



Colegio "Villa de las Flores" S.C.

"Ofreciendo una formación integral para toda la vida"

www.cvf.edu.mx



RG-PRI-02-03  
VERSIÓN 6

## PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA NIVEL: PRIMARIA

**VIERNES 17 DE OCTUBRE DE 2022**

1. NOMBRE DEL PROFESOR: MÓNICA MARCELA CASTILLO MENDOZA. GRADO: QUINTO GRUPO: A

2. ASIGNATURA: VIDA SALUDABLE

3. TRIMESTRE: PRIMERO

4. SEMANA 7: DEL 10 AL 14 DE OCTUBRE.

5. TIEMPO: 20 min.

6. TEMA: PIRÁMIDE DE ACTIVIDAD FÍSICA.

7. PROPÓSITOS:

\* Identificar factores de riesgo en el desarrollo de enfermedades.

\* Conocer los antecedentes de su familia respecto al desarrollo de enfermedades.

8. COMPETENCIA:

\* Identificar los hábitos para tener una vida saludable.

9. APRENDIZAJE ESPERADO:

\* Asociar como el autocuidado contribuye a identificar los factores de riesgo, a prevenir y a controlar enfermedades degenerativas.

10. CONTENIDOS:

\* Análisis y reflexión.

11. RECURSOS:

\* Visuales.

12. MATERIALES:

\* Cuaderno.

\* Imágenes.

13. IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C.

\* Cuidado de sí mismo.

### 14.- INICIO

\* Recordamos la importancia de realizar alguna actividad física para que nuestra salud sea buena y nuestro cuerpo y mente estén saludables.

### 15.- DESARROLLO:

\* En su cuaderno pega la imagen de la pirámide de la actividad física y de manera grupal la analizamos y comentamos.

#### NO MÁS DE DOS HORAS AL DÍA

- Televisión
- Ordenador
- Videoconsola



NIVEL 3

#### 2-3 VECES A LA SEMANA

- Senderismo, escalada
- Estiramientos
- Montar en bicicleta
- Yudo
- Ejercicios de fuerza: preparar, abdominales...



NIVEL 2 (FUERZA Y FLEXIBILIDAD)

#### 3-5 VECES A LA SEMANA

- Natación
- Baloncesto, fútbol...
- Baile
- Carrera suave
- Clase de Educación Física



NIVEL 1 (RESISTENCIA)

#### TODOS LOS DÍAS

- Jugar en el patio
- Ayudar en casa
- Subir escaleras
- Andar de casa al cole
- Pasear al perro



BASE

### 16.- CIERRE:

\* En su cuaderno anota el tiempo en el que realiza cada una de las actividades después de la escuela y se comenta si es el tiempo requerido para una buena salud o qué se debe de hacer para lograrlo.

\* CUESTIONARIO.

1. Según la pirámide de actividad física cuáles son algunos de las actividades que se deben realizar todos los días.

2. Menciona las actividades que se deben realizar no más de dos horas al día.

3. Son las actividades que se deben realizar de 3 a 5 días a la semana.

4. Escribe las actividades a realizar de 2 a 3 veces a la semana.

## 17. EVALUACIÓN:

- ACTITUDINAL: Atiende a las indicaciones que se le dan.
- CONCEPTUAL: Explica con claridad de manera escrita lo que se le pide.
- PROCEDIMENTAL: Construye su propio aprendizaje a partir de la observación, análisis y reflexión.

## 18. TAREA.

\* No hay.



Colegio "Villa de las Flores" S.C.  
"Ofreciendo una formación integral para toda la vida"  
www.cvf.edu.mx



RG-PRI-02-03  
VERSIÓN 6

# PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA NIVEL: PRIMARIA

1. NOMBRE DEL PROFESOR: MÓNICA MARCELA CASTILLO MENDOZA. GRADO: QUINTO GRUPO: A

2. ASIGNATURA: MATEMÁTICAS

3. TRIMESTRE: PRIMERO

4. SEMANA 7: DEL 10 AL 14 DE OCTUBRE.

5. TIEMPO: 50min.

6. TEMA: RECTAS.

7. PROPÓSITOS:

\* Utilicen el cálculo mental, la estimación de resultados o las operaciones escritas con números naturales, así como la suma y resta con números fraccionarios y decimales para resolver problemas aditivos y multiplicativos.

8. COMPETENCIA:

- Resolver problemas de manera autónoma.
- Comunicar información matemática.
- Validar procedimientos y resultados.
- Manejar técnicas eficientemente.

9. APRENDIZAJE ESPERADO:

\* Identifiquen y definan rectas paralelas y secantes; dentro de las secantes que identifiquen y definan el caso particular de las rectas perpendiculares.

\* Tracen figuras en las que haya rectas paralelas, perpendiculares y oblicuas a partir de las instrucciones redactadas por otros compañeros.

\* Identifiquen que las rectas secantes forman ángulos rectos o bien ángulos agudos y obtusos.

10. CONTENIDOS:

\* Figuras y cuerpos

- Identificación de rectas paralelas, secantes y perpendiculares en el plano, así como de ángulos rectos, agudos y obtusos.

11. RECURSOS:

\* Visuales: \* Concretos.

12. MATERIALES:

\* Libros. \* Cuaderno.

13. IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C.

\* Razonamiento matemático.

## 14.- INICIO

\* Recordamos lo visto durante la semana y se aclaran las dudas que existan.

## 15.- DESARROLLO:

\* **SEP.** Resuelven los desafíos #8 página 21 y anexo página 223 de su libro.

\* **APOYO.** Resuelve las páginas 32 y 33 de su libro.

## 16.- CIERRE:

\* CUESTIONARIO.

1. Son las rectas que se cortan en un punto en común:

2. Son las rectas que al cortarse forman cuatro ángulos de 90°:

3. Son las rectas que nunca se cortan:

## 17. EVALUACIÓN.

Autoevaluación ( X ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación ( )

- ACTITUDINAL: Atiende a las indicaciones que se le dan.
- CONCEPTUAL: Menciona y escribe los nombres de las rectas y ángulos.
- PROCEDIMENTAL: Construye su propio aprendizaje a partir de la observación, análisis y reflexión

## 18. TAREA.

\* No hay.



Colegio "Villa de las Flores" S.C.

"Ofreciendo una formación integral para toda la vida"

www.cvf.edu.mx



RG-PRI-02-03  
VERSIÓN 6

## PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA NIVEL: PRIMARIA

1. NOMBRE DEL PROFESOR: MÓNICA MARCELA CASTILLO MENDOZA. GRADO: QUINTO GRUPO: A

2. ASIGNATURA: CIENCIAS

3. TRIMESTRE: PRIMERO

4. SEMANA 7: DEL 10 AL 14 DE OCTUBRE.

5. TIEMPO: 50min.

6. TEMA: ADCCIÓN Y DEPENDENCIA. RIESGOS EN LA ADOLESCENCIA.

7. PROPÓSITOS:

\* Practiquen hábitos saludables para prevenir enfermedades, accidentes y situaciones de riesgo a partir del conocimiento de su cuerpo.

8. COMPETENCIA:

\* Comprensión de fenómenos y procesos naturales desde la perspectiva científica.

\* Toma de decisiones informadas para el cuidado del ambiente y la promoción de la salud orientadas a la cultura de la prevención.

\* Comprensión de los alcances y limitaciones de la ciencia y del desarrollo tecnológico en diversos contextos.

9. APRENDIZAJE ESPERADO:

• Explica los daños en los sistemas respiratorio, nervioso y circulatorio generados por el consumo de sustancias adictivas, como tabaco, inhalables y bebidas alcohólicas.

• Argumenta la importancia de prevenir situaciones de riesgo asociadas a las adicciones: accidentes, violencia de género y abuso sexual.

10. CONTENIDOS:

¿Por qué debo evitar las adicciones?

• Relación entre el consumo de sustancias adictivas y los trastornos eventuales y permanentes en el funcionamiento de los sistemas respiratorio, nervioso y circulatorio.

• Toma de decisiones respecto a evitar el consumo de sustancias adictivas.

• Situaciones de riesgo en la adolescencia asociadas a las adicciones: accidentes, violencia de género y abuso sexual.

• Prevención de situaciones de riesgo en la adolescencia.

11. RECURSOS:

\* Visuales. \* Concretos.

12. MATERIALES:

\* Cuaderno.

13. IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C.

- Cuidado de si mismo.

### 14. INICIO:

\* Recordamos lo visto la clase anterior, aclarando dudas.

\* Comentamos los daños que podemos tener en nuestro organismo por consumir alimentos u otras sustancias.

### 15. DESARROLLO

\* En cuaderno anotan lo que se dicta.

→ Otros problemas de salud que producen estas sustancias son la adicción y la dependencia.

**ADICCIÓN:** Es un impulso para hacer algo que resulta difícil de controlar o detener. Si consumes cigarrillos, alcohol o drogas, es posible que te vuelvas adicto a ellos. Estas sustancias pueden hacerte mucho daño e incluso provocarte la muerte

**DEPENDENCIA:** Estado mental y físico patológico en que una persona necesita un determinado estímulo para lograr una sensación de bienestar

### 16. CIERRE.

\* CUESTIONARIO

1. ¿Qué es la adicción?

2. Definición de dependencia.

17. EVALUACIÓN: Autoevaluación ( X ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación ( )

- ACTITUDINAL: Cumple con las indicaciones señaladas para la actividad.

- CONCEPTUAL: Explica las características de las enfermedades causadas por no cuidar nuestro cuerpo.

- PROCEDIMENTAL: Aplica de manera correcta la elección de los alimentos correctos para una buena salud.

18.- TAREA.

\* No hay.



Colegio "Villa de las Flores" S.C.  
"Ofreciendo una formación integral para toda la vida"  
www.cvf.edu.mx



RG-PRI-02-03  
VERSIÓN 6

## PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA NIVEL: PRIMARIA

1. NOMBRE DEL PROFESOR: MÓNICA MARCELA CASTILLO MENDOZA. GRADO: QUINTO GRUPO: A

2. ASIGNATURA: GEOGRAFÍA

3. TRIMESTRE: PRIMERO

4. SEMANA 7: DEL 10 AL 14 DE OCTUBRE.

5. TIEMPO: 50 min

6. TEMA: ¿PARA QUÉ SIRVEN LOS MAPAS?

7. PROPÓSITOS:

\* Reconocer las características y utilidad de los mapas.

8. COMPETENCIA:

\* Valoración de la diversidad natural.

9. APRENDIZAJE ESPERADO:

\* Identifica el concepto, características y utilidad de los mapas.

10. CONTENIDOS:

\* Mapas y otros conceptos.

11. RECURSOS:

\* Visuales. \* Concretos.

12. MATERIALES:

\* Imágenes. \* Cuaderno.

13. IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C.

\* Reconocimiento de su vida social y cuidado del mundo.

### 14.- INICIO

\* Damos lectura a la página 22 como introducción del tema.

### 15.- DESARROLLO

\* En su cuaderno anota lo que se le dicta.

#### MAPAS

→ Son representaciones planas de la superficie terrestre.

→ Incluyen: simbología, coordenadas, escala y orientación.

→ Hay diferentes tipos de mapas, por ejemplo:

- De ríos.
- De montañas.
- División política.

#### CARTÓGRAFOS.

→ Son los responsables de elaborar diferentes tipos de mapas.

#### CARTOGRAFÍA.

→ A través de ella se pueden identificar, representar y relacionar los componentes del espacio geográfico

### 16.- CIERRE:

\* Para culminar el tema, ilustran el apunte.



#### \* CUESTIONARIO.

1. ¿Qué son los mapas?

2. Menciona los aspectos que incluyen los mapas.

3. Son algunos de los tipos de mapas que hay:

4. Son los responsables de elaborar diferentes tipos de mapas.

5. Definición de cartografía.

17. EVALUACIÓN: Autoevaluación ( X ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación ( )

- ACTITUDINAL: Cumple con las indicaciones señaladas para la actividad.

- CONCEPTUAL: Distingue los movimientos de la Tierra.

- PROCEDIMENTAL: Identifica de manera correcta los sucesos que provocan cada uno de los movimientos de la Tierra.

18.- TAREA. \* No hay.