



# Propuestas de actividades para reforzar los Aprendizajes Esperados durante el aislamiento preventivo

(preescolar, primaria y secundaria)

## Acompañamiento de las familias a los estudiantes

### Introducción

Dadas las diversas acciones establecidas por el Gobierno de México para contener y prevenir el contagio del COVID-19 (ACUERDO número 02/03/20), la Secretaría de Educación Pública pone a disposición de las familias diversos recursos para dar continuidad a los estudios de las niñas, los niños y adolescentes de educación básica que se encontrarán en sus casas debido al aislamiento preventivo. En este documento las familias encontrarán propuestas de actividades para reforzar el aprendizaje de niñas, niños y adolescentes, las cuales podrán ser acompañadas por cualquier miembro de la familia que esté a cargo del cuidado de los estudiantes durante este periodo de contingencia.

### Objetivo:

Las y los estudiantes desarrollarán una serie de actividades que les ayuden a reforzar sus aprendizajes de manera remota, con el acompañamiento de sus familias, a través de actividades cotidianas, que puedan realizarlas en casa.

## Quinto y sexto

LENGUA MATERNA. ESPAÑOL	APRENDIZAJE ESPERADO	ACTIVIDADES
Quinto grado y Sexto grado	Interpreta la información contenida en gráficas y tablas de datos	
	Integra varios párrafos en un solo texto, manteniendo su coherencia y cohesión.	
	Emplea conectivos lógicos para ligar los párrafos de un texto.	
	Organiza un texto por secciones temáticas.	
MATEMÁTICAS	APRENDIZAJE ESPERADO	ACTIVIDADES
Quinto grado y Sexto grado	Resuelve problemas que implican leer o representar información en gráficas de barras	<p><b>¿Sabes qué hacer?</b></p> <p><i>Propósito:</i> Se trata de que los estudiantes se informen acerca del virus COVID-19 e investiguen qué tanto sabe las personas que les rodean sobre este tema.</p> <p><i>Materiales:</i> Hojas cuadrículadas y lápices de colores, computadora</p>

		<p><i>Desarrollo:</i> Los estudiantes exploran la página <a href="https://www.gob.mx/salud">https://www.gob.mx/salud</a> Consultada 17 de marzo de 2020, para informarse sobre la pandemia del coronavirus COVID-19; particularmente buscará información respecto a tres preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué es el coronavirus COVID-19?</li> <li>2. ¿Cuáles son los síntomas de contagio del coronavirus COVID-19?</li> <li>3. ¿Cuáles son las medidas de prevención de contagio?</li> </ol> <p>Posteriormente, hacen una encuesta a personas cercanas a ellos, ya sea familiares o amigos, con las mismas tres preguntas y registran las respuestas en su cuaderno; con esos datos realizan una gráfica de barra que podrá compartir con las personas encuestadas.</p>
Explica las similitudes y diferencias entre el sistema decimal de numeración y un sistema posicional o no posicional.	<p><b>¿Qué diferencias hay?</b></p> <p><i>Propósito:</i> Se trata que los estudiantes amplíen su conocimiento sobre los símbolos y valores del sistema de numeración maya.</p> <p><i>Desarrollo:</i> Esta actividad se realiza a partir del recurso informático que se encuentra en la dirección electrónica: <a href="http://www.aprende.edu.mx/recursos-educativos-digitales/recursos/sistema-numeracion-maya-43.html">http://www.aprende.edu.mx/recursos-educativos-digitales/recursos/sistema-numeracion-maya-43.html</a> consultada el 16 de marzo de 2020.</p> <p>El trabajo consiste en explorar la página para conocer y usar los signos del sistema de numeración maya, así como analizar las diferencias de este sistema respecto al decimal.</p>	
Explica las características de diversos cuerpos geométricos (número de caras, aristas, etc.) y usa el lenguaje formal.	<p><b>Adivinanzas</b></p> <p><i>Propósito:</i> La idea es que los estudiantes describan por escrito las características de poliedros diversos.</p> <p><i>Materiales:</i> Cajas de diferentes tamaños (medicinas, cereales, zapatos, etc.), hojas blancas, lápiz.</p> <p><i>Desarrollo:</i> La actividad se puede desarrollar al menos con dos personas. Tres o cuatro cajas se ponen a la vista de los participantes. Cada uno elige una caja sin decir al contrincante de cuál se trata, se lo hará saber a través de su descripción escrita. Se puede mencionar: cuantas caras tiene, cuál es su forma o formas, cuántas aristas y vértices se identifican, incluso, se pueden mencionar medidas. Por cada característica correcta, el escritor gana un punto, por ello es importante que la descripción sea lo más detallada posible.</p>	

	Resuelve problemas que implican identificar la regularidad de sucesiones con progresión aritmética, geométrica o especial.	<p><b>Más sobre las sucesiones</b></p> <p><i>Propósito:</i> La idea es que los estudiantes amplíen su conocimiento sobre las sucesiones a partir de la consulta de un recurso digital.</p> <p><i>Materiales:</i> Computadora, cuaderno, lápiz. Los espacios que se proponen son:</p> <p><a href="https://es.khanacademy.org/math/algebra/x2f8bb11595b61c86:sequences/x2f8bb11595b61c86:introduction-to-arithmetic-sequences/a/introduction-to-arithmetic-sequences">https://es.khanacademy.org/math/algebra/x2f8bb11595b61c86:sequences/x2f8bb11595b61c86:introduction-to-arithmetic-sequences/a/introduction-to-arithmetic-sequences</a></p> <p><a href="https://es.khanacademy.org/math/algebra/x2f8bb11595b61c86:sequences/x2f8bb11595b61c86:introduction-to-arithmetic-sequences/e/arithmetic_sequences_1">https://es.khanacademy.org/math/algebra/x2f8bb11595b61c86:sequences/x2f8bb11595b61c86:introduction-to-arithmetic-sequences/e/arithmetic_sequences_1</a></p> <p>Consultados 17 de marzo de 2020</p> <p><i>Desarrollo:</i> Los estudiantes exploran los espacios virtuales sugeridos, toman notas sobre lo que consideren que puede ampliar su conocimiento sobre las sucesiones con progresión aritmética y resuelven ejercicios.</p>
<b>CIENCIAS NATURALES</b>	<b>APRENDIZAJE ESPERADO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>
Quinto grado y Sexto grado	Explica el funcionamiento de un circuito eléctrico a partir de sus componentes, como conductores o aislantes de la energía eléctrica.	<p>Dibuja y describe cómo piensas que se enciende un foco utilizando una pila y alambre, después arma el dispositivo propuesto. Revisa en tu libro de texto de Ciencias Naturales la página 114, y compara tus ideas. Anota tus explicaciones acerca del funcionamiento del circuito eléctrico para producir luz y calor. También puedes apoyarte en la información proporcionada en el video “Circuito eléctrico para niños de primaria” en la página <a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=6&amp;v=04-JzrwRE2s&amp;feature=emb_title">https://www.youtube.com/watch?time_continue=6&amp;v=04-JzrwRE2s&amp;feature=emb_title</a>. Consultado 16 de marzo de 2020.</p> <p>Además, identifica y clasifica materiales conductores y aislantes de la electricidad, a partir de realizar la actividad propuesta en tu libro en la página 115. Reflexiona respecto a al aprovechamiento de los conductores en extensiones, interruptores y contactos eléctricos, así como la importancia de los aislantes en herramientas y equipo para prevenir accidentes.</p>

	<p>Describe las características de los componentes del Sistema Solar.</p>	<p>Para saber acerca de los componentes del Sistema Solar: Sol, planetas, satélites y asteroides, visita el sitio de la NASA en <a href="https://spaceplace.nasa.gov/menu/solar-system/sp/">https://spaceplace.nasa.gov/menu/solar-system/sp/</a>, consultado 16 de marzo de 2020, donde encontrarás información acerca de su forma, ubicación, tamaño y movimiento. También podrás conocer sobre los avances tecnológicos que han permitido obtener información de las características del Sol y los planetas.</p> <p>Te sugerimos que, con materiales de reúso, construyas modelos que te ayuden a representar y explicar a tus familiares la organización del Sistema Solar. Es importante que tengas presente las escalas de los componentes del Sistema Solar (tamaños y distancias).</p> <p>En tu libro de Ciencias Naturales encontrarás información y actividades complementarias, páginas 131 a 147.</p>
	<p>Argumenta las implicaciones del aprovechamiento de fuentes alternativas de energía en las actividades humanas, y su importancia para el cuidado del ambiente.</p>	<p>Investiga acerca de las fuentes alternativas de energía como la solar, eólica y geotérmica, cuáles ya se aprovechan en el país y qué otras pueden aprovecharse, para ello, puedes revisar la información que se presenta en la página <a href="https://energia-ecologica.com/energias-renovables/tipos-de-energias-renovables/">https://energia-ecologica.com/energias-renovables/tipos-de-energias-renovables/</a>. Consultado 16 de marzo de 2020.</p> <p>Elabora una tabla con sus principales diferencias, así como las ventajas de su uso. Compara el costo económico y ambiental del uso de fuentes alternativas de energía con aquellas en que se utilizan recursos naturales no renovables, como el petróleo o el gas, a partir de las tecnologías actuales. Puedes apoyarte en el video “Energías renovables y no renovables” en la página <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Og6ClHyeaBs&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=Og6ClHyeaBs&amp;feature=emb_logo</a>. Consultado 16 de marzo de 2020.</p> <p>En el libro de texto de Ciencias Naturales, páginas 134 a 139, encontrarás información complementaria.</p>

	Describe los componentes básicos del Universo y argumenta la importancia de las aportaciones del desarrollo técnico en su conocimiento.	<p>Para saber acerca de los componentes del Universo, visita el sitio de la NASA en <a href="https://spaceplace.nasa.gov/sp/menu/solar-system/">https://spaceplace.nasa.gov/sp/menu/solar-system/</a>, consultado 16 de marzo de 2020, donde encontrarás información acerca de galaxias, estrellas, planetas, satélites y cometas.</p> <p>Realiza junto con tus familiares la actividad “El contador de estrellas” que se encuentra en la página 151 de tu libro de Ciencias Naturales.</p> <p>Busca información acerca de los satélites artificiales, las estaciones y sondas espaciales como avances tecnológicos que permiten conocer más el Universo. Puedes apoyarte en el libro de texto de Ciencias Naturales, de las páginas 134 a 139.</p>
<b>FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA</b>	<b>APRENDIZAJE ESPERADO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>
Quinto y Sexto grado	Emplea prácticas democráticas para favorecer la toma de acuerdos en los contextos donde se desenvuelve.	<p>Consulten en su libro de texto de Formación Cívica y Ética de 5° grado, la lección 13, analicen el mapa conceptual de las características de las normas y los acuerdos democráticos.</p> <p>Dialoguen acerca de ¿En qué lugares se pueden establecer acuerdos democráticos? ¿Qué acuerdos democráticos podemos establecer en casa para cuidar nuestra salud durante la contingencia por el coronavirus?</p> <p>Consulten las formas de tomar acuerdos democráticos, por consenso o votación, en la misma lección 13 de su libro de Formación Cívica y Ética.</p> <p>Observen el video “Normas y Acuerdos democráticos” en <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ill64GC-Yv8">https://www.youtube.com/watch?v=ill64GC-Yv8</a> [Consultado el 16 de marzo de 2020]</p> <p>Con los integrantes de su familia elaboren acuerdos para cuidar su salud en casa durante esta contingencia por el coronavirus, utilicen procedimientos democráticos.</p>

	<p>Describe situaciones en las que se protegen y defienden los derechos humanos.</p>	<p>Consulten la página de la Comisión Nacional de Derechos Humanos, elijan uno de los juegos que está en el sitio:  <a href="https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/car-ninos-ninas-adolescentes.pdf">https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/car-ninos-ninas-adolescentes.pdf</a>          Descarguen el juego y pónganlo en práctica, en la página pueden encontrar: un memorama, serpientes y escaleras, rompecabezas, domino, entre otros.          Consulten el cartel derechos de niñas, niños y adolescentes en  <a href="https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/car-ninos-ninas-adolescentes.pdf">https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/car-ninos-ninas-adolescentes.pdf</a>          Dialoguen acerca de algunos ejemplos en los que se ejercen los derechos de niñas, niños y adolescentes. Hablen acerca de la pandemia de coronavirus, y de cómo el resguardarse en casa es una medida que protege el derecho a la salud de niñas, niños y adolescentes.</p>
	<p>Explica los mecanismos de participación ciudadana que fortalecen la vida democrática.</p>	<p>Consulten en su libro de texto de Formación Cívica y Ética de Quinto Grado, la lección 13. Derechos y responsabilidades de la ciudadanía, la sección <b>Para aprender</b>, analicen sobre los asuntos de interés común que demandan la participación social. Lean y comenten lo que significa participar en la sección palabras claras. Escojan dos asuntos de interés común que se mencionan en el esquema y describan un ejemplo de participación ciudadana. Por ejemplo, describan cómo participan las personas del lugar donde viven en el cuidado de la salud de todos, ateniendo las medidas para evitar el contagio por la epidemia de coronavirus. Pueden hacer un dibujo, escribir una historia o presentar una noticia de alguna página electrónica.          Observa el video “Participación ciudadana” en <a href="https://youtu.be/JkORxPKn9mE">https://youtu.be/JkORxPKn9mE</a>          [Consultada el 17 de marzo de 2020]          Comenten ¿De qué manera pueden intervenir los ciudadanos en las decisiones de sus gobernantes?          Consulten su libro de Formación Cívica y Ética de Sexto grado la lección 16, observen detalladamente el esquema acerca de los Mecanismos de participación ciudadana en la democracia: voto, consulta popular, rendición de cuentas, referéndum y plebiscito, iniciativas y propuestas ciudadanas. Escojan uno de los mecanismos y busquen más información en internet.</p>

		<p>Elaboren una propuesta para usar el mecanismo de participación en el lugar donde viven, por ejemplo, piensen en un asunto de su comunidad que les gustaría someter a consulta, describan por escrito o en un dibujo cómo pueden aplicar el mecanismo de participación democrática.</p>				
	<p>Argumenta sobre la importancia de la participación individual y colectiva en conjunto con autoridades, para la atención de asuntos de beneficio común.</p>	<p>Observen el video “Un buen ciudadano. Despertando neuronas” en <a href="https://youtu.be/EokMS0fOjJg">https://youtu.be/EokMS0fOjJg</a>          [Consultado el 17 de marzo de 2020]          Contesten la pregunta ¿Cuáles son las características de un buen ciudadano? ¿Cuáles son algunos de los deberes de los ciudadanos?          Consulten su libro de Formación Cívica y Ética de Sexto grado, la lección 18 Corresponsabilidad en los asuntos públicos, en la sección palabras claras identifiquen ¿Qué la responsabilidad? ¿Qué es la corresponsabilidad?          Dialoguen acerca de la situación emergencia generada por la pandemia de coronavirus ¿Cuáles son algunas de las responsabilidades de las autoridades de los diferentes niveles de gobierno? ¿En qué acciones han participado los ciudadanos y son corresponsables?          Busquen noticias acerca de las acciones realizadas por el gobierno y los ciudadanos ante la pandemia de coronavirus. Con la información completen la tabla.</p> <table border="1" data-bbox="716 1047 1297 1383"> <tr> <th colspan="2" data-bbox="716 1047 1297 1122">ACCIÓN CONJUNTA AUTORIDADES Y CIUDADANOS ANTE EL CORNAVIRUS</th> </tr> <tr> <td data-bbox="716 1122 997 1383">           Acciones realizadas por los gobiernos municipal, estatal y federal para atender el problema del coronavirus y         </td> <td data-bbox="997 1122 1297 1383"></td> </tr> </table>	ACCIÓN CONJUNTA AUTORIDADES Y CIUDADANOS ANTE EL CORNAVIRUS		Acciones realizadas por los gobiernos municipal, estatal y federal para atender el problema del coronavirus y	
ACCIÓN CONJUNTA AUTORIDADES Y CIUDADANOS ANTE EL CORNAVIRUS						
Acciones realizadas por los gobiernos municipal, estatal y federal para atender el problema del coronavirus y						

		procurar la salud colectiva		
		Acciones realizadas por distintas organizaciones civiles ante el problema del coronavirus.		
		Acciones realizadas por las personas en lo individual ante el problema del coronavirus		
		Acciones que pueden realizar de forma corresponsable autoridades, grupos sociales y personas en lo individual para cuidar de la salud de todos.		
<p>Elaboren un texto en el que expresen su opinión acerca de actuación de autoridades de distintos niveles, grupos sociales y personas en lo individual ante el problema del coronavirus. Argumenten si ha sido una actuación responsable y si han observado acciones corresponsables de los ciudadanos.</p>				

## Artes primaria

En algunos casos, se sugiere seguir un orden de desarrollo en los aprendizajes esperados:

ARTES	APRENDIZAJES ESPERADOS	ACTIVIDADES
Quinto y sexto	1. Utiliza de manera intencional el cuerpo, el espacio y el tiempo para expresar una idea o sentimiento, y reconoce la diferencia entre realidad y ficción en el Teatro.	<p>Se le pide al alumno o alumna que imagine una emoción y la represente con una postura fija con su cuerpo (como si fuera una estatua): tristeza, enojo, alegría, miedo, disgusto.</p> <p>Se le pregunta cuál le gustó más y por qué. El alumno o alumna, trabajará con esa postura y le dará un nombre imaginario al personaje. Se le pedirá que construya una pequeña historia de por qué el personaje se siente con esa emoción. Una vez que tenga clara esa breve historia, la representará con su cuerpo, de inicio a fin. Es importante que imagine objetos y espacios, y cómo su cuerpo reacciona ante esos hechos imaginados. Por ejemplo: si ocurre en una selva, tendrá que imaginar y actuar con el cuerpo que atraviesa un río, que lo persiguen animales, que le pican varios mosquitos, etc. Asimismo, que en su historia haya un transcurso del tiempo, por lo que se sugiere que realice acciones que signifiquen segmentos de tiempo resumidos, pero que la historia tenga inicio, desarrollo y conclusión.</p> <p>Si no quiere actuar la historia, puede realizar por escrito o por medio de dibujos con diálogo a manera de una historieta.</p> <p>Al final, alguien de la familia, le preguntará qué entiende por ficción. Como nota aclaratoria, ficción significa “invención”,</p>

		es decir, algo inventado que no es real, pero que se nutre, se basa en lo que puede suceder.
	4. Muestra ante público el texto teatral para presentar el resultado de los ensayos, en la que integra elementos básicos de las artes de manera intencional.	<p>Con base en los diseños realizados en el AE tres, el alumno o alumna, con ayuda de algunos familiares, se dispondrá a presentar la obra teatral inventada. Para la creación del escenario es posible utilizar sábanas, cobijas, retazos de tela, objetos del hogar, juguetes, etc. Para presentar su trabajo frente a sus familiares, se recomiendan cualquiera de estas modalidades:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lectura dramatizada. Los actores leen sus parlamentos.</li> <li>2. Improvisación. Los actores improvisan los parlamentos con base en estudiarlos muy bien, es decir, en conocer el orden de las acciones y la historia.</li> <li>3. Actuación con base total en el guion. Los actores memorizan el texto.</li> </ol> <p>Permitir el libre flujo de la imaginación, no buscando realismo y exactitud, sino cómo algunos elementos pueden ser sustituidos. Por ejemplo, un palo de escoba puede ser un bastón o una espada; una cachucha puede ser un animal; un juguete puede ser otro personaje, etc.</p>
	2. Organiza de manera intencional movimientos y sonidos para expresar una idea o sentimiento.	Algún miembro de la familia o toda la familia, le pedirá al alumno o alumna, que le comunique algo concreto sin usar palabras. Sólo podrá usar su cuerpo y su voz en sonidos, pero no palabras. La familia tendrá que adivinar lo que el alumno intenta comunicarle. Posteriormente, se invierten

		<p>los papeles para que el alumno adivine lo que otros quieren decirle, sin usar palabras.</p> <p>Platiquen si les fue posible comunicarse sin usar palabras y si lograron entender la idea del otro.</p>
	<p>3. Realiza una propuesta sencilla de texto literario, escenografía, vestuario, iluminación, utilería o dirección, en la que emplea de manera intencional algunos elementos básicos de las artes, y reconoce la diferencia entre realidad y ficción.</p>	<p>Se pedirá al alumno o alumna que invente la idea de una obra de teatro breve. Para ello, definirá, junto con alguien de su familia lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Espacio. ¿Dónde ocurre la acción?</li> <li>2. Tiempo. ¿Cuándo ocurre la acción?</li> <li>3. Dos o tres personajes. ¿Quiénes realizan la acción?</li> <li>4. Trama o argumento. ¿En qué consiste la acción y cómo se desarrolla?</li> </ol> <p>Una vez realizado esto, el alumno escribirá una propuesta de guion teatral en una o dos hojas de libreta. Como material de consulta, les recomendamos el siguiente vínculo de Youtube: <a href="https://youtu.be/MCH7StNfIXM">https://youtu.be/MCH7StNfIXM</a></p> <p>Posteriormente, el alumno dibujará los escenarios más importantes de su obra (espacios), así como dibujos de los personajes que actúan en su obra y elaborará una lista de la utilería (objetos que usan los personajes) necesaria en su propuesta.</p>

## Educación física. Primaria

EDUCACIÓN FÍSICA	APRENDIZAJES ESPERADOS	ACTIVIDADES
Quinto y sexto	Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.	<p>Proponer retos con cierto grado de dificultad en los que pongan a prueba distintos movimientos.</p> <p><b>La práctica hace al maestro</b>                      Los alumnos realizan una misma acción durante un tiempo acordado; por ejemplo: lanzar una pelota desde diferentes distancias para derribar un objeto; llevar un globo, de un lado al otro, sin que se caiga; lanzar un avión de papel lo más lejos posible, entre otras situaciones que impliquen la constancia y dedicación para lograr el reto planteado.</p>
	Mejora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego, expresión corporal e iniciación deportiva, para promover actitudes asertivas.	<p>Diseñar un terreno de aventuras para que realicen distintas acciones dentro de un área de juego en la que se distribuyen pruebas u obstáculos a superar.</p> <p><b>El laberinto</b>                      Organizar una zona en la que con ayuda de diversos objetos (muebles u otros) formen diferentes caminos por los que los alumnos deben desplazarse (gateando, reptando, caminando, etcétera).</p>
	Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.	<p>Practicar actividades circenses que implican la exploración del cuerpo, así como la manipulación de objetos para representar situaciones que se presentan en distintos actos como equilibrios, lanzar y atrapar objetos de manera coordinada, utilizar objetos al ritmo de una pista musical, etcétera.</p> <p><b>Inicia la función</b>                      Los alumnos proponen pequeños actos, ya sea de manera individual o con la participación de algún familiar. Por ejemplo, “el más fuerte” (levantar ciertos objetos por determinado tiempo); “el más atrevido del circo” (el salto más alto o largo); “el más gracioso” (pequeño</p>

		<p>sketch de trucos), el más rápido (apilar o recolectar objetos en el menor tiempo posible), etcétera.</p>
	<p>Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.</p>	<p>Practicar actividades circenses que implican la exploración del cuerpo, así como la manipulación de objetos para representar situaciones que se presentan en distintos actos como equilibrios, lanzar y atrapar objetos de manera coordinada, utilizar objetos al ritmo de una pista musical, etcétera.</p> <p><b>Los acróbatas</b></p> <p>Con ayuda de algunos integrantes de la familia, los alumnos intentan realizar distintas posturas corporales que impliquen la participación de todos; por ejemplo, una carretilla triple; una silla doble; una pequeña pirámide, entre otras.</p> <p>Construir de manera conjunta o investigar nuevas posturas colectivas que pueden practicar.</p>

## Educación socioemocional. Primaria

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	APRENDIZAJES ESPERADOS	ACTIVIDADES
Quinto y sexto	<p>Analiza episodios emocionales que ha vivido, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias; y evalúa la influencia que tienen en sí mismo el tipo de interacciones que establece</p>	<p>Pida a su hija o hijo que en “cuerpo de montaña” (cabeza erguida, espalda derecha, cuerpo relajado, manos encima de los muslos, ojos cerrados). Dígale que recuerde la imagen de una montaña, su fortaleza y estabilidad. Cuando llueve o hace viento, la montaña sigue estable.</p> <p>Pídale que reflexione que todo el día respiramos, pero no nos damos cuenta porque pocas veces ponemos atención a ese aspecto. Vamos a hacer un ejercicio para tomar conciencia de como respiramos.</p> <p>Pongamos nuestras manos en el abdomen y respiremos unas tres o cuatro veces. Vamos a ver si podemos poner toda nuestra atención en la Respiración. Dejemos que nuestro cuerpo respire a su propio ritmo; no tenemos que controlar o cambiar la forma en que respiramos, sino simplemente notarla.</p> <p>Explíquele que si surgen pensamientos, hay que dejarlos pasar, sin detenernos a pensar en ellos.</p>
	<p>Examina y aprecia su historia personal y cultural; analiza los retos, dificultades o limitaciones, y los percibe como oportunidades para crecer y mejorar.</p>	<p>Pida a su hija o hijo que haga un dibujo sobre la temática:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Este soy yo...</li> <li>▪ Vengo de una familia en la que... (nos gusta salir de día de campo)</li> <li>▪ En mi escuela, mis maestras y maestros me enseñaron... (por ejemplo, que mencione algún aprendizaje reciente)</li> </ul>

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	APRENDIZAJES ESPERADOS	ACTIVIDADES
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En mi colonia... (que diga qué tipo de actividades hacen en su colonia los vecinos)</li> <li>▪ Mis amigos... (que mencione quiénes son, qué hacen juntos)</li> </ul> <p>Al final, pídale que comparta su dibujo a los demás miembros de la familia y que les explique qué dibujo.</p>
	<p>Valora las libertades y oportunidades que posee para desarrollarse y estudiar, y expresa la motivación de retribuir a su comunidad lo que ha recibido.</p>	<p>Pida a su hija o hijo que elija una cualidad y una fortaleza que posea, si él o ella no la identifica, ayúdele dándole algunas pistas o ejemplos. Luego pídale que piense cómo ayuda a otros a partir de esa cualidad; por ejemplo, soy perseverante, puedo impulsar a un equipo o a mi familia a lograr una meta en común; soy amigable, puedo ayudar a algún compañero que le cuesta trabajo integrarse a mi salón de clases. Luego pídale que le pregunte a alguien más de la casa, qué cualidades y fortalezas identifican en él o ella. Al final, puede pedir que escriba en una hoja dos listas, una de sus cualidades y otra de sus fortalezas.</p>
	<p>Valora cómo los vínculos e interacciones basados en la empatía y colaboración promueven el bienestar a corto, mediano y largo plazo</p>	<p>Pida a su hija o hijo que complete la frase “Cuando alguien trata mal a una persona, yo...”. Luego preséntele una imagen y pregúntele ¿qué está pasando ahí?, ¿por qué crees que pasa eso?, ¿cómo piensas que se sienten las personas que aparecen en la imagen? Pídale que le cuente, ¿qué le diría a una persona que ha sido agredida y cómo la apoyaría? Explíquele que la violencia genera tristeza, enojo, miedo, y el buen trato genera alegría, amor, gusto, entre otros.</p>