



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**

**FECHA: JUEVES 6 DE JULIO DEL 2023**

1.- **NOMBRE DEL PROFESOR:** ALEXIA HERNANDEZ CASTREJON **GRADO:** 4 **GRUPO:** A

2.- **ASIGNATURA:** VIDA SALUDABLE

3.- **TRIMESTRE:** TERCERO

4.- **SEMANA:** (38) 3 AL 7 DE JULIO DEL 2023

5.- **TIEMPO:** 20 MINUTOS

6.- **TEMA:** PARA DORMIR Y DESPERTAR BIEN

7.- **PROPÓSITOS:** RECONOCE LA IMPORTANCIA DE DORMIR BIEN.

8.- **COMPETENCIA:** IDENTIFICA LA IMPORTANCIA DE REALIZAR MOVIMIENTOS CON RITMO.

9.- **APRENDIZAJE ESPERADO:** APLICA EJERCICIOS DE RELAJACION ANTES DE DORMIR Y DE ACTIVACION MATUTINA.

10.- **CONTENIDOS:** ACTIVACION FISICA

11.- **RECURSOS:** EXPLICACION DOCENTE

12.- **MATERIALES:** CUADERO, IMÁGENES, GOMA Y LAPIZ.

14.- **IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C.** Mejorar el aprovechamiento en lectura y matemáticas en todos los grados y lograr que se cumpla con el plan de reforzamiento de 6°.

15.- **INICIO:** Se realizará una retroalimentación de lo que se vio la clase pasada.

El ritmo es una serie de movimientos o sonidos que se repiten en intervalos de tiempo regulares. Un ejemplo de movimiento con rítmico que sucede en el cuerpo es el latido del corazón. Llevar a cabo ejercicios rítmicos con constancia favorece la salud, pues estimula la conexión de las células del cerebro. Moverse con ritmo permite que las personas desarrollen la coordinación física y mental, mejoren su equilibrio, liberen las tensiones y fortalezcan los músculos y los huesos.

Existen ejercicios acompañados de sonidos o música que permiten desarrollar el ritmo y el movimiento del cuerpo, como bailar, marchar o aplaudir siguiendo pautas de sonidos, lo que propicia la socialización y convivencia con otras personas.

- **Actividad rompe hielo:** ¿Cómo amanecieron?, ¿Cómo se sienten?, ¿Durmieron bien?
- **Preguntas introductorias:** ¿Qué es el sueño?, ¿Cuántas horas aproximadamente debe dormir un niño?, ¿Por qué es importante dormir?

16.- **DESARROLLO:**

**Explicación docente:** El sueño es una función del cuerpo humano indispensable para descansar y recuperar la energía necesaria para comenzar las actividades del día. Para gozar de buena salud, dormir es tan necesario como alimentarse. Dormir mal ocasiona problemas como cansancio, enrojecimiento de los ojos, dificultad para aprender y dolor de cabeza. Un niño de entre seis y doce años debe dormir nueve horas diarias aproximadamente.

Algunos hábitos para dormir bien son establecer un horario fijo, usar ropa cómoda, disponer de una habitación oscura, silenciosa, ordenada y con temperatura agradable, y reducir al mínimo el uso del televisor, los videojuegos y el teléfono.

Hacer ejercicios de relajación por la noche, antes de ir a la cama, ayuda a dormir bien. Por ejemplo, regular la respiración, tensar y relajar músculos o contar números lentamente con los ojos cerrados. Y al despertar, hacer ejercicios de activación matutina como gimnasia con música, estiramientos, flexiones, etcétera.

17.- **CIERRE:**

**Actividad y Tipo de organización: Individual (X) Equipo ( ) Grupal ( )**

**Actividad:** Anotar fecha y como título "Para dormir y despertar bien", enseguida se les dictara la explicación docente. Posteriormente se les entregara la siguiente copia que deberán de responder.

1. Escribe **activación** o **relajación** según la finalidad del ejercicio.

Sentado con los ojos cerrados, imaginas que eres un globo que se infla al inhalar y se desinfla al exhalar.	
Realizas abdominales, sentadillas y lagartijas.	
Tensas tu cuerpo como un robot de metal y luego lo aflojas como un muñeco de trapo.	

2. Completa la información.



Ejercicios de relajación que realizo antes de dormir:

Beneficios que obtengo: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Colorea los círculos de las recomendaciones para dormir bien.

<input type="radio"/> Dejar los aparatos electrónicos fuera de la habitación.	<input type="radio"/> Dormir con la mascota.
<input type="radio"/> Hacer siestas prolongadas.	<input type="radio"/> Durante el día, jugar al aire libre

**18.- EVALUACIÓN: Autoevaluación ( ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación (X)**

Se evaluará apunte completo, limpieza y ortografía, así mismo que hayan resuelto correctamente la copia.

- **ACTITUDINAL:** Se interesa por cuidar su salud.
- **CONCEPTUAL:** Reconoce que es el ritmo.
- **PROCEDIMENTAL:** Aplica lo aprendido en su vida diaria.

**19.- TAREA: NO HAY TAREA.**



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



Pearson



UNIVERSITY OF  
CAMBRIDGE

RG-PRI-02-03  
VERSIÓN 6

## PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA

**NIVEL: PRIMARIA**

**FECHA: JUEVES 6 DE JULIO DEL 2023**

1.- **NOMBRE DEL PROFESOR:** ALEXIA HERNANDEZ CASTREJON      **GRADO:** 4      **GRUPO:** A

2.- **ASIGNATURA:** ESPAÑOL

3.- **TRIMESTRE:** TERCERO

4.- **SEMANA:** (38) 3 AL 7 DE JULIO DEL 2023

5.- **TIEMPO:** 1 HORA

6.- **TEMA:** CARACTERÍSTICAS DE LAS FRASES PUBLICITARIAS

7.- **PROPÓSITOS:** IDENTIFICA EL USO DE LOS ANUNCIOS PUBLICITARIOS.

8.- **COMPETENCIA:** RECONOCE LAS PARTES DE UN ANUNCIO PUBLICITARIO.

9.- **APRENDIZAJE ESPERADO:** IDENTIFICA LAS CARACTERÍSTICAS Y LA FUNCIÓN DE LAS FRASES PUBLICITARIAS.

10.- **CONTENIDOS:** ANUNCIO PUBLICITARIO

11.- **RECURSOS:** EXPLICACIÓN DOCENTE.

12.- **MATERIALES:** CUADERNO, PIZARRON, GOMA Y LAPIZ.

14.- **IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C.** Mejorar el aprovechamiento en lectura y matemáticas en todos los grados y lograr que se cumpla con el plan de reforzamiento de 6°.

15.- **INICIO:** Se realizará una retroalimentación de lo que se vio la clase pasada.

El anuncio publicitario busca presentar o promocionar un producto o servicio; para ello emplea un lenguaje persuasivo. Según su propósito, un anuncio puede ser:

**Comercial:** Se enfoca a la venta de bienes o servicios.

**Político:** Pretende influir acerca de una manera de pensar.

**Social:** Promueve valores culturales, familiares, ambientales, etcétera. A estos se les denominan propagandas.

Los anuncios publicitarios pueden ser impresos o audiovisuales. Deben llamar la atención con una frase corta llamada eslogan. En los anuncios publicitarios se emplean estereotipos, es decir, ideas preconcebidas sobre las características de un grupo de personas de ciertas actividades.

- **Actividad rompe hielo:** ¿Cómo durmieron?, ¿Cómo están?
- **Preguntas introductorias:** ¿Para qué sirve un anuncio publicitario?, ¿Cuáles son las características de un anuncio publicitario?

16.- **DESARROLLO:**

**Explicación docente:** Las frases publicitarias son textos breves que sirven para promocionar un producto o un servicio. Su función es reflejar aspectos positivos de lo que se quiere vender.

En las frases publicitarias se emplean recursos literarios y juegos de palabras para crear mensajes atractivos fáciles de recordar, ya que sus propósitos principales son atraer, interesar, seducir y convencer a los consumidores por medio del lenguaje.

17.- **CIERRE:**

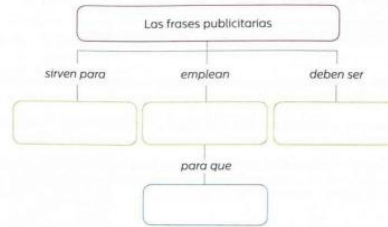
**Actividad y Tipo de organización:** Individual (X) Equipo ( ) Grupal ( )

**Actividad:** Anotar fecha y como título "Características de las frases publicitarias" enseguida se les dictará la explicación docente. Posteriormente la docente les entregará las siguientes hojas que deberán de contestar.

Colorea los recuadros con las frases publicitarias.

Con Viajes Navi tu límite es el infinito.	Deja que su aroma hable bien de ti.	Tito tito capotito, sube al cielo y pega un grito. ¿Qué es?
<b>Información nutricional</b> Grasas 4 g Contenido energético 277 kcal Proteínas 55 mg	Descubre un paraíso de sabor con Granola Grani.	Cultivo una rosa blanca en junio como en enero, para el amigo sincero, que me da su mano franca.
Consulte a nuestros expertos y sea más bonita que ninguna.	Campaña de vacunación nacional, del 15 al 30 de septiembre	Tu tarjeta Firma de Oro te abre las puertas de la felicidad.

Completa el esquema de las características de las frases publicitarias.



Lee las características de los productos e inventa una frase publicitaria para cada uno.

 <p>Reconoce conversaciones en tres idiomas diferentes y los guarda.</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	 <p>Reproductor de MP3 con capacidad para mil canciones y con batería de larga duración.</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
 <p>Papel higiénico absorbente, resistente, biodegradable en agua y con hojas dobles.</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	 <p>Vegetales congelados que conservan todos sus nutrientes y su sabor.</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

### 18.- EVALUACIÓN: Autoevaluación ( ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación (X)

Se evaluará que hayan contestado correctamente las páginas de su libro y que el apunte este completo, limpio y buena ortografía.

- **ACTITUDINAL:** Identifica las distintas formas de hablar.
- **CONCEPTUAL:** Reconoce la función de los anuncios publicitarios.
- **PROCEDIMENTAL:** Aplica los aprendido en su vida diaria.

### 19.- TAREA: No hay tarea.