenta sacar al pastorcillo de la red, pero sólo consigue enredarse también él. 1 intenta sacar a los otros dos, pero termina también en la trampa).

3.--¿Se puede saber qué estáis haciendo?

2.-Esta trampa está bien pensada.

3.-Los que no estáis bien pensados sois vosotros tres.



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

·Transformar textos narrativos en dramáticos

(3 ayuda a los otros a salir del lío).

3.-Volvamos al pueblo.

PASTORCILLO. -Qué desastre, lo he perdido todo por una broma.

1.-Por una broma no, sino por ser más tonto que un haba.

(Salen los cuatro en dirección al pueblo).

FIN

4. Reflexiona sobre las siguientes preguntas:

- ¿Qué te pareció la adaptación del texto?
- ¿La secuencia de acontecimientos es lógica y coherente?
- ¿Los diálogos y acciones de los personajes son claros?
- ¿Consideras que las acotaciones están bien aplicadas?
- ¿Qué le cambiarías a esta adaptación?
- ¿Cuáles consideras que son los cambios más complicados de realizar de un texto a otro?

4. Inicia la adaptación de tu texto.



Ficha 1. Lenguaje y comunicación

· Transformar textos narrativos en dramáticos



Evaluación

1. Realiza la adaptación de un texto narrativo a un texto dramático; puedes utilizar el que aquí se te propone o trabajar con el que consideres más adecuado.
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

- Adame, M., et al. (2018). *Lengua Materna. Español 1. México*. Recuperado el 11 de mayo de 2020, de <https://libros.conaliteg.gob.mx/S00394.htm?#page/259>
- Esopo. (s/a). *Obras clásicas de siempre*. Instituto Latinoamericano de la Comunicación Educativa ILCE. Recuperado el 11 de mayo de 2020, de <http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/Colecciones/CuentosMas/Esopo.pdf>
- National Geographic en Español. *10 datos curiosos sobre la historia del teatro*. (2020). Recuperado el 11 de mayo de 2020, de <https://www.ngenespanol.com/el-mundo/datos-curiosos-historia-del-teatro/>

Carpeta de experiencias:

Actividades de la sección de evaluación.



A compartir en familia

- Comenta con los miembros de tu familia lo que aprendiste sobre adaptar un texto narrativo en dramático.
- Comparte con ellos tu adaptación y escucha sus comentarios.



Tenemos algunos videos para ti.



Adaptación de cuentos y novelas a guiones teatrales:
https://www.youtube.com/watch?v=MJ44WnuJ_Pw



Adaptar una obra de teatro clásico al contexto actual:
https://www.youtube.com/watch?v=2ykg_DfKUA4



Ficha 2. Pensamiento matemático

Aplicando lo aprendido 1



Aprendizaje

Obtener una cantidad conociendo una parte de ella y el porcentaje que representa.



Materiales

- Cuaderno.
- Libro de texto.
- Lápiz.
- Calculadora.



A usar tu cuaderno

Ahora ha llegado el momento de aplicar nuestros conocimientos adquiridos en estos días. Resolveremos actividades donde sea necesario calcular porcentajes haciendo uso de la regla de tres simple.

- En una escuela hay 1200 alumnos inscritos, de los cuales se dieron de baja el 3%, por diversos motivos. ¿Cuántos alumnos terminaron el ciclo escolar?
- En una fábrica se elaboran 800 botellas de plástico al día, si aumentan a 1000 botellas diarias ¿de qué porcentaje fue el incremento?
- Una computadora laptop tiene un precio de \$5400.00 más IVA. Si dicho impuesto es del 16% ¿cuál es el precio final de dicho equipo?
- El mundialmente conocido Estadio Azteca contaba originalmente con un aforo para 110,000 espectadores, pero, con las últimas remodelaciones, hoy en día cuenta con una capacidad para 87,000 espectadores. ¿Qué porcentaje de su capacidad original disminuyó dicho estadio?
- Para la preparación de una gelatina se invierten \$100.00, si se desea tener una ganancia del 25% ¿cuál será el precio de venta de dicha gelatina?

¿Sabías que... en la carrera de contabilidad se aplica en gran medida el manejo de la regla de tres?



Abre tu libro de texto

Consulta tu libro de texto gratuito en el tema Regla de tres o Porcentajes.



Ficha 2. Pensamiento matemático

Aplicando lo aprendido 1



Evaluación

1. Actividades propuestas resueltas en la libreta.



Para aprender más

- Carreon, D. (2020). PORCENTAJES Súper fácil | para principiantes. Recuperado el 12 de mayo de 2020, de <https://www.youtube.com/watch?v=ETvdnLWIFhU>



A divertirnos

¿Recuerdas la receta de pastel en frío? Sí, aquella que estudiamos en sesiones anteriores. Imagina que lo vas a preparar para venderlo a tus amistades con una ganancia del 20%. Investiga el costo de la materia prima para su elaboración, ¿cuál sería su precio de venta?



A compartir en familia

Pide a algún familiar que te ayude a consultar los costos de los ingredientes para la elaboración del pastel y que te indique si considera que el precio de venta es razonable o si está muy alto o bajo.

Carpeta de experiencias:

Actividades de la sección de evaluación.



Ficha 3. Cuidado de la salud

Creencias falsas sobre la sexualidad



Aprendizaje

Discriminar, con base en argumentos fundamentados científicamente, creencias e ideas falsas asociadas con la sexualidad.



Materiales

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



A usar tu cuaderno

Lee el siguiente texto:

A lo largo de la historia se han ido estableciendo distintas creencias en torno a la sexualidad. Algunas se fueron desestimando con los avances científicos pero otros supuestos han quedado fuertemente instalados en la cultura, provocando malestar, angustia, disfunciones sexuales, problemas de pareja, entre otros.

No es posible en este espacio abordar todas las creencias falsas, por lo tanto, en esta selección se tendrán en cuenta las que se encuentran más firmemente arraigadas:

- La masturbación solo se relaciona con hombres solteros: el placer de la autoestimulación es un factor importante de la sexualidad de las personas y un punto fundamental de aprendizaje, aprender cómo llegar al orgasmo y qué le gusta a uno mismo para poder transmitirlo a la pareja. Tanto disfrutaban de la masturbación los niños como los adultos, hombres y mujeres, en etapa de soltería como en pareja.
- El orgasmo femenino debe darse mediante la penetración: el punto de mayor placer y terminaciones nerviosas con respecto al sexo es el clítoris, no la vagina. La antigua creencia de que existen dos orgasmos, clitoriano y vaginal, produce en muchos casos preorgasmia (dificultad de llegar al orgasmo) en las mujeres. Por cuestiones anatómicas es necesario en el 75% de las mujeres que haya, además de la penetración, estimulación en el clítoris para llegar al orgasmo.
- El tamaño del pene importa: relacionada a la creencia falsa anterior, en este mismo sentido es más importante una buena estimulación, besos y caricias en el lugar indicado que un pene de tamaño grande. El tamaño del pene no es proporcional al placer sexual.

¿Sabías que... la equidad de género permite brindar a las mujeres y a los hombres, las mismas oportunidades, condiciones y formas de trato, que permitan y garanticen el acceso a los derechos que tienen como ciudadanos?



Abre tu libro de texto

En el tema:
Reconocimiento de mitos comunes asociados con la sexualidad.



Ficha 3. Cuidado de la salud

Creencias falsas sobre la sexualidad

- Sacar el pene de la vagina antes de eyacular impide la fecundación: creencia errónea, ya que el líquido pre-seminal que se libera en la excitación masculina posee espermatozoides que son factibles de producir la fecundación. No sólo se puede quedar embarazada, sino que también es posible la infección de enfermedades de transmisión sexual si no se usa el preservativo correctamente desde el principio de la relación sexual.
- Es necesaria la erección para poder disfrutar una relación sexual: que, en algunos casos, por cansancio o stress no haya una erección adecuada para la penetración no tiene por qué ser vivido como un problema. Una buena relación sexual va más allá que un par de centímetros, tenemos todo nuestro cuerpo y mente para disfrutar con el otro. ¿Si no hay erección ocasional, con qué otra cosa podemos ser creativos?
- La relación sexual se debe dar naturalmente: en el momento que creemos que debemos saberlo todo, nos limitamos un aspecto fundamental como es la capacidad de aprendizaje y el poder comunicar nuestros gustos y deseos al otro. No somos todas las mujeres iguales, ni a todos los hombres les gusta lo mismo, es importante permitirnos explorar y sorprendernos con lo que le gusta a nuestro compañero/a y con lo que nos gusta a nosotros.
- Una buena relación sexual implica que las partes lleguen al orgasmo al mismo tiempo: una vez más, la exigencia por querer acomodar el orgasmo a un parámetro puede hacer que se interrumpa el fluir de la experiencia sexual y se escape el placer.

Sostener creencias falsas con respecto a la sexualidad genera múltiples consecuencias o manifestaciones, una de las principales tiene que ver con las disfunciones sexuales. Generarse exigencias desde estos supuestos falsos produce que la persona esté más pendiente de su performance que de sentir placer y conectarse con el otro, se encuentra observándose y exigiéndose hacer o lograr como “cree” que deben darse las cosas. Esto nos puede llevar a no vivir la sexualidad como placentera. Vivirla con culpa, ansiedad y malestar como consecuencia de los mitos que circulan, los cuales no siempre imparten valores positivos. Así mismo, frente al desconocimiento la persona queda más expuesta a enfermedades de transmisión sexual o embarazos no deseados, ya que en muchos casos la información que circula entre los pares no es correcta y eso lleva a la confusión y poco cuidado de uno mismo y del otro. ¿Cuál de estas creencias te llamó la atención? ¿Encontraste alguna en la que tu creías? ¿Qué otros supuestos falsos crees que circulan por ahí?



Ficha 3. Cuidado de la salud

Creencias falsas sobre la sexualidad



Evaluación

A partir del texto y el video:

En tu cuaderno:

1. Escoge 5 creencias acerca de la sexualidad que más llamaron tu atención.
2. Realiza un cuadro comparativo, anota tu opinión y pregunta a tus papás qué opinan de ellas, anota.



Para aprender más

- Díaz, L. (2017). *Creencias falsas sobre la sexualidad*. Recuperado el 11 de mayo de 2020, de <https://www.psyciencia.com/creencias-falsas-sobre-la-sexualidad/>



Carpeta de experiencias:

Actividades propuestas en la sección de evaluación.



A compartir en familia

Pide a tus papás que opinen de las 5 creencias acerca de la sexualidad que escogiste.



Tenemos algunos videos para ti.



Falsas creencias:

https://www.youtube.com/watch?v=A6O053fj_e8



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La mediación en la resolución de conflictos



Aprendizaje

Comprender los elementos que intervienen en un conflicto y crea las condiciones básicas para solucionarlo.



Materiales

- Cuaderno.
- Lápiz.



A usar tu cuaderno

1. Lee el siguiente texto:

¿Qué es la mediación?

El conflicto es un acto natural e inherente al ser humano en el cual se interponen intereses entre dos o más partes. Dependiendo de sus protagonistas, será el impacto que tendrá el conflicto. Es importante resaltar, que el conflicto no necesariamente es una situación violenta, puede ser una negociación que permita inspirar a una evolución positiva de una sociedad.

Se propone que consultes la siguiente liga:

<https://www.youtube.com/watch?v=c7PXzVKGUEU> ya que se presenta una situación de conflicto familiar, que al darse cuenta de que no logran resolver el problema deciden acudir a un mediador, quien les pregunta:

- ¿Cuál es el conflicto?
- ¿Cuál es la postura y actitud de cada una?
- ¿Cuáles son los motivos por los que no aceptan la propuesta de la otra?
- ¿Qué alternativas se tienen para resolver el conflicto?

2. Podrás notar que un conflicto es un desacuerdo en donde se requiere una mediación porque en ocasiones las partes involucradas no logran resolver. Para resolver un conflicto se requiere priorizar la capacidad de diálogo, una comunicación efectiva, el respeto a las distintas posturas y el ejercer la empatía.

¿Sabías que... en la mediación debe estar presente el diálogo, la comunicación y la empatía?



Abre tu libro de texto

En el tema:
Mediación en la resolución de conflictos.



Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=c7PXzVKGUEU>



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La mediación en la resolución de conflictos

3. Completa el siguiente cuadro a partir de la información que aparece en el video:

| |
|----------------------|
| Describe el problema |
| |

| ¿Quiénes son los personajes en conflicto? | ¿Cuál es el planteamiento? | ¿Qué proponen? |
|---|----------------------------|----------------|
| Susana | | |
| Margarita | | |

| Mediadora | Describe las acciones que llevó a cabo la mediadora para lograr un acuerdo |
|-----------|--|
| | |



Ficha 4. Convivencia sana y civismo

La mediación en la resolución de conflictos



Evaluación

1. Elabora el cuadro comparativo que describe cada una de las etapas de la resolución de conflictos, a partir de un ejemplo.



A compartir en familia

Presenta a tus familiares el caso y toma nota de sus comentarios.

Carpeta de experiencias:
Actividades sugeridas en la sección de evaluación.



Tenemos algunos videos para ti.



Teoría del Conflicto EDS:
<https://www.youtube.com/watch?v=mwe26hbuns>



Etapas del conflicto:
<https://www.youtube.com/watch?v=c7PXzVKGUEU>



Ficha 5. Historia

Cambios sociales e instituciones contemporáneas



Aprendizaje

Identificar el armamentismo como parte de la confrontación de los bloques y reflexionar sobre el peligro nuclear.



Materiales

- Cuaderno.
- Mi libro de historia.
- Hojas blancas o de color.
- Colores.
- Lápiz.



Tenemos algunos videos para ti.



A usar tu cuaderno

En una hoja blanca o de color, elabora un cuadro comparativo en el que identifiques una lista de los países que crearon armas nucleares en el periodo de la Guerra Fría, también señala cuáles fueron las armas que construyeron y que pusieron en peligro nuclear al mundo y cómo podrías promover la resolución de conflictos armamentistas (campaña). Pega el cuadro en tu cuaderno.



A compartir en familia

Presenta a tus familiares la campaña que diseñaste de promoción para la resolución de conflictos, preséntaselas como si fuera a tus compañeros de la escuela.



Carrera Armamentista -Guerra Fría - Santiago Alvarado:

https://www.youtube.com/watch?v=EovS8_G5f4Q

¿Sabías que... la Guerra Fría se caracterizó por la lucha ideológica, económica y armamentista?



Abre tu libro de texto

En el tema:
Carrera armamentista, la guerra fría.

Carpeta de experiencias:

Actividades sugeridas en la sección A usar tu cuaderno.



Ficha 6. Geografía

Distribución de regiones pesqueras



A usar tu cuaderno



Aprendizaje

Conocer la distribución de regiones pesqueras en el mundo y su importancia económica.

¿Cada cuándo consumes productos del mar? En México, la sardina y el atún son dos productos de los más consumidos. Se estima que el 20% de la proteína animal, que se consume en el mundo, proviene de la pesca, pudiendo aumentar en zonas costeras. Cuando hay escasez, la pesca puede contribuir a resolver este problema con mayor rapidez ya que no involucra siempre procesos de crianza ni cultivo.

La actividad pesquera en nuestro país tiene un gran potencial pues cuenta con una enorme cantidad de kilómetros de litoral; algunos países del mundo no tienen esta fortuna de contar con límites en el mar, por ejemplo: Bolivia, Paraguay, Mongolia, Suiza, Hungría, Austria, Afganistán, etc. Además, por los litorales de México pasan corrientes marinas importantes tanto cálidas (la del Golfo) como frías (la de California).

Empero, otras circunstancias impiden que nuestro país sea una potencia pesquera como lo son Japón o Noruega. Hay escasa inversión en el sector, por lo que hay flotas pesqueras antiguas, con tecnología ya obsoleta. También, los centros de consumo más grandes no están cerca de las costas, por lo que se encarecen los productos pesqueros al tener que utilizar transportes con refrigeración.

Por esto, en México se practica una pesca ribereña, también de agua dulce (en los lagos) y está orientada al autoconsumo. Por otro lado, la pesca para ser comercializada se lleva a cabo en tres regiones en las que se divide el país:

- La que comprenden los litorales del Océano Pacífico.
- Las de las entidades que tienen costas con el Golfo de México.
- Las entidades que no tienen costas, pero cuentan con lagos en su territorio.

GEOGRAFÍA. González Alejo Ana Laura, et al. Ed. EK Editores. México, 2018.
GEOGRAFÍA. *Cayuela Gally, Montserrat, et, al.* Ed. Santillana. México 2018.

¿Sabías que... para la actividad pesquera, México cuenta con más de 11 mil kilómetros de litoral para realizarla?



Abre tu libro de texto

En el tema:
Distribución de regiones pesqueras



Materiales

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



Ficha 6. Geografía

Distribución de regiones pesqueras

Observa con cuidado el siguiente mapa y contesta las preguntas posteriores:



GEOGRAFÍA. Cayuela Gally, Montserrat, et, al. Ed. Santillana. México 2018.

De acuerdo con la información del mapa, ¿qué entidad entre Jalisco y Michoacán produce atún? Puedes utilizar un mapa de división política de México.

Respuesta: _____

De acuerdo con la información del mapa, ¿cuáles son dos entidades del litoral del Golfo que producen carpa?

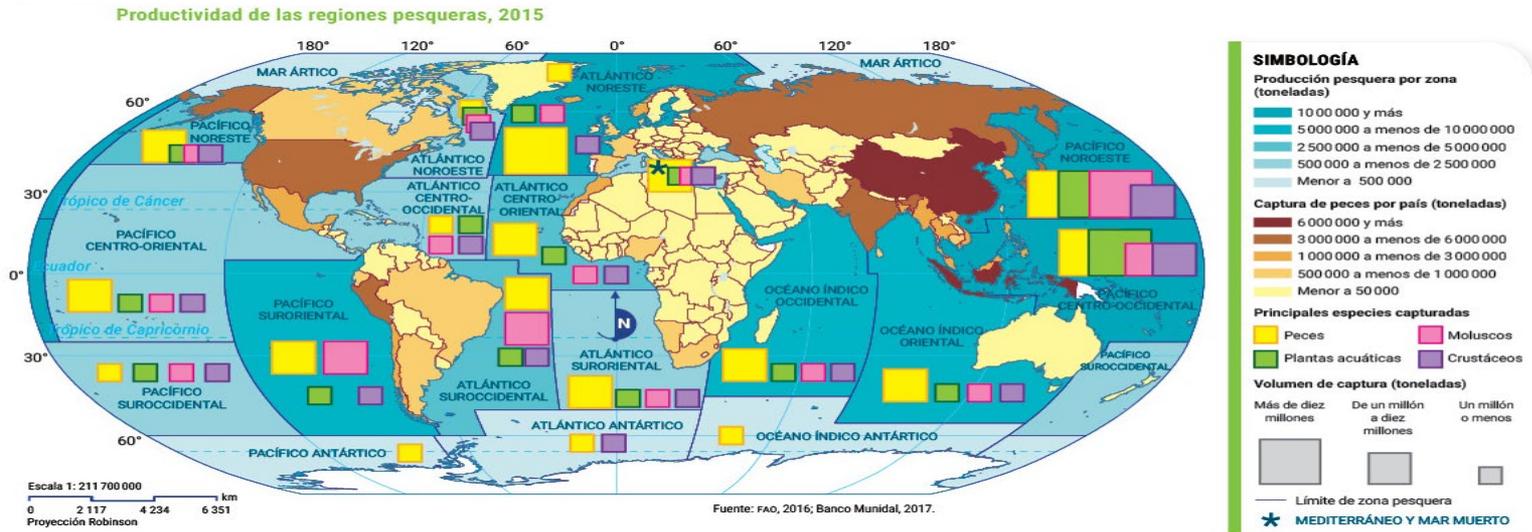
Respuesta: _____ y _____



Ficha 6. Geografía

Distribución de regiones pesqueras

Observa con atención el mapa y contesta las preguntas:



GEOGRAFÍA. González Alejo Ana Laura, et al. Ed. EK Editores. México, 2018.

¿Cuáles dos países sobresalen en el continente asiático en la captura de peces por país (toneladas)? Puedes utilizar un mapa de división política.

Respuesta: _____ y _____.

¿Cuáles dos países sobresalen en el continente americano en la captura de peces por país (toneladas)?

Respuesta: _____ y _____.

De acuerdo al volumen de captura (toneladas), ¿en qué océano se da la mayor captura?

Respuesta: _____.



Ficha 6. Geografía

Distribución de regiones pesqueras



Evaluación

Contesta correctamente las preguntas que se hicieron.



Para aprender más

- Cayuela, M., et al. (2018). *Geografía*. Recuperado el 10 de mayo de 2020, de <https://libros.conaliteg.gob.mx/S00323.htm>
- González, A., et al. (2018) *Geografía. Secundaria. Serie Aprender a ser*. Recuperado el 10 de mayo de 2020, de <https://libros.conaliteg.gob.mx/S00321.htm>



A compartir en familia

- Diles a tus papás de la importancia de consumir más productos del mar para aumentar las proteínas en toda la familia.
- Cuando te reincorpores a clases compártela con tus compañeros y profesor o profesora de la asignatura de Geografía.

Carpeta de experiencias:

Actividades de la sección de evaluación.



Tenemos algunos videos para ti.



54. La actividad pesquera en México:
<https://www.youtube.com/watch?v=FYmpSs88kOI>



Ficha 7. Educación física

Ocio, tiempo libre y recreación

¿Sabías que... el entrenamiento funcional es para todos?



Aprendizaje

Manifiestar su potencial al planificar y participar en actividades físicas vinculadas con la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo.



Materiales

- Cuaderno.
- Bolígrafo.
- TV .
- Dispositivo para acceder a Internet.
- Ropa cómoda.
- Agua para hidratación.
- Un par de bancos o sillas fuertes.



A usar tu cuaderno

Realiza la lectura:

Entrenamiento funcional

¿En qué consiste? Lo que buscad el entrenamiento funcional es conseguir una rutina de ejercicios que sea útil a cualquier persona, sea deportista o no. El entrenamiento funcional es un tipo de entrenamiento que modifica los objetivos tradicionales del entrenamiento clásico, que solían ser o los del alto rendimiento deportivo para deportistas de élite, por lo que el entrenamiento de fuerza que éstos empleaban tenía como objetivo lograr las mejores condiciones corporales para la competición en las diferentes disciplinas, o bien los de la musculación tipo culturismo, cuyo objetivo central era conseguir el máximo desarrollo del músculo con un enfoque más estético que funcional. En cambio, el entrenamiento funcional lo que busca es conseguir una rutina de ejercicios que sea útil a cualquier persona, sea deportista o no, y que estos entrenos le ayuden a estar en forma para su día a día.

CARACTERÍSTICAS

El entrenamiento funcional debe perseguir el objetivo de ser útil para cualquier usuario, que le ayude a ser más eficiente y saludable en los movimientos de su día a día.

El entrenamiento funcional busca trabajar los músculos a través de la imitación de la cotidianidad, es decir, que los ejercicios que se desarrollen repitan parámetros similares a los de determinados movimientos cotidianos, como caminar, saltar, subir escaleras, levantar cargas, arrastrar, etc.

Para que se pueda considerar un entrenamiento como funcional, éste debe ser capaz de involucrar a todos los músculos del cuerpo y los ejercicios no deben trabajar los músculos de forma aislada.



Recuperado de: <https://www.sportlife.es/entrenar/fitness/articulo/entrenamiento-funcional-en-que-consiste>



Ficha 7. Educación física

Ocio, tiempo libre y recreación



Evaluación

Escribe en el cuaderno las respuestas al siguiente cuestionario:

1. ¿Qué es el entrenamiento funcional?
2. ¿Cuáles son las características del entrenamiento funcional?



Para aprender más

- Castillo, L. (2018). *Entrenamiento funcional: ¿en qué consiste?*. Recuperado el 11 de mayo de 2020, de <https://www.sportlife.es/entrenar/fitness/articulo/entrenamiento-funcional-en-que-consiste>



A divertirnos

Realiza las pausas activas de “Aprender en casa” transmitidas en TV abierta de lunes a viernes. El reto es realizar las siguientes actividades de condición física en casa que aparecen las imágenes y que son entrenamientos funcionales. Los videos que se presentan son entrenamientos funcionales diferentes a las imágenes y son todo un reto.

APRENDÍZ DE GORILA

DECALISTENIA.BIZ

PECHO - TRÍCEPS

10



FLEXIONES DIAMANTE

15



FONDOS EN BANCO

FÁCIL

10



FONDOS ELEVADOS EN BANCO

INICIO

10



FLEXIONES DE CODO ESTÁNDAR



SERIES 3

1:30 MIN DESCANSO ENTRE SERIES
 30 SEG DESCANSO ENTRE EJERCICIOS



A compartir en familia

Comparte con tu familia las actividades de activación física y practiquen el entrenamiento funcional.

Carpeta de experiencias:
Actividad de la sección de evaluación.



Tenemos algunos videos para ti.



Cardio trainnig to burn fat at home:
<https://www.youtube.com/watch?v=N3cmWWnvnMU&feature=youtu.be>