

CAM

Centro de Atención Múltiple

Lectura fácil



FASE 4



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Lectura fácil. Fase 4 para los Centros de Atención Múltiple fue elaborado y editado por la Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública.

Secretaría de Educación Pública

Leticia Ramírez Amaya

Subsecretaría de Educación Básica

Martha Velda Hernández Moreno

Dirección General de Materiales Educativos

Marx Arriaga Navarro

*Dirección de Medios Audiovisuales
e Informáticos*

Luis Miguel Cisneros Villanueva

Coordinación general

Luis Miguel Cisneros Villanueva
Vivian del Angel Velasco Moreno

Coordinación de Fase 4

Diana Romero González

Coordinación de revisión

Atziri Moreno Castillo

Especialistas

Cesar Rodrigo Gaudencio Camacho
Rodríguez
Juan Carlos Escobar Alba
Virginia Danaí Luna Hernández
Lauro Arturo Ochoa Gálvez
Nadia Monserrat Valdés Alonso
Daniel Eduardo Valdés Munguía

Revisión

Abril Viridiana Chávez Ortiz
Elimar Lorena Hernández Mondragón
Jessica Pérez Mena
Ana María Ruiz Murillo
Luz del Rosario Salmerón Padilla

Dirección Editorial

Alejandro Portilla de Buen

Supervisión editorial

Jessica Mariana Ortega Rodríguez

Coordinación de la edición

Sonia Ramírez Fortiz

Corrección de estilo

Juan Alejandro Correa Sandoval
Claudia Paz Hernández

Edición

Lilia Granados Sainoz
Ana María Dolores Mendoza Almaraz

Producción editorial

Martín Aguilar Gallegos

Coordinación de diseño y diagramación

Judith Sánchez Durán

Diagramación

Claudia Cervantes Ayala
Sandra Latapi Sánchez

Primera edición, 2024 (ciclo escolar 2024-2025)

D. R. © Secretaría de Educación Pública, 2024,
Argentina 28, Centro,
06020, Ciudad de México

ISBN: 978-607-579-630-7

Impreso en México

DISTRIBUCIÓN GRATUITA-PROHIBIDA SU VENTA

Presentación

Querida lectora, querido lector:

El libro que tienes en tus manos es una herramienta para pensar el porvenir... pero ¿qué es ello? El porvenir es un sueño lleno de esperanzas que debe alimentarse con la voluntad de cambio y de acciones que lo provoquen. Vivimos épocas complicadas e ingratas con todo aquello que es diferente. Cierta justicia social nos hace pensar que las cosas van a mejorar, que ahora existe mayor democracia, igualdad y equidad. Sin embargo, debido al grado de avance de las políticas neoliberales aplicadas, los pasos hacia un México más justo son aún muy pocos. Vemos en las calles la apatía, la desesperanza. Muchos están convencidos de que es imposible cambiar las cosas y, lamentablemente, han aceptado una realidad educativa anclada a esa ruta trazada. Cuando se piensa en el neoliberalismo educativo, muchas personas imaginan escuelas privadas, empresarios de la educación y malos salarios. Sin duda, esto es el follaje de las acciones neoliberales, pero su tronco y su raíz son diferentes. De manera astuta, el sistema hegemónico protege estas sensibles partes de su organismo para que se gaste energía al cortar el follaje superficial, y ya sabemos cómo termina eso: se corta una rama y brotan dos. Se trata de frenar el crecimiento de aquella maleza, pero el abono que brindaron las políticas públicas de antiguos funcionarios desleales al pueblo y a la justicia social, junto con las grandes cantidades de agua que los empresarios vierten en sus raíces, hacen que el crecimiento de ese organismo sea casi incontrolable. Así, ocupemos estas hojas para hacer una pequeña reflexión sobre las raíces profundas y retorcidas del neoliberalismo educativo.

En otros momentos, con ejercicios como INVEDECORG 2.0, se ha planteado la estrategia cultural para la Nueva Escuela Mexicana (NEM) y sus libros de texto, donde se han analizado las acciones para lograr que estos materiales no sólo sean textos retóricos, discursos superficiales o una simulación. Además, en asambleas por todo el país se ha repetido hasta al cansancio una ruta que pasa por el reconocimiento de un conflicto, la lectura de la realidad,

del reconocimiento de las otredades, de los estratos sociales, de la cultura, de las desigualdades; lo cual nos brinda un encuadre para desarrollar la tan necesaria etapa de reflexión. Después de ésta, llegan las acciones, el alinear las voluntades comunitarias, la organización de colectivos, la comunicación, la cooperación; viene la necesaria insurgencia magisterial. Al final, se presenta la etapa de la añorada transformación, donde se cumpla el sueño del porvenir y se consolida una nueva manera de ejercicio del poder con nuevas raíces emancipadoras, democráticas, comunitarias y populares.

Apreciada lectora, apreciado lector: en esta breve presentación se profundiza más en aquella reflexión hermenéutica, ética, del cómo llegamos hasta aquí. Recuérdese el “Soneto I”, de Garcilaso de la Vega:

Quando me paro a contemplar mi estado
y a ver los pasos por do m’han traído,
hallo, según por do anduve perdido
que a mayor mal pudiera haber llegado;

mas cuando del camino ‘e olvidado,
a tanto mal no sé por do he venido;
sé que me acabo, y más he yo sentido
ver acabar conmigo mi cuidado.

Yo acabaré, que me entregué sin arte
a quien sabrá perderme y acabarme
si ella quisiere, y aún sabrá querello;

que pues mi voluntad puede matarme,
la suya, que no es tanto de mi parte,
pudiendo, ¿qué hará sino hacello?

(vv. 1-14)

Hoy es un buen momento para parar, detenernos y ver esos pasos por donde hemos venido y preguntarnos: ¿cómo llegamos hasta aquí?, ¿cómo se convirtió la educación en un negocio?, ¿cómo se apropiaron de nuestros territorios las escuelas privadas?, ¿cómo avanzó la precariedad laboral?, ¿cómo

desaparecieron los servicios escolares básicos como la biblioteca, la luz, el agua potable?, ¿cómo se instaló el racismo, el clasismo y la misoginia en las políticas públicas educativas?, ¿cómo se convirtió el magisterio en un operador, en un técnico de currículos inhumanos?, ¿cómo se corrompieron nuestros sindicatos?, ¿cómo se satanizó la organización y la disidencia?, ¿en qué momento estar en la resistencia implicó no tener un programa político, educativo y laboral?, ¿cuándo la escuela se convirtió en una guardería para el futuro capital humano de las fábricas, ese sujeto en condición de neoesclavitud, según la incipiente recolocación del *nearshoring*?, ¿cuándo aceptamos que las pruebas estandarizadas serían el mecanismo para medir la calidad, la eficiencia, la eficacia y la funcionalidad del proceso?, ¿cuándo entendimos a la educación como un proceso de maquila humana?, ¿cuándo aceptamos que este era el mejor México posible?, ¿cuándo perdimos la facultad para soñar? Algunos pensarán que estas preguntas son inútiles, que lo que hoy queda es resistir y pelear por la dignidad, entendida como un montón de monedas que los de siempre nos aventarán para callar nuestras bocas. Recordemos el final del discurso del pasado 1 de septiembre del año 2024, cuando el presidente Andrés Manuel López Obrador señaló:

Tenemos presente que la vida es demasiado corta para desperdiciarla en cosas que no valen la pena. Y no olvidemos nunca jamás que la felicidad no reside en el dinero, en las posesiones materiales, en los títulos, ni en la fama, ni en la búsqueda del poder por el poder. La felicidad es estar bien con uno mismo, con nuestra consciencia y con el prójimo [...].

Entonces, resulta obligado preguntarnos: ¿qué es la felicidad?, ¿qué es la dignidad?, ¿por qué algunos insisten en que alcanzaremos la felicidad y la dignidad cuando triunfe, de manera exclusiva, la agenda laboral? Suplicamos, querida lectora, querido lector, que no se malinterpreten estas ideas. Se trata de reflexionar sobre que estamos rodeados de trampas colocadas por este sistema para observar sólo el follaje de los conflictos de nuestros territorios, y nunca acercarnos a ese tronco o a esas raíces donde nuestras acciones podrían generar una transformación sustancial, una transformación permanente.

Sin la intención de mostrarnos dogmáticos o limitar la reflexión de todos, se proporcionan un par de elementos para el análisis. El primero es distinguir cómo las capacidades humanas de imaginación y de trascendencia, aquellas capacidades que permiten soñar con mundos distintos y futuros mejores, han sido secuestradas por este sistema de consumo. En su obra clásica de 1992, *Del fin de la historia y el último hombre*, Francis Fukuyama advertía que, con el triunfo del sistema capitalista, se implantaba en la mente y en el alma de todos nosotros la idea de que sólo hay un modelo posible de organización social.

Lectora, lector, piénselo de esta manera: si nos preguntamos “¿cómo sueñas el día de mañana?, ¿cómo te gustaría vivir?”, todos responderíamos que queremos salud, seguridad, dinero para satisfacer las necesidades de nuestros seres queridos... Sin embargo, después de un rato de confianza, el sueño consumista de bienestar afloraría más y diríamos: “queremos una casa, un auto, un teléfono...”, “queremos vacaciones, salir los fines de semana a un centro de diversiones, queremos comer en restaurantes de moda, queremos conocer Madrid, San Francisco, París...”. Ahora, le pregunto, querida lectora, querido lector: ¿cuándo se sembró este sueño?, ¿o este sueño siempre fue nuestro?, ¿acaso nosotros lo imaginamos...? ¿No será éste el llamado “sueño americano”? Sé que algunos pensarán que se exagera y que no es eso lo que se persigue, que no es igual, que no se sueña con tener en la cuenta bancaria un millón de dólares porque usamos pesos; o que no queremos una casa con un jardín bien cuidado, con el pasto recién cortado, porque las casas en México son distintas, y que no quieren un perro sino un gato y que preferirían en lugar de dos hijas, sólo una... En fin, algunos tratarán de resistirse. Asegurarán que el sueño de futuro que tienen es distinto al “sueño americano”; que lo soñaron ustedes y no fue implantado culturalmente, que no los han manipulado, pero hagamos un ejercicio... ¡Soñemos algo distinto! Imaginemos un futuro sin estos elementos consumistas donde también podamos ser felices. Admirada lectora, admirado lector, ¡inténtelo! Si cree que tiene una capacidad humana imaginativa y de trascendencia, lo retamos a que imagine un mundo mejor sin las características consumistas del sueño capitalista... ¿No se puede? ¿Cuesta trabajo? Claro, ¡es casi imposible! ¡Tenía razón Fukuyama!: se instaló la idea de un solo mundo posible, el mundo del

capitalismo. Ahora, ¿qué implicaciones tiene ello? Si sólo hay un sueño posible, si nos han extirpado la posibilidad de soñar cosas diversas y soñamos todos lo mismo, con sus pequeños matices, entonces ¿quién recordará el sueño de nuestros padres, de nuestros abuelos, de nuestros tatarabuelos...? No habrá necesidad, no hay necesidad de recordarlos, no hay necesidad de fijar sus historias. Así, trágicamente, el sujeto sólo mira desde el presente el sueño de un futuro inmediato donde la movilidad social produzca el placer prometido en esta sociedad de consumo.

Lectora, lector, espero que se encuentre en este momento preocupado, se sienta hurtado y quiera desarrollar las capacidades humanas imaginativas y de trascendencia para volver a soñar. Pero ello es difícil, este sistema les va a castigar si lo intentan, y lo más seguro es que lo seduzca con pequeñas migajas para que desista. Sin embargo, habrá lectoras y lectores valientes que incluso frente a todos estos obstáculos, luchen por desarrollar aquéllas capacidades y recuperar los sueños secuestrados. Para ellos van las siguientes recomendaciones. En primer lugar, reconocer que no se está viviendo un sueño, sino una vida diurna anclada en un presente monótono y opresor. Esta vida diurna está sometida, bombardeada por mecanismos de comunicación culturales que no dejan resquicio alguno para desarrollar capacidades humanas que pongan en peligro la supremacía del sistema. También, es necesario entender que esta vida diurna está anclada en el presente, y es incapaz de hacer un recuento histórico. La vida diurna no tiene memoria, se sostiene en dos principios que la consumen: el querer y el poder. Los que quieren luchan, se esfuerzan por alcanzar cosas, consumiendo sus energías vitales. Y los que pueden se desbocan en vorágines de consumo. Así, el ser se consume a causa de dos actos instintivamente realizados, que agotan las fuentes de su existencia: el querer y el poder. Inevitablemente, el querer nos abrasa y el poder nos destruye. De esta manera, encontrar respuestas en lo diurno es una tarea imposible e infructuosa. Es necesario transitar a otros espacios.

Según la filosofía, la dualidad en lo diurno es lo onírico; es decir, el sueño, pero ya analizamos el problema. Lo onírico, el sueño instalado en nuestro momento histórico, está vinculado al consumismo. Por lo tanto, este tipo de sueño no nos puede servir para recuperar la habilidad de soñar porque ese

mundo onírico no es nuestro, lo implantaron caciques del norte. Entonces, parece que no queda más nada que aceptar la muerte de la historia, del recuerdo, de la nostalgia y prepararnos para el inevitable futuro de abusos consumistas.

Pero alguien viene a nuestro rescate, el profesor Rafael Ramírez, el padre del normalismo rural, de su mística. En el año de 1937, Rafael Ramírez construyó, simbólicamente, un término que hoy puede ayudarnos: el porvenir. Algunos pensarán que sueño y porvenir son sinónimos, pero no es así. El porvenir es un sustantivo que refleja una acción que transita, que camina desde el pasado y viaja por el presente hasta llegar a un futuro. El porvenir nace de lo social, nace del recuerdo, de la nostalgia y transita comunitariamente. El porvenir es crítico, surge de la reflexión, solicita acciones y transforma realidades. El porvenir es un acto ético, no sólo un acto de consumo; solicita a la persona reflexionar sobre su pasado y con base en éste, tomar decisiones. El porvenir se levanta como la esperanza frente a esta monotonía. Se levanta como un sueño libre de los prejuicios de esta sociedad de consumo. El porvenir es el futuro popular donde las tiranías del consumismo abusivo desaparecen.

Ahora bien, imaginen que logran desarrollar las capacidades humanas imaginativas y trascendentales para construir la imagen de un porvenir. Querida lectora, querido lector, si logra superar el sueño implantado del consumismo e imagina otro territorio donde los abusos desaparecen, si se logra soñar el porvenir ¿qué haremos con él? A diferencia del egoísmo del “sueño americano”, donde la ambición empuja a las personas a su búsqueda de manera individual y egoísta, el porvenir –al tener su origen en la nostalgia del territorio– sólo se puede construir con acciones comunitarias. ¿Pero cómo lograrlo si este porvenir se presenta como una epifanía que sólo uno mismo ha visto? Aquí se encuentra la segunda trampa de las políticas educativas neoliberales. El sueño, al ser implantado y ser una acción individual, subvierte los principios de la organización. Lo más cercano a ello, que se pudiera esperar, es que quien sueña con su estado de bienestar individual, manipula a las personas a su alrededor para alcanzarlo. Tal vez si ese soñador tiene un poco de escrúpulos, compartirá parte de sus

ganancias, como migajas, con los suyos para calmar sus culpas. El porvenir no funciona así. Al partir desde el pasado y transitar por el tiempo, busca acciones coordinadas y organizadas. Pero ¿cómo coordinarnos en la búsqueda de un porvenir si no logramos entenderlo? ¿Se percatan del problema? Las políticas neoliberales educativas, al robar las capacidades humanas para soñar, también se adueñan de la oportunidad de organización, atomizándonos en pequeños esfuerzos irrelevantes. Por lo tanto, no sólo se debe recuperar la capacidad para construir el porvenir, sino también para organizarnos, para formar en nosotros y en los demás, una estrategia para compartirlo.

El porvenir y la organización van de la mano. ¿Cómo podemos imaginar un futuro comunitario si no lo trabajamos de manera hospitalaria, fraternal y solidaria entre todxs? A su vez, ¿cómo organizarnos en colectivos democráticos y diversos si no tenemos claro el porvenir por el que estamos luchando? ¿Observan la dificultad y cómo, estratégicamente, las políticas neoliberales tomaron medidas para garantizar su supremacía?

Aterricemos lo expuesto hasta aquí con el uso de los Libros de Texto Gratuitos (LTG). Hoy, hasta la misma Secretaría de Educación Pública (SEP) ha normalizado conceptos tan vanguardistas como el de “lectura de la realidad”. Pero ¿en verdad se está realizando una “lectura de la realidad”? Si en la búsqueda de este sueño implantado las acciones son individualistas, ensimismadas, narcisistas, egoístas, ¿hasta dónde los conflictos que emanan de esa “lectura de la realidad” responden a las necesidades comunitarias o pueden provocar una transformación trascendente en nuestros territorios? Lectora, lector, pregúntese un poco más: ¿acaso estos ejercicios progresistas como la autonomía profesional, el codiseño, la lectura de la realidad no son más que una simulación si antes no se ha realizado una reflexión que construya un porvenir comunitario?

Disculpe, querida lectora, querido lector, todo el país está muy emocionado por las implicaciones de la NEM. Algunos colectivos hasta se plantean dejar de lado sus históricas reflexiones pedagógicas por la esperanza que representa el discurso progresista de la NEM, pero si estas acciones emanadas de aquellos programas analíticos no van acompañadas de una construcción comunitaria del porvenir, entonces –una vez más– estaremos cayendo en las

trampas de las políticas educativas neoliberales. Por lo tanto, es necesario contar con una estrategia para el desarrollo de la NEM, una estrategia que surja del desarrollo de las capacidades humanas imaginativas y trascendentales que facultan a la persona para volver a soñar.

En este caso, un sueño del porvenir, un sueño fincado en una reflexión comunitaria que trasciende este presente inhumano, monótono y consumista para después desarrollar una estrategia laboral, política y cultural que permita la transformación de nuestros territorios. Si aceleramos el paso y tratamos de obviar algunas de estas etapas, estaremos perdiendo el rumbo y sólo seguiremos el canto de las sirenas de aquellos que ganan cuando estamos confundidos. No podemos asumir la comunidad desde el tribalismo. El tribalismo es sectario, se construye entre los iguales y rechaza al diferente, al que piensa distinto. Ese sectarismo nos hace mucho daño porque surge del narcisismo individualista.

En otros momentos, como en INVEDECORG 2.0, se abordó que alinear las voluntades es un acto comunitario democrático que acepta la diversidad. En ese momento se enfatizó que la construcción del porvenir parte de una fraternidad, de una sororidad donde se encuentran los compañeros cercanos a nosotros, afines en una cuestión ideológica, en una agenda laboral, política o pedagógica. Pero no olvidemos que la construcción del porvenir también es hospitalaria. Es hospitalaria con quien piensa distinto, con aquel que, bajo sus condiciones ideológicas, sus condiciones de privilegio, se encuentra en una oposición, en una disidencia o en una resistencia. Por lo tanto, tengan cuidado del sectarismo, esta también es una trampa de las políticas educativas neoliberales, pero eso será tema de análisis para otro momento...

Compañera o compañero, ¿cuál podría ser la estrategia política, cultural y administrativa para el desarrollo de la Nueva Escuela Mexicana y los proyectos publicados en los Libros de Texto Gratuitos?

1

Reconocimiento de un conflicto

Sin importar su complejidad u origen, es preciso reconocer los conflictos comunitarios e indignarse. Sean producto de las desigualdades, la lucha de clases o el colonialismo, se debe partir de la indignación. Cada persona debe obligar a su cuerpo a sentir algo para escapar de la monotonía y la frialdad provocadas por esta sociedad individualista y de consumo.

Al superar la conciencia ingenua, se percibe la convivencia desde una conciencia crítica que cuestiona el origen del conflicto. Pero, ¿qué es una conciencia ingenua? Basta imaginar una persona deshumanizada, un autómatas que no piensa ni siente, o un individuo que no se cuestiona la vida, sino que asume que es así y que, por tanto, resulta inútil intentar cambiarla. Tales pensamientos y acciones derivan de la conciencia ingenua, la cual es resultado del brutal conformismo de esta sociedad que promueve el individualismo y el consumo.

2

Lectura de la realidad

3

Reconocimiento de la otredad

Observar el mundo desde la perspectiva de quien es diferente, del marginado social, del ninguneado o de quien históricamente fue silenciado. Que cada persona se detenga un momento a imaginar en qué quiere convertirse, cómo imagina el día de mañana y cómo concibe su territorio, si las cosas cambiaran; en fin, soñar cómo lograr el bienestar común, si se diseñara una comunidad diferente a esta sociedad de consumo.

Una reflexión como la anterior ayuda a las personas a definir quiénes son y qué desean ser. Ahora, deben plantearse preguntas que sirvan para concientizar sobre la relación entre las clases sociales. Por ejemplo: ¿quién está arriba y quién abajo?, ¿quién es un opresor y quién un oprimido?, ¿cuáles son los privilegios y cuáles los castigos?, ¿cómo el sistema económico influye en los conflictos sociales, culturales, medioambientales, emocionales, entre otros?, ¿cómo se ejerce el poder?, ¿cómo se somete al individuo?, ¿cómo se coloniza?, ¿cómo es posible decolonizar, en primer lugar, el cuerpo; luego, la mente; y, por último, el alma?

4

Reconocimiento de las clases sociales

5

Reconocimiento de la cultura

En teoría, todo individuo es parte de una comunidad; es decir, corresponsable de un aparato ideológico y una cultura. Así, supuestamente, todos sabemos de dónde venimos y cuál es nuestra herencia cultural. La cultura engloba todas las incongruencias que las personas viven. A grandes rasgos, ésta puede distinguirse en las narraciones, los mitos y las leyendas que un colectivo crea para responder a las incongruencias de la realidad y enfrentarse con tranquilidad a las incertidumbres cotidianas. Por lo tanto, para el desarrollo de esta estrategia, es fundamental reflexionar sobre los relatos, y los mitos globalizantes, ancestrales, que cada colectivo posee como identidad. De tal manera, sensibilizándose ante estos detalles, se reconoce la cultura de uno mismo y las de los demás.

Para que la conciencia crítica se convierta en una conciencia ampliada, política, se necesita reconocer las desigualdades estructurales presentes en la sociedad, las cuales no sólo son económicas, sino también culturales, lingüísticas, sexogenéricas, políticas, geográficas y emocionales.

6

Reconocimiento de las desigualdades

7

Alineación de voluntades comunitarias

Una vez que la reflexión propia parte de una perspectiva consciente de la complejidad de la realidad, es momento de compartir hallazgos, buscar consensos y generar colectivos; es decir, construir comunidad. Por ello, resulta indispensable alinear la voluntad de los integrantes afines y disidentes en favor de una agenda política cuyo objetivo sea la lucha en beneficio de una comunidad por la cual valga la pena ofrecer tiempo y energía.

En este mundo individualista, se castiga la organización colectiva. Comúnmente, se insiste en que cada persona debe preocuparse, únicamente, de sus asuntos. La afrenta más profunda a este sistema consumista es organizar colectivos democráticos y diversos; es decir, demodiversos. Colectivos con una agenda política, acciones, calendario y horizonte de expectativas específicos; colectivos que reconozcan las ventajas del bien común.

8

Organización de colectivos

9

Comunicación

La comunicación no debe desarrollarse, únicamente, al interior del colectivo, sino que debe trascenderlo para generar contacto con quienes habitan espacios inhóspitos, espacios en resistencia; espacios en donde la esperanza basada en el positivismo aún tiene vigencia; centros escolares tradicionales en donde aún se espera la llegada de nuevas tecnologías educativas sofisticadas que lo resuelvan todo. Es ahí donde la comunicación debe ser efectiva y convencer al disidente sobre cómo una comunidad demodiversa es mejor que un colectivo inhumano.

Una vez que se ha logrado establecer comunicación con comunidades en otros territorios, es crucial plantearse preguntas como las siguientes: ¿cómo coordinar esfuerzos en una agenda política regional?, ¿cómo hacer de la lucha un patrimonio, un estandarte, en donde otros se puedan ver reflejados?, ¿cómo coordinar esfuerzos?, ¿cómo promover una estrategia dinámica que se adapte a las necesidades de los territorios?, ¿cómo evitar que los procedimientos de cooperación tradicional limiten las acciones de transformación cuando se solicite lealtad y disciplina a los integrantes de los colectivos desde una tradicional verticalidad?, ¿cómo construir nuevas hegemonías sin desarrollar los vicios ni cometer los abusos de las anteriores?, ¿cómo desplazar a los opresores sin caer en la tentación de utilizar sus armas melladas que han dejado, en la huida, regadas por todos lados?

10

Cooperación comunitaria

11

Insurgencia magisterial

Las acciones transformadoras, fruto de la reflexión en torno a lo cultural, lo económico y lo social, son actos que violentan al *statu quo*. Los sectores tradicionales, acostumbrados al ejercicio del poder, desde lo alto de la pirámide social, acusarán cualquier acción transformadora como un ejercicio violento. Estos sectores también se encuentran en las instituciones del Estado como hegemonías. No se puede esperar que ellos cambien sus acciones y pensamientos como si fuera un acto de generosidad o de misericordia. Para que la transformación, por todos anhelada, sea una realidad, se necesita la insurgencia magisterial que cuestione a todas las hegemonías.

Después de la insurgencia magisterial y sus acciones transformadoras continuas, tarde o temprano, las instituciones y las hegemonías cederán. Tras desplazarlas, se necesitará establecer nuevas formas de ejercicio del poder. Probablemente, ésta sea la etapa más delicada del proceso porque siempre existirá la tentación de disfrutar los privilegios de las élites desplazadas. Por todo ello, se debe imaginar y realizar un ejercicio del poder diferente, desde la humildad, para generar una sociedad demodiversa que no discrimine ni margine; es decir, una sociedad donde todos tengan voz, no sólo los individuos privilegiados. En última instancia, el propósito de esta estrategia política, cultural y administrativa es construir una sociedad donde las hegemonías, aún vigentes, sean contenidas, de modo que no puedan promover más desigualdades.

12

Consolidación del poder

Índice

Tercer grado

La fuerza musical en movimiento	8
Saberes complementarios.....	30
Un tianguis en mi escuela.....	44
Saberes complementarios.....	64
La tiendita.....	70
Saberes complementarios.....	83

Cuarto grado

Tendedero de emociones y decisiones	92
Saberes complementarios.....	113
Iguales pero diferentes.....	116
Saberes complementarios.....	129
El valor de organizarse	136
Saberes complementarios.....	152

Tercer grado



La fuerza musical en movimiento

Tú y tus compañeras y compañeros van a investigar los movimientos y las formas de los objetos.

Tú vas a dibujar cómo se mueven los objetos y cómo éstos cambian de forma al moverlos.

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer música cuando muevan los objetos.

Saberes de nuestra comunidad

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a leer la siguiente historia en equipo.

La maestra Julia va a cumplir años.

Todo el grupo queremos festejarla pero no sabemos cómo hacerlo.

La maestra dice que va a celebrar su cumpleaños con sus músicos favoritos.

Una compañera le pregunta:

—¿Su grupo musical favorito va a venir al salón?

La maestra Julia responde sonriendo:

—¡Ustedes son mis músicos favoritos!

Otro compañero le dice a la maestra:

—Pero faltan los instrumentos y sabemos pocas canciones.

Entonces, la maestra Julia nos propone:

—Vamos a hacer los instrumentos porque la música es importante en la vida diaria en las festividades y en los rituales antiguos.

La maestra explica que hace mucho tiempo los instrumentos musicales se hacían de materiales como:

- › Madera
- › Huesos de animales
- › Piedras
- › Cuerdas

La maestra dice que las personas tocaban los instrumentos prehispánicos al:

- › soplarlos
- › frotarlos
- › golpearlos
- › hacerlos vibrar

Actividad 2

Tú vas a hacer tu propio instrumento musical.

Tu maestra o maestro te va a invitar a elegir los materiales para hacer tu instrumento.

Tú y tus compañeras y compañeros van a explicar lo que van a hacer para que los instrumentos funcionen.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente:

- a) Pregunten en casa, de qué materiales estaban hechos los instrumentos musicales que tocaban sus abuelas y abuelos.



Actividad 4

Tú vas a formar un equipo con algunas compañeras y compañeros para hacer lo siguiente:

- a) Platiquen lo que saben del sonido y cómo se hace.

b) Lleven de sus casas 3 objetos:

- › Latas
- › Botes
- › Cajas

c) Jueguen a hacer sonidos con los objetos.

d) Platiquen cómo utilizar los materiales y elaboren los instrumentos.

e) Hagan una tabla como la siguiente y escriban lo que se pide.

- › Los objetos que utilizaron
- › Los materiales y las formas de los objetos
- › Los sonidos que hacen

	Objetos	Materiales y formas	Sonidos
1			
2			
3			

Tú vas a hacer sonidos con el movimiento en este proyecto, y vas a saber lo que pasa cuando golpeas un objeto.

Es decir, tú vas a conocer lo que ocurre cuando los objetos chocan uno con otro.

Investigamos

¿Cómo se hacen los sonidos con el movimiento?

Un objeto necesita que algo lo empuje para moverse.

Cuando un objeto se mueve produce un sonido.

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a trabajar en equipo para hacer un experimento.

a) Lleven al salón lo siguiente:

Materiales

- ▶ 2 cucharas de metal del mismo tamaño
- ▶ 2 palas de madera del mismo tamaño, como las que se usan en la cocina
- ▶ 2 cucharas de plástico grueso del mismo tamaño
- ▶ 3 ligas gruesas
- ▶ 1 goma de borrar

Actividad 2

Tú y tu equipo se van a dividir los 6 utensilios de cocina en pares:

- › 2 cucharas de metal
- › 2 cucharas de plástico
- › 2 palas de madera

Procedimiento

Tú y tu equipo van a seguir los siguientes pasos:

1. Junten las 2 cucharas que eligieron.
2. Pongan 1 liga en el lado largo de las 2 cucharas y las van a unir.
3. Pueden colocar 1 goma de borrar entre las cucharas para separarlas un poco.



4. Tomen el par de cucharas con una mano y muévanlas.
5. Suban y bajen la mano que sostiene las cucharas y golpeen su otra mano sin lastimarse.
6. Separen los dedos de su mano que está libre.
7. Pasen las cucharas suavemente, con su otra mano, por el centro de sus dedos separados sin lastimarse.
8. Dejen inmóvil la mano que tiene los dedos separados.
9. Intenten hacer diferentes sonidos al mover la mano que sostiene las 2 cucharas.
10. Dibujen en su cuaderno el sonido que se produce cuando cambian de posición la mano que sostiene las 2 cucharas.

Actividad 5

Tú vas a escribir en tu cuaderno lo que pasa cuando golpeas un objeto.

Actividad 6

Tú y tus compañeros de equipo van a intercambiar los pares de cucharas. Después, van a comentar cómo suenan los diferentes materiales.

Actividad 7

Tú vas a crear diferentes ritmos.

- a) Escríbelos o dibújalos en tu cuaderno.

¿Qué pasa al golpear un objeto?

Actividad 1

Tú vas a responder en tu cuaderno la siguiente pregunta.

- a) ¿Qué piensas tú que pasa cuando golpeas un objeto?

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros de equipo van a construir un **vasófono** para transmitir su voz.

Tu voz es un sonido.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer un experimento en equipo.

- a) Golpeen algunos objetos para escuchar los distintos sonidos que se van a producir.
- b) Traigan al salón lo siguiente:

.....

Vasófono: teléfono elaborado con 2 vasos y 1 cuerda que debe estar estirada y amarrada a cada vaso para transmitir vibraciones o sonidos.

.....

Materiales

- 8 vasos de vidrio grueso del mismo tamaño
- 1 lápiz largo o 1 palo de madera de 20 centímetros
- 1 marcador
- 1 regla
- 1 cinta adhesiva
- Mucha agua

Opcional:

- 6 colorantes líquidos diferentes
- 8 sobres de pintura vegetal



Procedimiento

Tú y tus compañeras y compañeros de equipo van a seguir estos pasos:

1. Midan la altura de los vasos.
2. Dividan cada vaso en 8 partes iguales con el marcador o con pedazos de cinta adhesiva.



3. Escriban en cada marca la fracción correspondiente:

$$\frac{1}{8}$$

$$\frac{2}{8}$$

$$\frac{3}{8}$$

$$\frac{4}{8}$$

$$\frac{5}{8}$$

$$\frac{6}{8}$$

$$\frac{7}{8}$$

$$\frac{8}{8}$$



4. Tú y los demás integrantes del equipo golpeen suavemente cada vaso con el lápiz o el palo de madera.
5. Vacíen agua en los vasos hasta cada marca así van a tener 8 vasos con agua a diferentes alturas.
6. Golpeen los vasos con el lápiz y produzcan sonidos que les gusten.
7. Identifiquen cada sonido con una nota musical con ayuda de su maestra o maestro.

Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros van a elaborar en su cuaderno una tabla como la siguiente y van a escribir lo que se pide.

Vaso	Altura del agua en octavos	¿El agua se mueve o se queda quieta?
Do		
Re		
Mi		
Fa		
Sol		
La		
Si		

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros van a investigar qué pasa cuando se golpea fuerte un objeto.

¿Qué ocurre cuando los objetos chocan?

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a producir sonidos con objetos que van a poner en contacto.

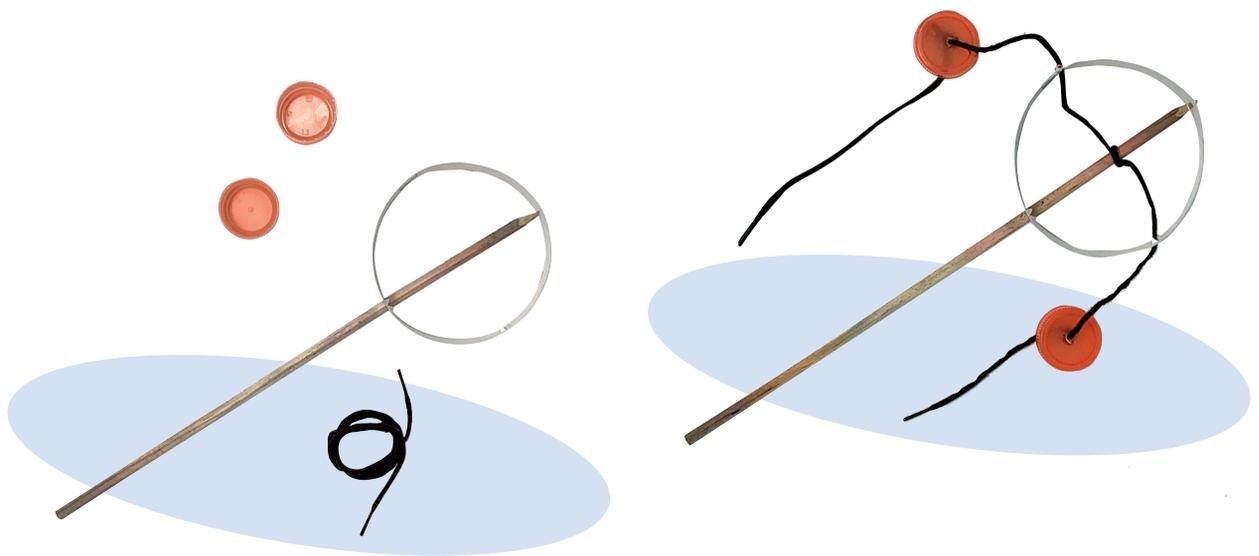
a) Traigan de su casa lo siguiente:

Materiales

- 1 lata ancha, vacía y limpia.
Puede ser de galletas o de atún
- 1 marcador
- 1 rollo de cinta canela o cinta adhesiva ancha
- 1 palo de madera redondo que termine en punta
- 1 agujeta
- 6 pares de botones o tapas de plástico de diferentes tamaños
- 2 pinceles
- 1 regla
- Pintura acrílica de colores

Tú y tus compañeras y compañeros de equipo van a seguir estos pasos para hacer un tambor:

1. Pidan ayuda a 1 adulto para abrir la lata por arriba y por abajo. Debe quedar como 1 tubo hueco con dos aberturas sin filos.
2. Marquen 2 puntos, 1 en cada lado del tubo.
3. Pidan ayuda a 1 adulto para hacer 2 hoyos en la mitad de la lata, uno frente al otro.
4. Atraviesen el palo en la lata con cuidado, como se observa en la imagen.



5. Peguen el palo al tubo para que no se mueva.
6. Pidan ayuda a 1 adulto para hacer 2 hoyos nuevos en el tubo, uno frente al otro.
7. Pasen la agujeta por uno de los nuevos orificios. Asegúrense de que la agujeta y el palo se crucen en el centro del tubo.
8. Amarren la agujeta al palo y pásenla por el otro hoyo.
9. Aseguren la agujeta al palo con cinta para que no se mueva. Los extremos de la agujeta deben quedar fuera del tubo.
10. Envuelvan el tubo con la cinta para hacerlo resistente.
11. Inserten los botones o tapas en los extremos de la agujeta.
12. Decoren su tambor con el color de pintura que más les guste.
13. Giren el tambor para que los botones o tapas produzcan diferentes sonidos al golpearlo.

14. Todos los integrantes del equipo van a crear ritmos con golpes suaves:

- 1 golpe
- 2 golpes seguidos de una pausa
- 3 golpes seguidos después una pausa

Disfruten los sonidos.



Actividad 2

1. Tú y tus compañeras y compañeros van a escribir en su cuaderno los ritmos que hicieron en el experimento. Háganlo en una tabla como la siguiente:

Ritmo	Número de golpes	Tipo de sonido
1		
2		
3		

2. Tu y tus compañeros van a realizar lo que se pide.
 - a) Intenten encontrar más ritmos que les gusten.
 - b) Cambien los tamaños de los botones o tapas y escuchen con atención para saber si se producen nuevos sonidos.



Comprendemos

Actividad 1

Tú vas a hacer en tu cuaderno una tabla como la siguiente.

- a) Escribe lo que se pide.
 - › Los materiales que utilizaste para crear sonidos.
 - › Cómo hiciste los sonidos.
 - › El ritmo que conseguiste.

Ejemplo	Materiales	Cómo hice ese sonido	Ritmo producido
1			
2			
3			

Actividad 2

Tú vas a investigar las siguientes preguntas en la biblioteca o en internet con ayuda de un adulto y a responderlas en tu cuaderno.

- a) ¿Qué es la fuerza mecánica?
- b) ¿Cuál sería un ejemplo de este tipo de fuerza?

Socializamos y aplicamos

Tú descubriste con los experimentos que:

- › Se produce sonido cuando aplicas fuerza a un objeto.
- › El sonido que se produce depende del material del objeto.
- › Se pueden producir sonidos agradables.
- › Se pueden producir sonidos molestos conocidos como ruido.

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a trabajar en equipo en un ambiente de respeto. Realicen lo siguiente:

- a) Hagan un experimento para elaborar un detector de sonidos para identificar varios de ellos.
- b) Usen materiales diferentes.

Materiales

- 30 centímetros de tela o de mantel plástico de cocina
- 1 recipiente vacío de plástico delgado de 15 centímetros de diámetro
- 1 liga gruesa o resorte
- 2 cucharadas soperas de arena, sal fina o harina de trigo, de preferencia coloreada
- 1 bocina o teléfono celular

c) Realicen estos pasos:

- 】 Cubran el recipiente con la tela o el mantel plástico de cocina.
- 】 Aseguren la tela o el mantel con la liga o el resorte para que el material quede estirado.



- 】 Coloquen encima del recipiente uno de los siguientes materiales.
 - Arena
 - Sal fina
 - Harina
- 】 Pongan la bocina o el celular al lado del recipiente.

- › Elijan 1 canción o música que les guste.
- › Reproduzcan la canción a volumen bajo.
- › Observen cómo se mueve el material que escogieron.
- › Dibujen en su cuaderno las figuras que se forman con el material que escogieron. Guíense con la siguiente tabla.

Material	Forma

- › Suban el volumen y observen lo que pasa.
- › Ustedes van a reproducir un sonido molesto o un ruido en la bocina.
- › Observen las figuras que se forman con cada uno de los materiales.
- › Comparen:
 - Las formas que hicieron con el sonido.
 - Las formas que hicieron con el ruido.
- › Escriban en su cuaderno una tabla de lo que observaron con el **patrón** que formaron los materiales. Tomen el siguiente ejemplo:

.....
Patrón: modelo que sirve para copiar y hacer cosas iguales.

Patrón con sonido agradable (música)	Patrón con sonido desagradable (ruido)



Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a tocar en el detector de sonidos cada instrumento que crearon:

- a) Pueden usar su voz.
- b) Pueden usar otros objetos.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a diferenciar y decir si son sonidos o ruidos con la ayuda de su maestra o maestro.

Actividad 4

Ustedes van a comentar y a tomar acuerdos para organizar una presentación musical con la ayuda de su maestra o maestro.

- a) Elijan una canción o música.
- b) Decidan el orden en que cada uno de ustedes va a participar.
- c) Seleccionen el lugar de la escuela donde se presentarán.

Reflexionamos el camino andado

Actividad 1

Tú vas a dibujar en tu cuaderno el instrumento que elegiste en "Saberes de tu comunidad".

Actividad 2

Tú vas a platicar en el grupo cómo hicieron el experimento de detector de sonidos en la sección "Socializamos y aplicamos".

Actividad 3

Tú vas a explicar cuál de todas las actividades del proyecto te pareció más difícil.

Actividad 4

Tú vas a escribir o dibujar los materiales que usaste para hacer tu instrumento.

Actividad 5

Tú vas a dibujar las formas que hizo cada sonido en el detector de sonidos.

Actividad 6

Tú vas a escribir en tu cuaderno los acuerdos que hicieron en equipo.

Actividad 7

Tú vas a escribir en tu cuaderno lo que más te gustó de este proyecto.



Saberes complementarios

Música

Cambio de movimiento

Un objeto cambia de movimiento cuando se mueve más lento o rápido.

Cuando tú tienes una pelota en la mano y la lanzas, cambia de movimiento.

Y si tú la chocas con otras pelotas, éstas también se mueven.



Inercia

La inercia sucede cuando un objeto continúa en reposo o en movimiento.

Deformación

Es cuando un objeto cambia de forma debido a la fuerza.

Cuando tú aplastas una galleta se deforma para siempre.

Cuando tú aplastas una esponja o un globo se deforma, y cuando los dejas de aplastar regresan a la forma que tenían.



Interacción

La interacción es la relación entre 2 objetos que pueden estar en equilibrio o no.

También es la relación entre 2 o más seres vivos o cosas.



Choques

Un choque es cuando 2 cosas o más se golpean entre sí.

Hay 2 tipos de choques:

1. El choque elástico es cuando los objetos no cambian su forma para siempre.
2. El choque inelástico es cuando los objetos se deforman para siempre.



Energía mecánica

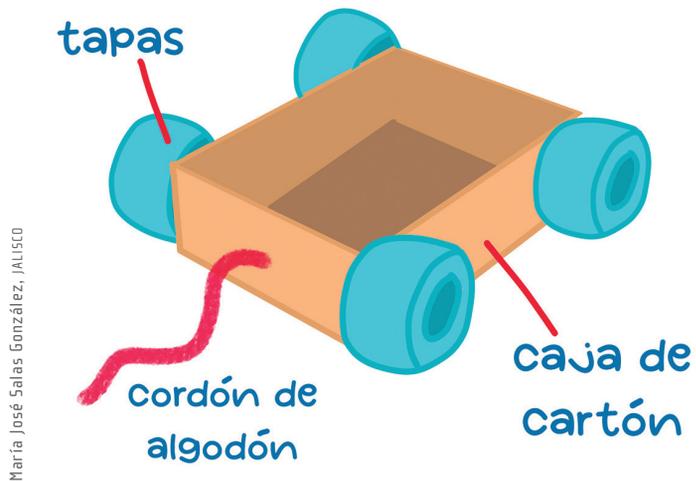
La energía mecánica permite cambiar el estado de 1 objeto que está quieto o en movimiento.

Tú necesitas energía mecánica para levantar 1 objeto o pegarle a 1 pelota.



Reutilizar materiales

Es usar otra vez los mismos materiales o las cosas que ya utilizaste.

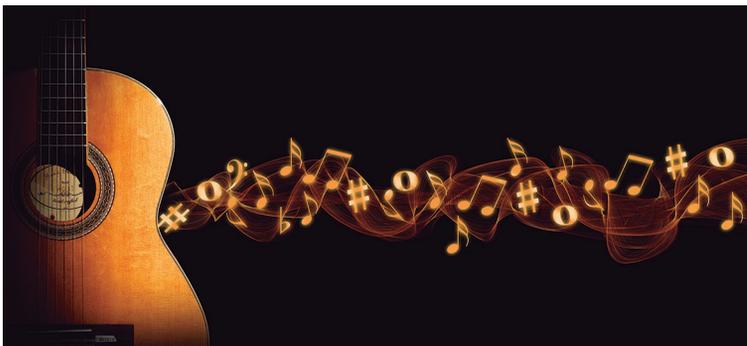


Producción de sonido

Para hacer 1 sonido es necesario:

- 1 cuerda que vibre.
- 1 medio elástico que permita la propagación de la vibración.

Al tocar la cuerda de una guitarra, vibra y se escucha un sonido porque el aire propaga la vibración.



Música

La música se crea cuando se combinan sonidos agradables al oído con:

- › Ritmo
- › Melodía
- › Armonía



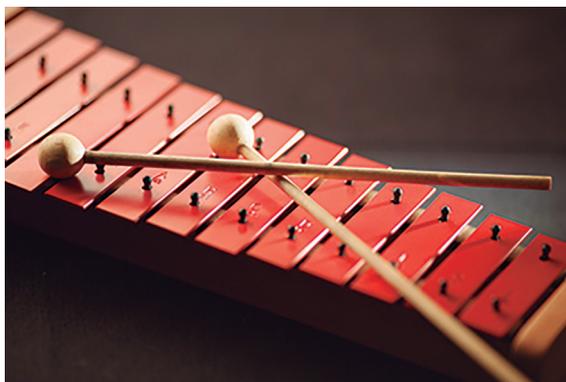
Producción de sonidos

Para el oído humano es muy común escuchar sonidos porque puede percibir las vibraciones que están en el aire, a su alrededor.

Estas vibraciones llegan a la oreja y se dirigen hacia el tímpano.

Tú puedes escuchar sonidos bajo el agua como alguien hablando o el ruido de burbujas y el chapoteo.

Al poner tu oreja sobre una mesa a la que le dan un golpe, tú detectas fácilmente el sonido porque éste viaja hacia el oído a través de la mesa sólida.

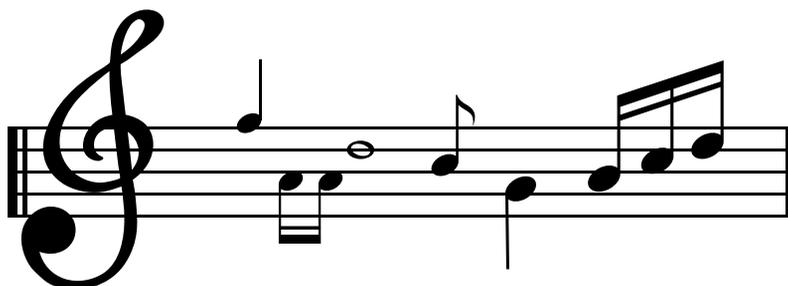


Pentagrama

Un pentagrama es un conjunto de 5 líneas horizontales paralelas sobre las que se escriben las notas musicales.

El pentagrama muestra:

- › La melodía
- › El ritmo
- › La armonía
- › El compás



¿Qué es la música?

La música es un **arte** que conocen todas las personas.

Esto significa que las personas disfrutan al escuchar una canción.

A las personas les gusta escuchar canciones:

- › Románticas
- › Norteñas
- › Salsa
- › Otros tipos



La gente escucha música sin importar quién la hizo, sino que le guste.

La música es una forma de expresar y provocar emociones.

.....

Arte: es la forma de expresar emociones y sentimientos con ayuda de dibujos, teatro, danza y música.

.....

La música puede hacer que las personas se sientan:

- › Alegres
- › Esperanzadas
- › Melancólicas
- › Relajadas
- › Felices

La música tiene el poder de hacerte sentir contenta o contento o triste.

¿Qué usa una persona especialista en música para que te sientas así?

Principalmente usa 3 elementos:

- › Melodía
- › Ritmo
- › Armonía



Aunque las personas que hacen canciones no siempre saben que una canción suena bien porque su música tiene esos 3 elementos.

Ahora sabes que una canción siempre debe tener esos 3 elementos para que suene bien.

La palabra melodía, en griego, quiere decir "canto".

El canto es el conjunto de sonidos o notas que tú puedes hacer con la voz.

Los **instrumentos de percusión** no pueden crear melodías.

Todos los demás instrumentos pueden utilizarse para producir melodías usando notas que tú puedes tararear.

.....
Instrumentos de percusión:
son los que suenan golpeándolos con las manos, baquetas o varillas.
.....



Gerardo Miguel Camacho Marín, ESTADO DE MÉXICO

Tú puedes reconocer la melodía de una canción como la de "Cielito lindo", si la cantan o la tocan con:

- › Guitarra
- › Trompeta

Si tú la reconoces, hasta tú puedes silbarla.

¿Tú lo has intentado alguna vez?

Si tú puedes reconocer los sonidos que forman una canción, eso quiere decir que tú descubriste su melodía.



Gerardo Miguel Camacho Marín, ESTADO DE MÉXICO

El ritmo es la cantidad de veces que se repiten los sonidos.

Tu corazón late de forma continua y rítmica.

Si tú tocas el ritmo del corazón en un tambor vas a escuchar música alegre y con ritmo.

Cuando corres, tu corazón late más rápido y también el ritmo de los latidos de tu corazón es más rápido.

Una persona que hace canciones usa ritmo para que sientas:

- › Alegría
- › Tranquilidad
- › Tristeza

La armonía ocurre cuando varias personas cantan juntas.

Piensa en 3 personas que cantan la misma canción:

- › Una persona tiene voz grave.
- › Otra persona tiene voz normal.
- › Otra persona tiene voz muy aguda.



Gerardo Miguel Camacho Martín, ESTADO DE MÉXICO

Cuando 3 personas cantan juntas una melodía, la música se escucha fuerte, completa y agradable.

Como en los tríos de boleros o en los coros de las iglesias.

La música nació cuando el hombre primitivo se dio cuenta de que podía imitar el sonido de los pájaros y su melodía.

Y tocó el bum bum del corazón en un tambor o con maderas, o sea, el ritmo.

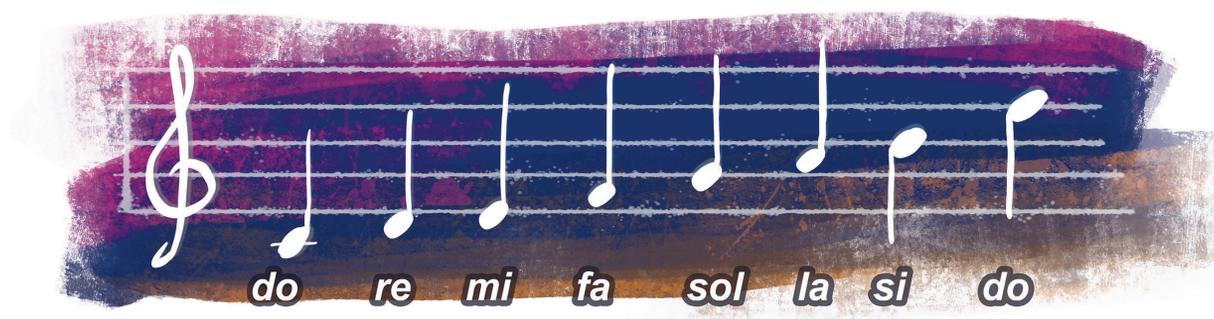
Y cantó con las aves en los bosques o selvas, es decir, creó la armonía.



Gerardo Miguel Camacho Marín, ESTADO DE MÉXICO

Las notas musicales son el nombre de cada sonido que se hace más agudo o grave.

Es como recorrer una escalera que en la música se llama escala musical.



Gerardo Miguel Camacho Marín, ESTADO DE MÉXICO

Cada sonido tiene su nombre.

En una escala occidental se ordenan de la siguiente manera:

- › Do
- › Re
- › Mi
- › Fa
- › Sol
- › La
- › Si
- › Do

Se repite do porque es 8 veces más agudo que el primero.

También se puede comenzar con un sonido más agudo que el primero.

Con las notas se crean melodías y armonías.

Cuando las personas tocan las notas en un instrumento siguiendo un ritmo, producen géneros o estilos musicales diferentes.

Por ejemplo:

- › Bolero
- › *Jazz*
- › *Rock*
- › Vals
- › Salsa
- › Cumbia
- › Banda
- › Bachata
- › Clásica
- › Regional
- › Norteña

Es increíble que tan sólo con

- › melodía
- › ritmo
- › armonía
- › 8 notas musicales

las personas hagan muchas canciones con diferentes estilos musicales.



Danna Fernanda Trejo Valencia, VERACRUZ

Un tianguis en mi escuela

En este proyecto, tú vas a conocer los **hábitos saludables** en la alimentación e **hidratación**.

Tú y tus compañeras y compañeros van a jugar a hacer un tianguis de comidas saludables.

Punto de partida

La alimentación y la hidratación saludables son hábitos para el bienestar de tu familia y de tu comunidad.

Ustedes y las demás personas comen o beben lo que producen en el lugar donde viven.

Actividad 1

Tú vas a observar las siguientes imágenes:

- a) Encierra en un círculo los alimentos y las bebidas saludables.



.....
Hábitos saludables:

actividades para cuidar tu salud.

Hidratación:

acción de tomar líquidos.
.....

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar sobre estas preguntas:

- a) ¿Qué alimentos y bebidas encerraron en un círculo?
- b) ¿Cómo saben cuáles son los alimentos y las bebidas saludables?
- c) ¿Cuáles de esos alimentos y bebidas consumen en su escuela y en su casa?



Plan y acción

Actividad 1

Tu maestra o maestro te va a dar algunas imágenes de alimentos.

- a) Colorea las imágenes de los alimentos saludables que comes con tu familia.

Actividad 2

Tu maestra o maestro te va a dar imágenes de alimentos y bebidas saludables.

- a) Vas a necesitar los siguientes materiales para realizar la actividad.
 - › Colores
 - › Tijeras
 - › Pegamento

- b) Coloréalas, recórtalas y pega los recortes en tu cuaderno.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a comentar las siguientes preguntas.

Pidan ayuda a su maestra o maestro si lo necesitan.

- a) ¿Qué frutas piensan ustedes que son saludables?
- b) ¿Cómo pueden mejorar su alimentación en casa?
- c) ¿Qué bebidas son saludables para ustedes?
- d) ¿Qué alimentos son dañinos para su salud?

Identificamos necesidades para definir el servicio

Actividad 1

Tú vas a observar el **Plato del Bien Comer**.



.....
Plato del Bien Comer: es una guía de la variedad de alimentos saludables que se recomienda consumir.
.....

Actividad 2

Tú vas a escribir en tu cuaderno las respuestas de las siguientes preguntas:

- ¿Qué alimentos observas en el Plato del Bien Comer?
- ¿Qué significa el color rojo en el Plato del Bien Comer?
- ¿Qué significa el color anaranjado en el Plato del Bien Comer?
- ¿Qué significa el color verde en el Plato del Bien Comer?

Actividad 3

Tú vas a escribir o a hacer un dibujo de los alimentos que preparan en tu comunidad.

- a) Platica con tus compañeras y compañeros de los alimentos que preparan en tu comunidad.

Actividad 4

Tú vas a buscar información sobre qué es el Plato del Bien Comer y cómo te ayuda a tener una alimentación saludable.

- a) Pide apoyo a un adulto.
- b) Escribe o dibuja en tu cuaderno la información que obtuviste sobre el Plato del Bien Comer y de la alimentación saludable.



Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros van a observar los alimentos que encerraron en la sección "Punto de partida".

- a) Clasifiquen las imágenes con ayuda del Plato del Bien Comer.
- b) Si tú y tus compañeras y compañeros no saben cómo clasificarlas pidan ayuda a su maestra o maestro.
- c) Su maestra o maestro les va a ayudar a hacer una tabla.

Actividad 6

Tú y tus compañeras y compañeros van a escribir o dibujar en una tabla en su cuaderno los alimentos que se mencionan en ella.

Tomen el siguiente ejemplo:

Clasificación del Plato del Bien Comer

Verduras y frutas	Leguminosas y alimentos de origen animal	Cereales

Los hábitos son acciones que hacen las personas de manera frecuente y diaria.

Por ejemplo:

- › Cepillarse los dientes antes de dormir.
- › Alimentarse.
- › Tomar agua suficiente.



Actividad 7

Tu mamá o tu papá te va a ayudar a buscar información para tener hábitos saludables de hidratación.

- a) ¿Por qué es importante para tu salud tomar agua simple potable en lugar de refrescos y jugos?



Actividad 8

Tú vas a recomendar acciones para que en tu escuela tú y tus compañeras y compañeros se mantengan hidratados tomando agua simple potable.

Actividad 9

Tú vas a observar imágenes de los hábitos de alimentación e hidratación.

- a) Marca con una paloma ✓
las imágenes de hábitos saludables.

Sara toma mucho refresco.



Laura come bocados grandes rápidamente.



Miguel come muchas frutas y verduras.



Luis se hidrata con agua simple potable.



Raúl come carne, frutas, verduras y cereales.



Margarita come papas fritas y hamburguesas.



Julia come muchos dulces.



Pablo pone mucha sal a su comida.



Actividad 10

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente:

- a) Platicuen de la actividad anterior y por qué marcaron esas imágenes.
- b) Tú vas a decir cuáles hábitos de tu propia alimentación viste en esas imágenes.
- c) Tú vas a explicar tus hábitos de alimentación.

Actividad 11

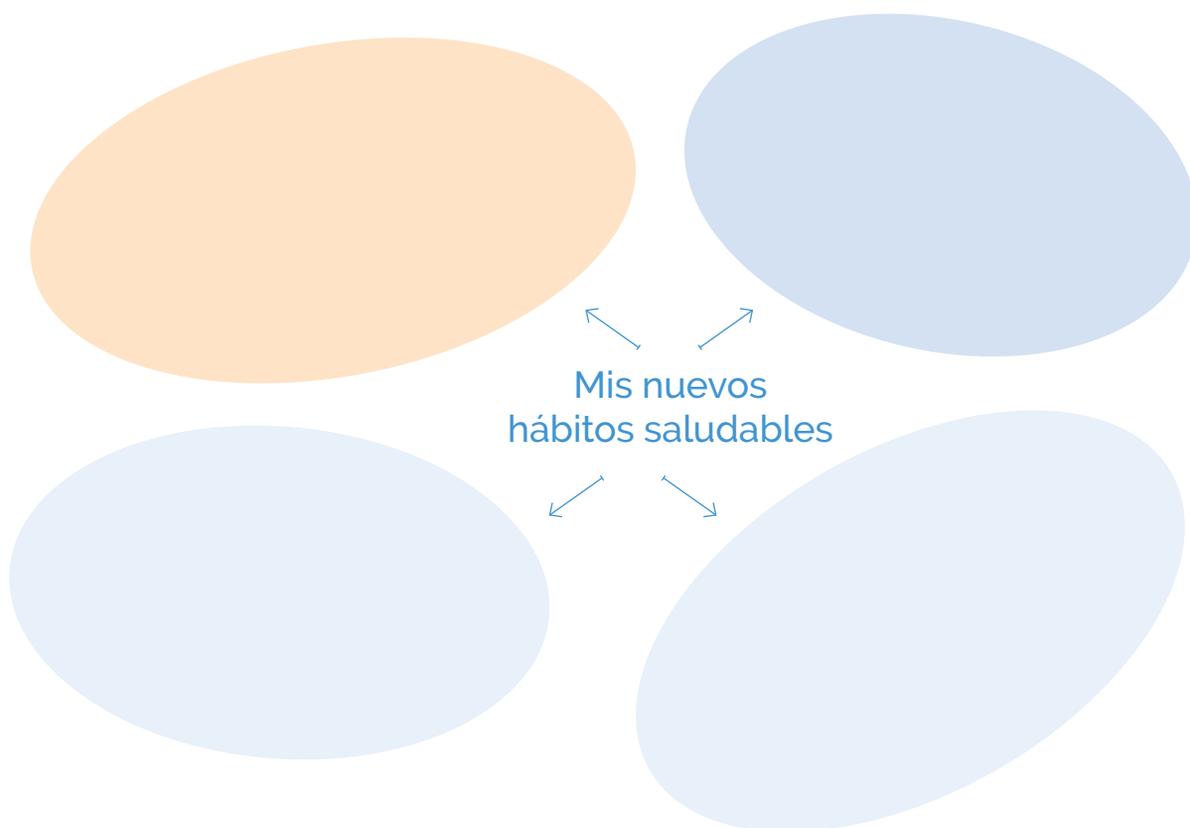
Tu maestra o maestro te va a ayudar a hacer lo siguiente:

- a) Tú vas a escribir en el pizarrón los alimentos saludables.
- b) Tú vas a escribir en tu cuaderno lo que aprendiste para tener hábitos saludables.
- c) Tú y tus compañeras y compañeros van a escribir en su cuaderno los hábitos saludables que les gustaría adquirir.

Actividad 12

Ustedes van a platicar cómo pueden adquirir estos hábitos saludables.

- a) Tú vas a hacer un esquema como el siguiente y vas a escribir o a dibujar los hábitos que aprendiste:



Actividad 13

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar para responder las siguientes preguntas:

- b) ¿Qué es un detective?
- c) ¿Qué hace un detective?

Actividad 14

Tú vas a jugar a ser detective de los hábitos saludables de alimentación e hidratación de tu comunidad escolar.

- a) Vas a observar lo que comen tus compañeras, compañeros, maestras y maestros en el recreo.
- b) Decide lo siguiente:
 - › A quiénes vas a observar.
 - › A cuántas personas vas a observar.
 - › Cuándo vas a hacer la observación.

Actividad 15

Tú vas hacer en tu cuaderno una tabla como la siguiente. Después, vas a escribir o a dibujar los hábitos de alimentación de las personas que observaste.

Persona	¿Qué come?	¿Qué bebe?
Compañera		
Compañero		
Maestra		
Maestro		

Actividad 16

Tú vas a responder en tu cuaderno lo siguiente con la ayuda de tu tabla.

- a) ¿Qué alimentos comen las personas en la escuela?
- b) ¿Qué bebidas toman las personas en la escuela?
- c) ¿Cuáles alimentos o bebidas podrían dejar de comer?

Actividad 17

Tú vas a ir a un tianguis o mercado cerca de tu casa en compañía de un familiar.



- a) Observa los productos que venden en el tianguis o mercado.
- b) Escribe en tu cuaderno los alimentos que venden en el tianguis o mercado.
- c) Clasifica los alimentos como en el Plato del Bien Comer.

Para ello, tú vas a hacer en tu cuaderno una tabla como la siguiente.

Frutas y verduras	
Productos de origen animal	
Leguminosas	
Cereales	

Actividad 18

Tú y tus compañeras y compañeros van a compartir sus tablas.

Actividad 19

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar de lo que pusieron en ellas.

Respondan lo siguiente:

- a) ¿Necesitan el Plato del Bien Comer para clasificar los alimentos?
- b) ¿Cuál de estos alimentos les gustaría vender en el tianguis?

Actividad 20

Tú vas a observar los siguientes platillos.

- a) Encierra en un círculo los platillos que has comido.

Guacamole



Ensalada de nopales



Pescado a la veracruzana



Pozole blanco



Enfrijoladas



Actividad 21

Tú y tus compañeras y compañeros van a responder las preguntas:

- a) ¿Qué platillos mexicanos saludables conocen?
- b) ¿Cuáles de esos platillos mexicanos que ustedes conocen provienen del lugar donde viven?
- c) ¿Qué otros alimentos saludables hay en el lugar donde viven?
- d) ¿Cuáles de esos alimentos han comido?



Organiza las actividades

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer un tianguis de alimentos saludables en la escuela.

Lo van a hacer para mostrar la variedad de alimentos saludables que pueden consumir.

Es importante organizar las actividades y preparar el material que van a necesitar.

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar sobre las actividades que van a hacer en el tianguis.

- a) Marquen con un círculo  las actividades que harán en el tianguis en la siguiente tabla.
- b) Marquen con una palomita  la comida saludable.

Actividad en el tianguis	Comida saludable
Vender frutas	
Vender verduras	
Vender agua simple potable	
Vender frijoles	
Vender pollo	
Vender papas fritas	
Vender refrescos	
Vender leche	

Creatividad en marcha

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente con ayuda de su maestra o maestro.

- a) Decidan qué alimentos venderán en el tianguis. Deben preparar:
- ▶ Alimentos saludables
 - ▶ Alimentos fáciles de elaborar

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a decidir:

- a) El nombre del tianguis.
- b) Los alimentos que van a vender en el tianguis.
- c) Quiénes van a vender los alimentos.

- d) Los materiales que van a necesitar.
- e) A qué personas les van a pedir ayuda para preparar los platillos.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a elegir el día de la semana para vender:

- a) Lunes
- b) Martes
- c) Miércoles
- d) Jueves
- e) Viernes



Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros van a conseguir los siguientes materiales:

- › 2 cartulinas o papel similar que tengan
 - › Plumones y colores.
- a) Con ayuda de su maestra o maestro hagan lo que se pide:
- › Dibujen en una cartulina los alimentos que van a vender.
 - › Escriban en otra cartulina el nombre que eligieron para el tianguis.

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros se van a organizar en equipos para hacer lo siguiente:

- a) Lleven los materiales acordados para el tianguis.
- b) Coloquen la cartulina con el nombre del tianguis en un lugar visible.
- c) Coloquen la cartulina con los dibujos de los alimentos que van a vender junto a la otra cartulina.
- d) Coloquen las mesas para poner los alimentos.
- e) Acomoden los platos y los vasos.



Ahora están listos para vender los platillos y las bebidas en el tianguis.

Tú y tus compañeras y compañeros decidan con su maestra o maestro si pueden hacer un intercambio de alimentos con otros equipos.

Valoramos y compartimos nuestros logros

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a invitar a su salón a varias personas que asistieron al tianguis para platicar de su experiencia.

- a) ¿Qué alimentos probaron?
- b) ¿Conocieron nuevos alimentos?
- c) ¿Qué alimentos nuevos comerían?

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a pensar si este proyecto les ayudó a conocer la comida para tener una alimentación saludable.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a escribir o dibujar en su cuaderno lo que aprendieron en el tianguis de alimentos saludables y si estos alimentos van a mejorar su alimentación.



Saberes complementarios

Prácticas culturales

Las prácticas culturales son

- › conocimientos
- › manifestaciones
- › experiencias

que hacen las personas en las comunidades para expresar su manera de ver y vivir en el mundo.

Las prácticas culturales se representan con:

- › Lengua que se habla
- › Costumbres y tradiciones
- › Danzas
- › Canciones
- › Rituales
- › Festividades
- › Ferias
- › Tianguis y mercados
- › Expresiones religiosas
- › Actividades relacionadas con la naturaleza

Hay prácticas culturales dentro y fuera de las comunidades.

Dentro de las comunidades, las prácticas culturales:

- › Dan identidad a las personas de la comunidad.

- › Integran a las personas en la comunidad.
- › Representan a la comunidad.

Afuera de las comunidades,
las prácticas culturales:

- › Crean un diálogo con otras culturas.
- › Permiten conocer valores como el respeto a las diferentes formas de vida.

Cuando tú formas parte de una comunidad participas en sus prácticas culturales.

Las prácticas culturales te dan un sentido de pertenencia a la comunidad y al lugar donde vives.

Patrimonio cultural en prácticas culturales

México es un país con un gran patrimonio cultural.

En México hay **pueblos originarios** que son parte del patrimonio cultural.

El **patrimonio cultural** incluye:

- › Museos
- › Centros culturales
- › Ciudades
- › Sitios naturales
- › Festividades
- › Expresiones
- › Rituales

.....
Pueblos originarios: se llaman así porque conservan tradiciones, costumbres y rituales que forman su cultura desde antes de la llegada de los europeos a América.

Patrimonio cultural: es un conjunto de lugares o sitios de valor cultural y natural que debe preservarse.
.....

Algunos ejemplos de patrimonio cultural en las prácticas culturales de México son:

- › Día de Muertos
- › Los voladores de Papantla en Veracruz
- › Las tradiciones de Peña de Bernal en Querétaro
- › Canto pirekua purépecha en Michoacán
- › Los danzantes parachicos en Chiapas
- › El mariachi
- › La charrería
- › Canto cardenche en Durango



La leyenda de las enchiladas potosinas

Cristina Jalomo es una mamá **potosina** que trabaja en su casa.

Cristina va al **molino** todos los días.

Cristina prepara su maíz de **nixtamal** para hacer tortillas deliciosas.

El día lunes, cuando Cristina preparaba la masa en el molino dejó, sin querer, caer pocos chiles en la preparación.

Cuando eso sucedió, la masa se pintó de color rojo y tuvo sabor a chile.

Cristina se asustó, pero no quiso tirar la masa.

Cristina se la llevó a su casa y agregó a su masa:

- ▶ Jitomate
- ▶ Chile
- ▶ Queso

.....
Potosina: originaria del estado de San Luis Potosí.

Molino: lugar donde la gente muele chiles, semillas o maíz.

Nixtamal: maíz cocido en agua con cal que sirve para hacer tortillas.
.....



Cristina esperaba que a sus hijos les gustara la masa preparada.

A la familia de Cristina le gustó mucho el platillo preparado y éste se convirtió en un antojo familiar.

Poco a poco, la masa preparada se dio a conocer como un invento delicioso.

Las personas comenzaron a venderlo en la plaza principal y ahora se les llama enchiladas potosinas.



Mi mamá vende enchiladas todos los días.

Las fríe en su comal.

Las enchiladas son deliciosas.

Mi mamá las vende fritas y con cebolla.

También se pueden comer recién hechas con frijoles, aguacate y crema.

Tú prueba las enchiladas potosinas.

Son un antojo de San Luis Potosí y se conocen a nivel mundial.

¡Mmm! Se te antojaron ¿verdad?



La tiendita

En este proyecto tú vas a ir a varias tienditas de tu comunidad para elaborar una lista de alimentos y precios que te va a ayudar a cuidar el gasto familiar.

Tú vas a comprar alimentos con dinero.

Además, tú vas a reconocer **alimentos naturales o frescos** que ayudan a tener buena salud.

Tú vas a reconocer alimentos procesados que dañan la salud.

Alimentos naturales o frescos:

son alimentos que vienen del campo y de animales.

Alimentos procesados:

son alimentos con ingredientes que dañan la salud.

Saberes de nuestra comunidad

Actividad 1

Tu maestra o maestro va a leer la siguiente historia:

Mayra y su familia van al mercado cercano a su casa cada semana.

Compran:

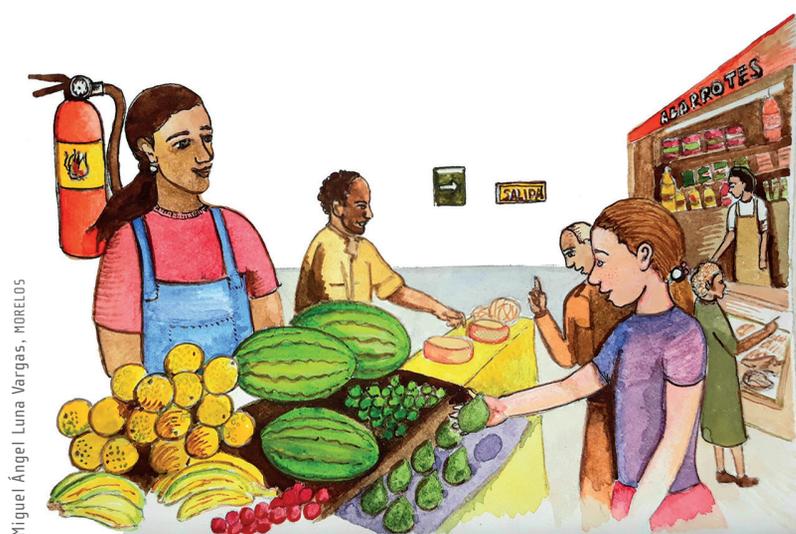
- › Carne
- › Huevo
- › Frijoles
- › Verduras
- › Frutas

Los papás de Mayra dicen que los alimentos están más caros.



Por eso, los papás de Mayra decidieron ajustar el consumo de sus alimentos.

Los papás de Mayra acordaron consumir más alimentos frescos de su comunidad, porque son saludables y más baratos.



La familia de Mayra también acordó que van a dejar de comprar alimentos procesados porque dañan la salud.

Mayra y sus papás hicieron una lista para saber cuánto dinero deben gastar en los alimentos.



Miguel Ángel Luna Vargas, MORELOS

Actividad 2

Tú vas a preguntarle a tu familia dónde compran los alimentos que comen en tu casa.

Tú y tus compañeras y compañeros van a formar equipos.

- a) Cada equipo va a decir dónde van a comprar sus familias los alimentos que comen en casa.

Actividad 3

Tú vas a copiar la siguiente tabla en tu cuaderno.

Alimentos que compran las familias					
	Equipo 1	Equipo 2	Equipo 3	Equipo 4	Equipo 5
Familia 1					
Familia 2					
Familia 3					

Actividad 4

Tú vas a escribir o dibujar en tu cuaderno una tabla con los lugares donde compran sus alimentos las familias de cada equipo.

- a) Agrega filas a la tabla según el número de familias que tenga cada equipo.

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros van a contestar en su cuaderno las siguientes preguntas con ayuda de un familiar.

- b) ¿Qué alimentos frescos comen en su casa?
- c) ¿Qué alimentos procesados comen en su casa?
- d) ¿Tú conoces los precios de los alimentos que compra tu familia?

Investigamos

Actividad 1

Tú vas a hacer una lista de alimentos en tu cuaderno.

- a) Escribe o dibuja:
 - › Alimentos naturales o frescos que tienes en tu casa.
 - › Alimentos procesados que tienes en tu casa.

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a investigar lo que sigue con ayuda de un adulto:

- a) ¿Qué son los alimentos frescos?
- b) ¿Qué son los alimentos procesados?
- c) ¿Cómo cambian los precios de los alimentos que venden en tu comunidad?

Actividad 3

Tú vas a hacer lo siguiente con apoyo de un familiar con la lista de alimentos naturales o frescos y alimentos procesados que elaboraste en la Actividad 1 de “Investiguemos”.

- a) Visita 3 lugares cerca de tu casa donde vendan alimentos.

b) Pregunta el precio de los alimentos de tu lista por:

- › Pieza
- › Kilo
- › Litro

c) Escribe el precio de cada alimento de tu lista.

Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros van a leer el siguiente texto con ayuda de su maestra o maestro:

Los frijoles son un alimento que comen muchas familias mexicanas.

Tú puedes comprarlos crudos para cocerlos en casa.

También los venden en:

- › Polvo
- › Lata
- › Bolsa
- › Cocidos

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar acerca de las siguientes preguntas.

- a) ¿Cuál de estos frijoles son más caros?
- › Frijoles de lata
 - › Frijoles crudos
- b) ¿Qué es mejor comer?
- › Frijoles de lata
 - › Frijoles cocidos en casa
- c) ¿Cuál de estos frijoles comerías tú para estar saludable?



Actividad 6

Tú vas a escribir o dibujar las respuestas en tu cuaderno.

Actividad 7

Tú y tus compañeras y compañeros van a formar equipos para jugar a la tiendita.

a) Consigan los siguientes materiales:

Materiales

- Envolturas de alimentos procesados
- Dibujos de alimentos frescos que se comen en la casa
- Hojas
- Colores
- Tijeras
- Cartón

Procedimiento

Tú y los demás integrantes de los equipos sigan estos pasos:

1. Junten las envolturas de los alimentos procesados.
2. Escriban o copien el precio de los alimentos que van a vender.
3. Dibujen monedas y billetes.
4. Recorten los dibujos de monedas y billetes.
5. Cuenten las monedas y billetes que tienen.
6. Hagan un letrero con el nombre de la tiendita.
7. Pongan su tiendita en un lugar.

8. Elijan si van a vender de acuerdo con los ingredientes indicados en las etiquetas:

- › Productos frescos
- › Productos procesados
- › Productos frescos y procesados

Actividad 7

Tú y los demás integrantes de tu comunidad van a turnarse para vender y comprar en las tienditas.

Actividad 8

Tú vas a responder en tu cuaderno lo siguiente:

- a) ¿Cuánto dinero te sobró?
- b) ¿Cuánto dinero te gastaste en las tienditas?



Miguel Ángel Luna Vargas, MORELOS

Comprendemos

Actividad 1

Tú vas a hacer una lista de las características de los alimentos frescos y de los alimentos procesados que comes en casa.

- a) Pide ayuda a un adulto para dibujar en tu cuaderno un esquema como el siguiente ejemplo:



Actividad 2

Tú vas a completar en tu cuaderno una tabla como la siguiente con dibujos de monedas.

Alimentos	Monedas
Frutas	Dibuja 8 monedas.

Alimentos	Monedas
Galletas	Dibuja 10 monedas.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer en su cuaderno lo siguiente:

a) Escriban o dibujen:

- › La tienda en donde gastaron mucho.
- › La tienda en donde gastaron poco.

Actividad 4

Tú vas a dibujar en tu cuaderno los alimentos que más compraron en tu equipo.

Socializamos y aplicamos

Actividad 1

Tú vas a contar tu dinero.

Actividad 2

Tú vas a llenar la siguiente tabla para saber si gastaron mucho o poco en la actividad de la sección "Investiguemos".

- a) Utiliza o dibuja alguno de los siguientes elementos:
- › Monedas
 - › Estampas
 - › Puntos
- b) Utiliza o dibuja la misma cantidad de elementos como se señala en cada recuadro.
- c) Observa el siguiente ejemplo:

Mucho	Poco
**	*
****	**



Reflexionamos en el camino

Actividad 1

Tú vas a responder lo siguiente:

- a) ¿En qué tienda yo compré con poco dinero?
- b) ¿Qué alimentos como con mi familia?
- c) ¿Yo consumo alimentos frescos o alimentos procesados?
- d) ¿Qué alimentos creo yo que son más saludables?
- e) ¿Qué alimentos creo yo que cuestan más dinero?

Saberes complementarios

El croquis como sistema de referencia

Ubicación espacial

Es la capacidad de conocer la posición de los objetos en el espacio con relación a otras personas y objetos que los rodean.



Croquis

El croquis se hace sin medir o sin usar una escala. Su propósito es dar una idea rápida para orientar a las personas en su ubicación espacial.

En un croquis se usan palabras como:

- Adelante
- Atrás
- Dentro

- › Fuera
- › Cerca
- › Lejos
- › Izquierda
- › Derecha

Actividades para aprender

Tú vas a pedir ayuda a un familiar para dibujar un croquis del lugar donde vives, con los lugares a los que puedes ir.

Actividad 1

Tú vas a ubicar las calles con sus nombres y a dibujar lugares como:

- › El parque o un lugar para divertirse
- › La tienda de la esquina o un lugar con productos de la localidad
- › La casa de un amigo o de un familiar

Actividad 2

Tú vas a trazar con una línea en el croquis para señalar cómo llegas caminando de tu casa a esos lugares.

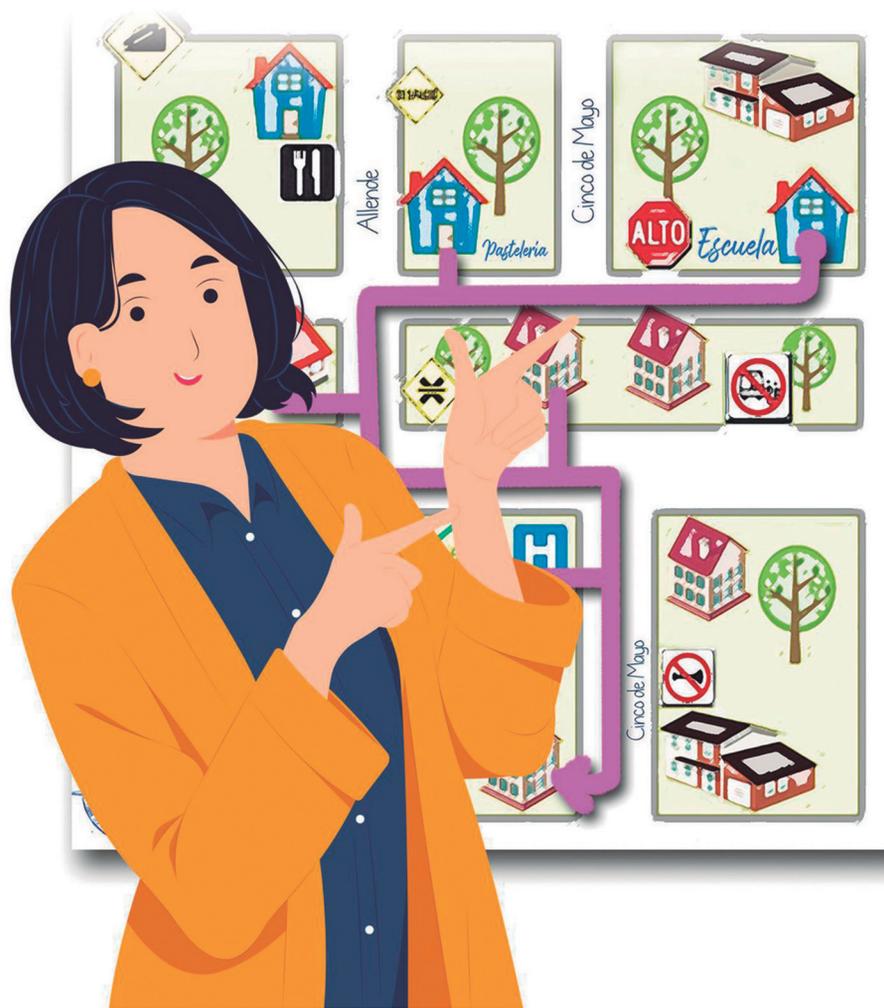
- a) Toma en cuenta un camino seguro.

Actividad 3

Para hacer tu explicación, tú considera que:

- › Las instrucciones deben ser claras y sencillas.
- › Utiliza indicaciones como "camina" o "gira a la derecha" o a la izquierda.

a) Observa el croquis de ejemplo:



Billetes

Los primeros billetes mexicanos fueron unos pedazos de cartón escritos a mano y firmados.



Surgieron después de la Independencia de México porque:

- ▶ Había pocas monedas.
- ▶ Cerraron muchas minas por la guerra.
- ▶ Los caminos eran peligrosos para transportar la plata.
- ▶ Muchas personas ricas escondieron su dinero o se lo llevaron a otro país.

La guerra de Independencia dejó al nuevo país muy pobre.

Las personas necesitaban dinero para pagar todo lo que necesitaban.

Los gobiernos decidieron producir billetes.

Se elaboraron billetes de 1, 2 y 10 pesos que tenían forma casi cuadrada.

Estaban hechos en papel blanco y tenían impresa sólo por el frente la leyenda: "El Imperio Mexicano".

La gente estaba acostumbrada al dinero metálico y el papel les daba desconfianza.

Esta nueva forma de pago no les gustó.



Pasaron algunos años antes de que las personas aceptaran los billetes.

Para crear confianza en las personas los imprimían en bancos privados o se hacían en otros países.



Los billetes como los que conoces tú se empezaron a hacer en México hace algún tiempo, cuando se abrió la Fábrica de Billetes del Banco de México.



Son billetes con diseño único.

Los billetes mexicanos han ganado reconocimientos internacionales.

Algunos están hechos con papel de algodón y otros de plástico.

Los billetes de plástico son muy duraderos y resistentes.



¿Te has dado cuenta de que los billetes son de diferentes tamaños?

Se hicieron así para que las personas con dificultades visuales puedan distinguirlos.



Cuarto grado



Tendedero de emociones y decisiones

Tú vas a hacer 1 **Tendedero** de emociones y decisiones.

Tú vas a reconocer cómo tus emociones afectan tus decisiones.

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar de lo importante que es tomar buenas decisiones.

Ustedes van a poder llevarse bien en el salón.

.....
Tendedero: son varias cuerdas alejadas del suelo que se colocan en 2 paredes. Sirven para colgar ropa mojada.
.....

Punto de partida

Actividad 1

Tú vas a contestar en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- a) ¿Has pensado en qué momento te sientes feliz, triste o enojado?
- b) ¿En cuáles momentos te has sentido feliz?
- c) ¿Qué pasó para que tú te sintieras feliz?

Actividad 2

Tu maestra o tu maestro les va a leer una situación a ti y a tus compañeras y compañeros.

La pandemia de covid-19

Durante los años 2020 y 2021 todas las personas de México y del mundo no podían salir de su casa por la enfermedad de covid-19.

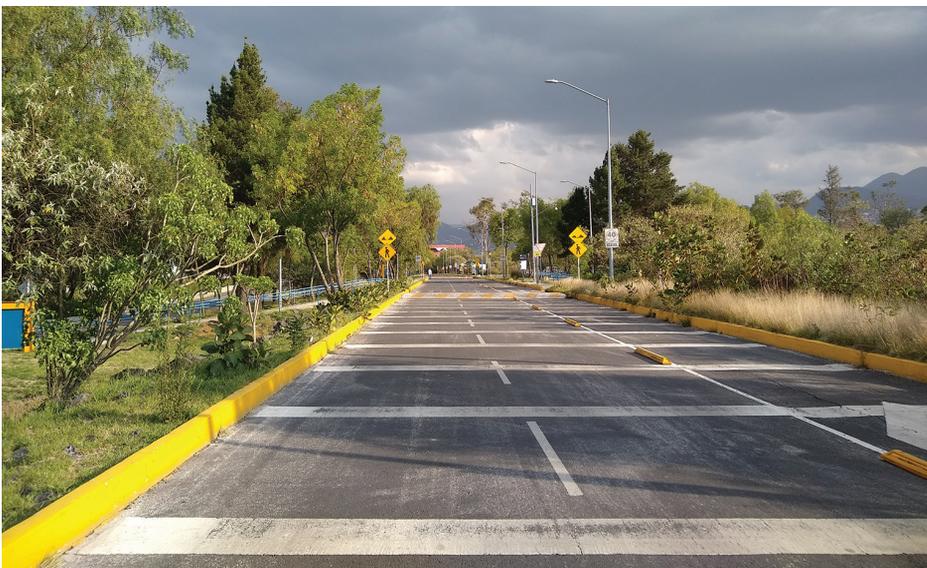
Esta enfermedad se pasaba de una persona a otra.

Todas las personas se tenían que quedar en su casa.

Tú no podías ir a la escuela ni podías ir de paseo.

Mamá y papá trabajaban en casa.

Ellos tomaron decisiones para salir de casa cuando la enfermedad de covid-19 ya no fue tan peligrosa.



Actividad 3

Tú vas a recordar que cuando estabas en casa sin salir por la enfermedad de covid-19 sentiste distintas emociones:

- › Ansiedad
- › Enojo
- › Tristeza
- › Miedo
- › Asombro

Actividad 4

Tú vas a recordar que las emociones que tú y tu familia sintieron por la enfermedad de covid-19 los hicieron tomar decisiones en familia.

Veo, veo

Actividad 1

Tú vas a utilizar expresiones de arte, por ejemplo:

- › Pintura
- › Poesía
- › Danza
- › Fotografía
- › Música

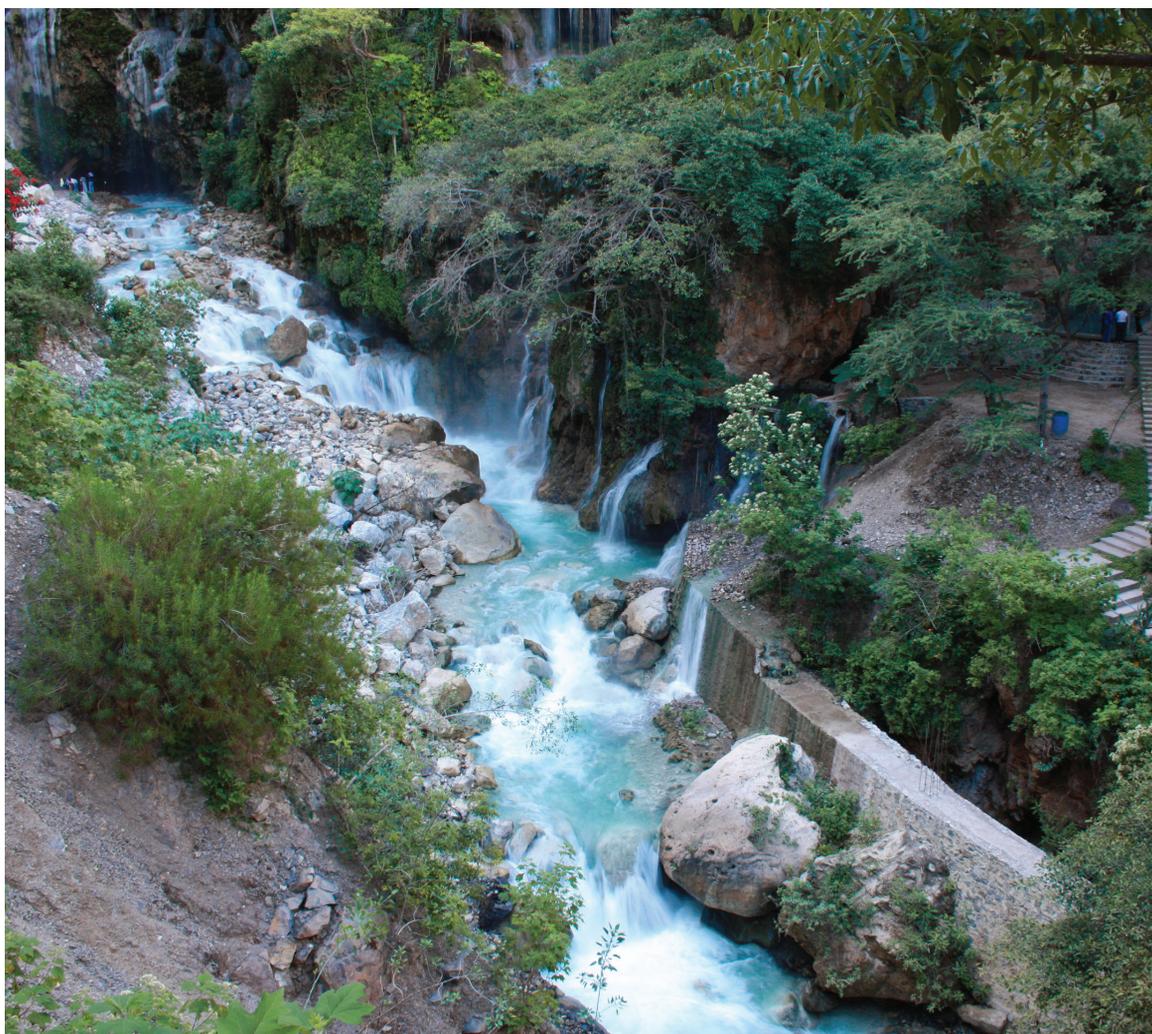
a) Con las expresiones de arte tú vas a poder:

- › Observar
- › Platicar
- › Pensar
- › Entender

Tú vas a conocer
la importancia de tomar buenas
decisiones para llevarte bien
con diferentes personas en
el salón, tu casa o tu comunidad.

Actividad 2

Tú vas a observar
la siguiente imagen:



a) Escribe en tu cuaderno las respuestas a las siguientes preguntas:

- › ¿Qué sientes al ver esta imagen?
- › ¿A ti te interesa visitar un lugar así?, ¿por qué?
- › ¿Qué puedes hacer en este lugar?

Actividad 3

Tú vas a observar la siguiente imagen:



a) Platica con tus compañeras y compañeros para responder en tu cuaderno lo que se pide:

- › ¿Cómo piensas que se siente la persona que no puede ver?
- › ¿Qué piensas que siente la persona que lo guía?

Actividad 4

Tu maestra o maestro les va a ayudar a ti y a tus compañeras y compañeros a contestar la siguiente pregunta:

- a) ¿Qué emociones sentiste al ver las 2 imágenes?

Seamos detectives

Tú y tus compañeras y compañeros serán detectives.

Hay 6 emociones que puedes expresar de muchas maneras.

Estas emociones son:

- 】 Alegría
- 】 Tristeza
- 】 Enojo
- 】 Sorpresa
- 】 Asco
- 】 Miedo

Estas emociones las sientes para que reacciones rápido y de la mejor manera en diferentes situaciones.

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros se van a organizar en equipos para platicar de lo siguiente:

- a) ¿Ustedes qué han escuchado de las emociones?

- b) ¿Ustedes qué han leído de las emociones?
- c) ¿Ustedes qué emociones han vivido?
- d) ¿Ustedes qué han visto de las emociones?

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar de las situaciones en las que escuchaste o viviste alguna de las 6 emociones.

Actividad 3

Tú vas a hacer lo siguiente:

- a) Escribe o dibuja en hojas blancas lo que tú y tus compañeras y compañeros platicaron de las emociones.
- b) Pega tu dibujo en un lugar del salón.
- c) Explica tu dibujo a tus compañeras y compañeros.

Las emociones están presentes en todo momento.

Muchas emociones que tú sientes te ayudan a cuidar de ti, a que tu cuerpo esté alerta y a responder de la mejor forma a diferentes situaciones que pueden ponerte en peligro.

Identificamos necesidades para definir el servicio

Votamos

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a formar equipos.

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar y a elegir la emoción que piensen que es más difícil de manejar.

- a) Platiquen y tomen decisiones de esa emoción que es más difícil de manejar.

Actividad 3

Tú vas a leer la siguiente historia:

La actitud de Jaime

Jaime es un alumno de 9 años que se enoja muy seguido por cualquier situación.

Jaime se enoja cuando siente frío o calor.

Jaime se enoja si le hablan.

Jaime se enoja si no lo dejan jugar.

Cuando Jaime se enoja:

- › empuja a sus compañeras y compañeros.
- › quita cosas a sus compañeras y compañeros.
- › grita a sus compañeras y compañeros.

La maestra ha visto el comportamiento de Jaime y piensa en diferentes decisiones:

1. Hablar con el director para que saquen a Jaime de la escuela.
2. Piensa si será bueno llamar a los padres de Jaime para que lo regañen.
3. Piensa pedir a los demás estudiantes que se alejen de Jaime.
4. Piensa si será mejor hablar con Jaime.

La maestra tomó la decisión de hablar con él.

Jaime está tranquilo.

Jaime se sintió incómodo al principio, pero la maestra le dio confianza.

Jaime le platica a su maestra que abrió la puerta de su casa y su perrito salió corriendo.

Cuando el perrito salió corriendo una bicicleta lo atropelló.

La mamá y el papá de Jaime llevaron al perrito al veterinario.

El veterinario dijo que el perrito sólo tenía pocos golpes.

El veterinario puso una venda en la pata del perrito.

La maestra le dice a Jaime que no sienta enojo ni culpa porque su perrito se salió corriendo.



Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO

La maestra le dice a Jaime que si está enojado no debe enojarse con sus compañeros.

Jaime le pregunta a la maestra:

—¿Qué debo hacer?

La maestra le pregunta a Jaime:

—¿Qué crees que sienten tus compañeras y compañeros cuando tú estás enojado?

Jaime decide disculparse con sus compañeras y compañeros.

Ellos escuchan y comprenden lo que le pasó a Jaime.

Sus compañeras y compañeros abrazan a Jaime.

Le van a ayudar a cuidar a su perrito.

Tú aprendiste que tus emociones afectan tus decisiones.

Tú entendiste que las decisiones que tomas a veces no son las mejores.

Actividad 4

Tú vas a pensar sobre lo siguiente:

- a) ¿Qué opinas sobre la situación de Jaime?
- b) ¿Qué opinas de la reacción de la maestra?
- c) ¿Qué decisión puedes tomar si te pasara lo que le pasó a Jaime?

Actividad 5

Tú vas a dibujar en tu cuaderno tus respuestas.

- a) Enseña a tus compañeras y compañeros tus respuestas.

Organicemos las actividades

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente en equipos:

- a) Voten para elegir una situación que esté pasando en el salón.
 - › Participa en 1 equipo.
 - › Respeta la opinión de tus compañeras y compañeros.
 - › Levanta la mano si quieres participar.

- b) Trabajen esa situación en el Tendedero de emociones y decisiones.

Actividad 2

Tú y tu equipo harán obras de arte para su Tendedero de emociones.

- a) Platica con tus compañeras y compañeros de cómo hacer obras de arte para expresar una situación.

- b) Ustedes pueden hacer obras de arte como las siguientes:
 - › 1 dibujo
 - › 1 pintura

- › 1 fotografía
- › 1 poema
- › 1 canción

c) Tú y tus compañeras y compañeros decidan cómo representar la situación.

Puede ser:

- › 1 historia con dibujos
- › 1 cuento
- › 1 cartel
- › 1 fotografía

d) Utilicen una cartulina o un material parecido.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros de equipo van a mostrar sus obras.

- a) Pongan el Tendedero de emociones y decisiones afuera de su salón.
- › Todos los demás estudiantes podrán verlo.

- b) Hagan una lista de los materiales que necesitan y dónde los pueden conseguir.



Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer nuevas obras.

Actividad 5

Tú con tus compañeras y compañeros van a cambiar las obras del Tendedero de emociones.

- a) Su maestra o maestro les indicará el día para cambiarlas.
- b) Inviten a otros estudiantes a hacer sus obras y a que hagan su propio Tendedero de emociones y decisiones.

Creatividad en marcha

Actividad 1

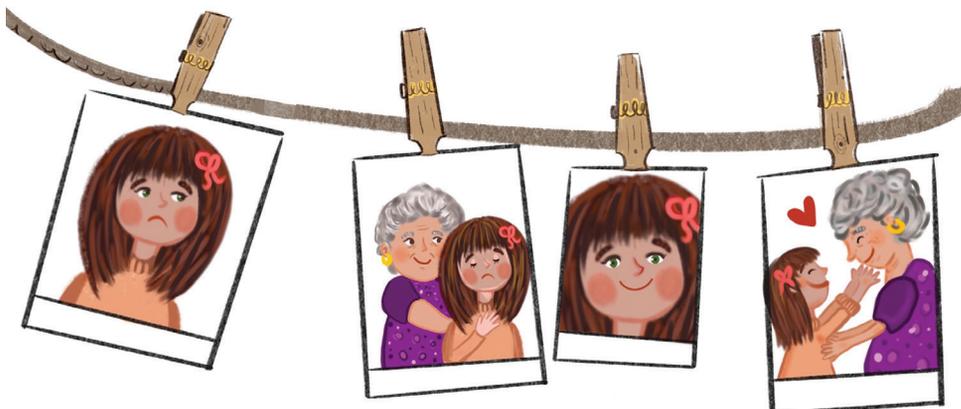
Tú y tus compañeras y compañeros van a elegir 1 situación problemática.

- a) Su maestra o maestro les va a ayudar a elegir 1 situación que está pasando en su salón de clases o en su escuela.
- b) Ustedes elijan una situación con la emoción de alegría.

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer una historia.

- a) Su historia debe mostrar la situación que quieren dar a conocer al grupo.
- b) Dibujen en su historia las decisiones que tomaron para manejar la emoción de alegría.
- c) Piensen lo siguiente:
 - » ¿Para ustedes qué es la alegría?



Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a poner su historia en el Tendedero de emociones y decisiones.

Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros van a identificar en su salón de clases lo siguiente:

- a) ¿Qué situación en el salón los hace enojar a ti y a tus compañeras y compañeros?
- b) ¿Cuál es la mejor decisión que ustedes pueden tomar para manejar el enojo?



Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros respondan lo siguiente:

- a) ¿Ustedes cómo pueden expresar una situación de enojo?

Actividad 6

Tú y tus compañeras y compañeros van a mover su cuerpo para expresar enojo.



Actividad 7

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer otro Tendedero de emociones.

- a) Consigan los siguientes materiales o unos parecidos que tengan:

- › Hojas blancas
- › Fotografías e imágenes
- › Pegamento blanco
- › Tijeras

b) Platicuen sobre qué es el enojo.

Actividad 8

Tú y tus compañeras y compañeros van a representar la emoción de enojo:

- a) Recorten imágenes o fotografías de personas enojadas.
- b) Peguen las imágenes o fotografías en hojas blancas.

Actividad 9

Tú y tus compañeras y compañeros van a colocar las hojas con las imágenes de personas enojadas en un Tendedero de emociones y decisiones.

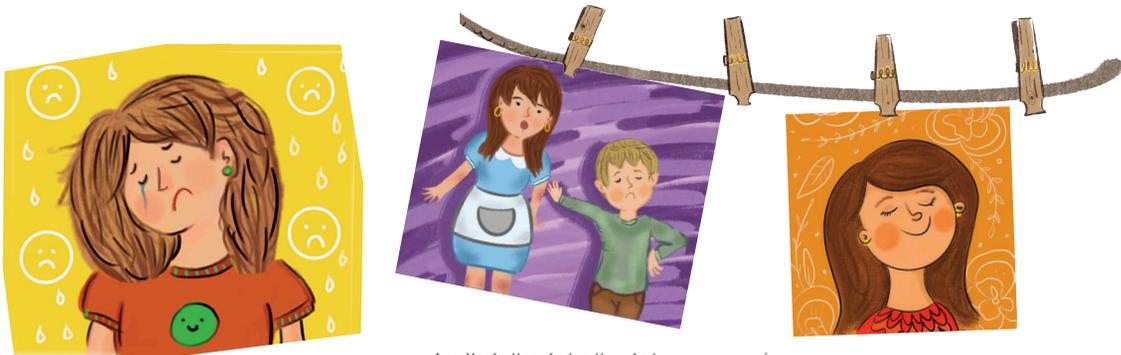


Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 10

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente:

- Platiquen sobre 1 situación donde la sorpresa les hizo tomar buenas decisiones.
- Participen para hacer una historia que vieron en el salón y sintieron sorpresa.
- Pongan sus historias de sorpresa en el Tendedero de emociones y decisiones.



Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 11

Tú vas a escribir y a dibujar en tu cuaderno las respuestas de las siguientes preguntas:

- ¿Has sentido tristeza?
- ¿En cuáles situaciones te has sentido triste?
- ¿Qué haces para ya no sentirte triste?



Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 12

Tú y tus compañeras y compañeros van a expresar lo siguiente:

- a) Expresen la emoción de tristeza bailando una danza.
- b) Expresen con danza las decisiones que tomaron para ya no sentir tristeza.

Actividad 13

Tú y tus compañeras y compañeros van a leer sobre las siguientes emociones:

- a) Alegría
- b) Enojo
- c) Tristeza

Actividad 14

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar lo siguiente:

- a) ¿Cómo te pueden ayudar estas emociones a tomar decisiones para que te sientas bien?

Actividad 15

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente:

- a) Inviten a otros estudiantes, maestras y maestros a visitar el Tendedero de emociones y decisiones.

Valoramos y compartimos nuestros logros

Actividad 1

Tú vas a participar en lo siguiente:

- a) Vas a ver el Tendedero de emociones y decisiones.
- b) Vas a ver las imágenes que hicieron otros estudiantes.

Actividad 2

Tú vas a decir las emociones que sienten otros estudiantes cuando veas sus dibujos o pinturas.

Ana María Hernández Hernández, CIUDAD DE MÉXICO



Actividad 3

Tú vas a pensar cómo puedes ayudara tus compañeras y compañeros a tomar mejores decisiones para controlar y expresar mejor la emoción que sienten.

- a) ¿Crees que conoces bien a tus compañeras y compañeros?

Actividad 4

Tú vas a escribir en tu cuaderno tu experiencia.

- a) Escribe cómo te organizaste con tu equipo para colocar el Tendedero de emociones y decisiones.

Saberes complementarios

Reacciones emocionales

Las reacciones emocionales son respuestas inmediatas o formas de actuar de nuestro cuerpo cuando suceden cambios o estímulos del entorno y de nosotros mismos.

Un ejemplo de una reacción emocional es cuando tú ves una película triste y lloras.



Tu cuerpo usa las reacciones emocionales para enfrentar situaciones inesperadas.

Un ejemplo de situaciones inesperadas es cuando algo te asusta por diferentes motivos y entonces tú brincas o gritas.

Tus reacciones emocionales te hacen tomar decisiones. Por eso es importante que tú sepas manejar tus reacciones emocionales.

Cuando sientas que no controlas tu reacción emocional y sientes que tú vas a tomar malas decisiones, cierra tus ojos y respira lento.



Actividades para aprender

Tu familia debe observar tu comportamiento.

Los cambios en tus reacciones emocionales pueden indicar situaciones que deben atenderse.

Si observas un cambio brusco en tu estado de ánimo, acércate con confianza a tu familia para hablar sobre la situación que tú estás pasando.

Es importante que tú y tu familia platiquen a tiempo para solucionar o prevenir alguna situación de riesgo.

Participa con tu familia en algunas actividades recreativas.

Actividad 1

Tú vas a leer y a recordar las siguientes reacciones emocionales:

- › Cuando tú sientes alegría puedes ser amable con los demás.
- › La autodefensa es una reacción emocional que tú sientes cuando te enojas.
- › Tú sientes asco cuando hay algo que te desagrada.
- › Tú sientes sorpresa cuando te asombra una situación.
- › Tú sientes tristeza por un accidente.
- › Tú sientes tristeza cuando sientes dolor.

Actividad 2

Tú vas a observar las conductas de tus compañeras y compañeros.

Tú y tus compañeras y compañeros van a observar y a conocer sus reacciones emocionales.

Ustedes se van a ayudar para saber manejar sus reacciones emocionales.

Vivo en un país con muchas culturas. Convivo de forma pacífica

Inclusión

Yo soy inclusivo cuando juego con todas mis compañeras y compañeros.

Igualdad

Todas las personas tenemos derechos.

Todas las personas somos diferentes.

Todas las personas podemos participar en clase.

Cultura

Yo disfruto al conocer las costumbres de otras personas.

Identidad

Yo conozco mis emociones, mis estados de ánimo y tomo decisiones cuando manejo mis emociones.

Convivencia

A mí me gusta convivir con mis amigas y amigos de la escuela.

Paz

Yo me siento tranquila o tranquilo cuando estoy en la escuela.



Iguales pero diferentes

Tú vas a participar en una **Campaña de comunicación** en este proyecto.

Tú vas a informar sobre las causas y consecuencias de la **discriminación**.

Tú vas a proponer acciones para construir **ambientes igualitarios**.

Presentamos

Actividad 1

Tú vas a leer con tus compañeras y compañeros la siguiente historia:

Luis está muy emocionado por su fiesta de 10 años.

Su familia le organiza una fiesta para celebrar.

Luis va a partir un pastel de chocolate.

Luis les da invitaciones a sus compañeras y compañeros para que convivan en su cumpleaños.

En el recreo, algunas compañeras y compañeros le dicen a Luis:

.....
Campaña de comunicación: plan de trabajo en equipo para informar de un tema a un grupo de personas.

Discriminación: ofender, rechazar o maltratar a las demás personas por sus características personales.

Ambientes igualitarios: espacios y momentos en donde todas las personas son tratadas sin discriminación.
.....

“Yo no voy a ir porque vives lejos y esa colonia es fea”.

“Yo no voy porque no escuchas bien”.

“A mí no me caes bien porque tienes otra religión”.

Al día siguiente, Luis celebró su cumpleaños únicamente con su familia.



Luis Angel Ortiz, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar sobre la lectura.

- a) Platiquen si está bien que las compañeras y los compañeros de Luis no fueran a su fiesta.
- b) Platiquen sobre lo que sintió Luis al festejar únicamente con su familia.

Recolectamos

Tú eres una persona valiosa.

Tú mereces ser tratado igual que las otras personas.

Tú y todas las personas tienen características que las hacen únicas y diferentes:

- › El color de piel
- › El tipo de cabello
- › El lugar donde viven
- › La religión
- › La lengua que hablan

Dignidad es cuando:

- › Tú sientes respeto por ti mismo.
- › Tú te valoras.

Cuando tú tienes dignidad, las personas te van a respetar y a valorar tus opiniones, tus ideas y tus decisiones.



Luis Angel Ortiz, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a responder las siguientes preguntas:

- a) ¿Ustedes piensan que es bueno rechazar y tratar mal a una persona por ser diferente?
- b) ¿Ustedes piensan que es bueno dejar de convivir con personas que son diferentes?



Actividad 2

Tú vas a investigar lo siguiente con ayuda de tu maestra o maestro o de tu familia:

- 】 ¿Qué es la discriminación?
- 】 ¿Cuáles son sus causas?
- 】 ¿Qué consecuencias tiene discriminar a las personas?
- 】 ¿Cómo afecta la discriminación a la dignidad de las personas?
- 】 ¿Cuáles son las características de un ambiente igualitario?

Actividad 3

Tú vas a investigar los derechos de las niñas, los niños y los adolescentes.

a) ¿Cuáles hablan de la no discriminación?

Actividad 4

Tú vas a escribir 1 o 2 acciones que te ayuden a construir ambientes sin discriminación.

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros van a trabajar en equipo.

a) Tu maestra o maestro les va a ayudar a hacer 2 dibujos de las siguientes situaciones:

- ▶ ¿Qué piensan que provoca la discriminación en la escuela?
- ▶ ¿Cómo piensan que se sienten las personas que son discriminadas?
- ▶ ¿Qué piensan que les pasa a las personas que discriminan?
- ▶ ¿Cómo pueden construir ambientes igualitarios?

Actividad 6

Tú vas a compartir con tu familia y amigos lo que aprendiste en la escuela de discriminación y ambientes igualitarios.

El problema

Actividad 1

Tú vas a leer con tus compañeras y compañeros la siguiente situación:

Jorge salió de excursión a un bosque donde había un río.

Él salió con sus compañeras y compañeros.

Jorge tiene una compañera que se llama Carla, pero sus otras compañeras y compañeros rechazaban a Carla por el color de su piel.

Carla nada muy bien.

Las compañeras y compañeros de Carla se asombraron porque ella sabe nadar muy bien.

Las otras compañeras y compañeros de Jorge no saben nadar.

Jorge se cayó al río por jugar en la orilla.

Él tampoco sabe nadar y empezó a pedir ayuda, pero nadie lo escuchaba.

Carla sí escuchó a Jorge
y nadó muy rápido para salvarlo.



Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a responder las siguientes preguntas de la historia de Jorge:

- a) ¿Qué piensan que hubiera pasado si Carla tratara a Jorge como a ella la tratan?
- b) ¿Piensan que Jorge va a tratar mal a Carla después de salvarlo?

Tú debes saber que la discriminación es cuando se rechaza a los demás y los hacen sentir mal.

Si tú te comportas o haces cosas así a otras personas no se pueden construir ambientes igualitarios.

Actividad 3

Tu maestra o maestro les va a ayudar para que puedan construir ambientes igualitarios y así evitar la discriminación.

Organización de la Campaña de comunicación para no discriminar

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer una Campaña de comunicación para no discriminar.

Materiales

- Dibujos elaborados en "Recolectamos"
- Tijeras
- Pinzas para ropa
- 5 metros de mecate

Consideraciones

Esta Campaña de comunicación informa sobre discriminación y promociona ambientes libres de discriminación en la escuela.

- a) Elijan a qué grupo de su escuela van a comunicar su campaña.
- b) Su maestra o maestro los va a ayudar a organizarse en equipos.

- c) Si no cuentan con los materiales o el espacio, soliciten apoyo para hacer las adaptaciones que consideren necesarias.

Vivimos la experiencia

Actividad 1

Tú con tus compañeras y compañeros van a hacer un tendedero para enseñar los dibujos.

- a) Van a clasificar los dibujos según los siguientes temas:
- 】 Dibujos de causas de la discriminación.
 - 】 Dibujos de formas de discriminación.
 - 】 Dibujos de lo que les pasa a las personas que sufren discriminación.
 - 】 Dibujos de lo que les pasa a las personas que hacen discriminación.
 - 】 Dibujos de ambientes igualitarios: consideren 3 derechos de los que investigaron.

Luis Angel Ortiz, CIUDAD DE MÉXICO



Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a platicar de lo que ven en los dibujos.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo que se pide:

- a) Cuelguen sus dibujos en el tendedero usando pinzas.
- b) Escriban lo que van a decir.
- c) Inviten a otros grupos.

Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros se van a organizar en equipo para iniciar la campaña.

Actividad 5

Tú y tu equipo van a exponer los temas que ya investigaron en la fase "Presentamos":

- a) Causas de la discriminación
- b) Consecuencias de la discriminación
- c) Ambientes igualitarios

Actividad 6

Tú y tus compañeras y compañeros van a invitar a las personas a observar los dibujos y productos.



Luis Angel Ortiz, CIUDAD DE MÉXICO

Actividad 7

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer las siguientes preguntas a los invitados:

- a) ¿Cuáles son las causas por las que han sido discriminados en la escuela?
- b) ¿Cómo piensan que se sienten las personas que son discriminadas?
- c) ¿Qué acciones piensan que se pueden hacer para construir ambientes igualitarios?

Actividad 8

Tú y tus compañeras y compañeros escriban o expresen en una cartulina las respuestas de los invitados.

- a) Identifiquen la información que se repite.

Valoramos la experiencia

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros contesten las siguientes preguntas:

- a) ¿Qué fue lo que más te gustó de la Campaña de comunicación?
- b) ¿Tu escuela está libre de discriminación?
- c) ¿Tú cómo piensas que sería la escuela sin discriminación?

Actividad 2

Menciona qué se puede hacer para que haya menos discriminación en tu salón o en la escuela.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros inviten a todas las personas de la escuela a que visiten los tendedores.

Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros escriban en sus cuadernos o expresen algunos acuerdos para construir ambientes igualitarios.



Luis Angel Ortiz, CIUDAD DE MÉXICO



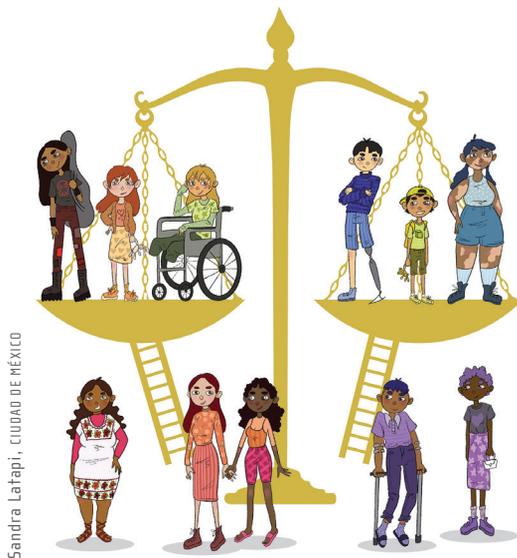
Saberes complementarios

La discriminación

La discriminación es negar los derechos de las personas.

La discriminación es limitar las oportunidades de las personas para participar en diferentes situaciones y espacios.

El **gobierno de México** debe prevenir y eliminar la discriminación para que todas las personas reciban un trato que respete sus **derechos humanos**.



Gobierno de México: forma de gobierno que se caracteriza por ser democrática.

Derechos humanos: consideraciones que garantizan la dignidad humana y el valor de las personas.

Situaciones de discriminación

Es cuando se reciben tratos

- › poco favorables
- › injustos
- › no merecidos

por las características de la persona o por su situación de vida.

Causas de la discriminación

Es cuando las personas hacen o dicen cosas desagradables de otras personas sin conocerlas, por ideas que han aprendido en:

- › Casa
- › Comunidad
- › Escuela

También hay personas que discriminan por:

- › **Ignorancia**
- › Miedo
- › **Intolerancia**

Tania Edith Juárez Cecciliano, CIUDAD DE MÉXICO



.....
Ignorancia: falta de conocimiento de un tema o situación.

Intolerancia: falta de respeto a la forma de vida y de pensar de otras personas.
.....

Respeto a las diversidades

Todas las personas tienen características diferentes y valiosas.

Todas las personas deben aceptar las diferentes características de otras personas y respetarlas para evitar la desigualdad.

La discriminación en la escuela

La discriminación en la escuela o en el aula no debe dejarse pasar.

Se debe actuar con seguridad.

Pueden trabajar juntos y platicar situaciones que han visto o vivido y comentar cómo se sintieron.

Todos pueden diseñar una manera de actuar cuando se presentan casos de discriminación.

Todas las niñas y los niños deben pensar y comprometerse para respetar los derechos de todos.

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros van a hacer lo siguiente:

- a) Observen casos de discriminación en videos o películas.
 - 】 Pongan atención a las causas que la originan y sus consecuencias.
 - 】 Comparen y platiquen con situaciones de su comunidad, su entidad y su país.

- b) Promuevan actitudes positivas para lograr un trato igualitario.

- c) Ayuden a identificar actos de discriminación cuando se hacen con o sin intención.

Situaciones para aprender

Algunas compañeras y compañeros han vivido discriminación en la escuela y su comunidad y no lo hablan con su familia.

Es importante que tú platiques con tu familia cuando te sientas mal por lo que te digan tus compañeras y compañeros.

Tu familia debe estar atenta a la manera como juegas con tus compañeras y compañeros y evitar actitudes negativas.

Tú pide a tu maestra o maestro que busque en la siguiente página cuentos infantiles sobre la discriminación:

<https://bit.ly/3LAjY1r>

Tú y tus compañeras y compañeros pueden leer los cuentos con su familia para identificar las causas y consecuencias de la discriminación.

En este sitio encontrarás muchas publicaciones gratuitas sobre temas de igualdad y discriminación



Corredora 261

¿Para practicar un deporte es necesario ser hombre?

Si tu respuesta es afirmativa pon atención a lo siguiente:

En los primeros juegos olímpicos en 1896 sólo participaron hombres.

Las mujeres no podían competir.

En los segundos juegos olímpicos, en 1900, participaron 22 mujeres por primera vez.

Fue hasta los juegos olímpicos de 2012 cuando las mujeres participaron en todos los deportes.



Durante muchos años se creía que las mujeres eran personas delicadas y sensibles.



El creador de los juegos olímpicos modernos, Pierre de Coubertin, decía que si las mujeres salían de sus casas se enfermarían y no tendrían hijos.

Alice Milliat organizó los primeros Juegos mundiales femeninos para demostrar que las mujeres no sólo son delicadas y sensibles como dijo Pierre de Coubertin.

En estos juegos compitieron muchas mujeres en:

- › Esgrima
- › Atletismo

- › Natación
- › Fútbol



En 1967 el atletismo era sólo para hombres, hasta que Katherine Switzer se inscribió al maratón de Boston.

Un juez muy enojado al verla correr empujó a Katherine y gritó: "Vete de mi carrera y dame esos números".

Ella participaba con el número 261.

Unos corredores le ayudaron a escapar y Katherine logró finalizar la carrera.

Cuando alguien te diga que no puedes participar en algo recuerda el número 261.



El valor de organizarse

Tú y tus compañeras y compañeros van a participar en una obra de teatro para conocer una forma de **organización**.

Tú con tus compañeras y compañeros van a poner en práctica el **respeto** y la **responsabilidad** para un trabajo colaborativo.

Presentamos

Actividad 1

Tu maestra o maestro les va a leer el siguiente texto.

En el estado de Veracruz, las niñas y los niños se juntan para organizar un festejo conocido como "la rama", el cual muestra:

- › La historia de su pueblo
- › Las actividades comunes de su pueblo
- › Las ideas de su pueblo

Para organizarlo, se dividen las tareas entre todos.

Unas niñas y niños buscan y cortan una rama de árbol para adornarla.

Otras niñas y niños buscan los materiales para adornar la rama:

.....
Organización: es un grupo de personas que realiza una tarea diferente para lograr un bien para todo el grupo.

Respeto: es reconocer, considerar y cuidar de nosotros mismos, las demás personas, naturaleza, animales o cosas por sus cualidades y características únicas.

Responsabilidad: una persona responsable es la que hace sus tareas o trabajos.
.....

- › Flores
- › Globos
- › Tiras de papel de china
- › Papel crepé
- › Figuras o trozos de papel

Con la rama adornada las niñas y los niños esperan felices el 16 de diciembre.

Todos salen juntos a las calles cargando la rama y cantando canciones de Navidad.



Las niñas y los niños tocan las puertas de casa en casa.

Sus vecinos les dan regalos como:

- › Fruta
- › Dinero
- › Dulces

Las niñas y los niños piden regalos del 16 al 24 de diciembre.

Cuando se termina la fecha para pedir regalos las niñas y los niños organizan una fiesta como muestra de amistad entre ellos.

Los regalos que se juntan los guarda una niña o un niño elegido por todos y los reparte el 24 de diciembre.

Cuando alguna niña o niño no busca la rama o adorna la rama, la niña o el niño que reparte los regalos le da menos regalos que a los otros.

La falta de responsabilidad de algunas niñas y niños provoca que la rama no quede bonita.

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros contesten las preguntas con el apoyo de su maestra o maestro:

- a) ¿Por qué creen que es importante hacer las tareas en la actividad de la rama?
- b) ¿Tú qué harías si vieras que la niña o el niño que junta y guarda los regalos no los reparte por igual?

Recolectamos

La organización hace que las personas de un grupo tengan mejores resultados al realizar una tarea.

Para que la organización funcione:

- › Las personas deben hablar.
- › Las personas deben escuchar lo que hablan los demás.
- › Las personas deben llegar a una idea en común.
- › Se debe respetar lo que dicen los demás.
- › Se debe decir la verdad y hacer cosas buenas por los demás.

Cuando las niñas y los niños hacen sus tareas, ayudan a que sus familiares, vecinos y amigos vivan mejor.



Tú y tus compañeras y compañeros van a contestar las siguientes preguntas con apoyo de su maestra o maestro:

- a) ¿Cuáles de estas actividades se hacen en su comunidad?
 - › Fiestas religiosas
 - › Carnavales
 - › Pedir dulces el Día de Muertos

- b) ¿Ustedes qué hacen en esas actividades?
- c) ¿Ustedes qué tienen que hacer para organizarse con otras personas?
- d) ¿Ustedes qué piensan que es lo bueno de participar en la organización de actividades con familiares, amigos y vecinos?
- e) ¿Ustedes qué acciones buenas hacen para organizarse con otras personas?
- f) ¿Ustedes hacen las tareas que les tocan y respetan a las otras personas cuando participan en actividades con su familia, amigos y vecinos?

Definimos el problema

Tu ayuda es necesaria para que la actividad de la rama quede bien.

Actividad 1

Tu maestra o maestro va a leer el siguiente texto.

Las niñas y los niños han platicado y quieren organizarse para cortar y adornar la rama.

Algunas niñas y niños quieren adornar la rama con esferas de Navidad.

Otras niñas y niños quieren adornar la rama con tiras de papel de china.

Tienen ideas diferentes y algunas niñas y niños ya se enojaron porque los demás no quieren adornar la rama con tiras de papel de china.

Otras niñas y niños no quieren cortar la rama ni quieren adornarla.

Lo que hace que inicie un **problema** entre las niñas y los niños.

Al practicar las canciones de Navidad, algunas niñas y niños se molestan porque no quieren cantar ni tocar la guitarra, la campana, las claves, el palo de lluvia o el pandero.

.....
Problema:

cuando una o más personas tienen ideas diferentes y no llegan a una idea compartida.
.....

El día 1, al salir a tocar las puertas de las casas para pedir regalos, un niño está enojado y pelea con otras niñas y niños.

El niño pelea porque no cantan las canciones que él quiere.

Y se separa de las otras niñas y niños.

Después del problema, las demás niñas y niños se van tristes a sus casas.

El día 2 algunas niñas y niños quieren salir a las calles a tocar las puertas de las casas.

Las niñas y los niños quieren pedir regalos cargando la rama adornada.

Se enteran de que otras niñas y niños no asistirán porque aún están tristes.

Las niñas y los niños que no fueron a pedir regalos el día 2 platicaron que se van a unir el día 3 para pedir dulces, cargar la rama y cantar.

El día 3 la niña o el niño que guarda los regalos no va al lugar en donde todas las niñas y los niños se van a juntar.

Las niñas y los niños están pensando si le pasó algo malo o se robó los regalos de todos.

Al terminar el día, todas las niñas y los niños están tristes por lo que pasó y ya no salen a la calle a pedir regalos a las casas de sus vecinos.

Actividad 2

Tú vas a identificar, con apoyo de tu maestra o maestro, qué acciones dejaron de hacer las niñas y los niños y por esa razón no terminaron la actividad de la rama.

- 】 Buscar la rama.
- 】 Adornar la rama.
- 】 Cargar la rama.
- 】 Cantar canciones de Navidad.
- 】 Pedir regalos.
- 】 Platicar sus ideas.
- 】 Escuchar a todos.
- 】 Llegar a una idea en común.
- 】 Respetar lo que dicen los demás.
- 】 Decir la verdad.
- 】 Hacer cosas buenas por los demás.
- 】 Trabajar en comunidad.

Actividad 3

Tú vas a identificar, con apoyo de tu maestra o maestro, cómo puedes cambiar estas acciones.

Actividad 4

Tú vas a responder las siguientes preguntas:

- a) ¿Las niñas y los niños que quisieron e hicieron sus tareas facilitaron la actividad de la rama?
- b) ¿Todas las niñas y los niños tienen que hacer sus tareas para que la actividad de la rama se haga bien?

Todas las personas tienen familia, amigos y vecinos.

Tienen que organizarse para hacer una fiesta, limpiar la casa y hacer la tarea de la escuela.

Las personas son diferentes.

Las personas tienen diferentes formas de pensar.

Las personas tienen diferentes formas de entender las cosas.

Las personas tienen diferentes formas de buscar soluciones para los problemas.

Se logran cosas buenas para todos si:

- › Se ayudan
- › Participan
- › Se escuchan

Organizamos la experiencia

Obra de teatro

Tú y tus compañeras y compañeros necesitan los siguientes materiales para hacer esta actividad:

Materiales

- › Cartón, botellas de PET, envases limpios de leche
- › Papel
- › Lápices de colores
- › Plumones
- › Accesorios y vestuario

Consideraciones

Para realizar una obra de teatro se debe tener en cuenta lo siguiente:

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros deben buscar un lugar de la comunidad que esté cerca de la escuela.

Puede ser:

- 】 Un teatro al aire libre
- 】 Una plaza
- 】 Un parque

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros van a pedir el espacio con el apoyo de su maestra o maestro.

Actividad 3

Tú debes respetar a tus compañeras y compañeros y hacer las tareas que te tocan.

Vivimos la experiencia

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros platicuen y voten para elegir el tema de la obra de teatro.

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros elijan la tarea que debe hacer cada niña y niño en la obra de teatro:

- a) Guionistas: tú y tus compañeras y compañeros escriban, dibujen o platiquen lo que van a decir y hacer los personajes en la obra de teatro.
- b) Tú y tus compañeras y compañeros deben hacer las invitaciones para la obra de teatro.
- c) Tú y tus compañeras y compañeros van a recibir a sus familiares, amigos y vecinos el día de la obra de teatro y los van a invitar a sentarse en una silla.
- d) Personajes de la obra:
 - 】 Las niñas y los niños que harán de personajes se van a vestir como los personajes de la obra de teatro que leyeron, vieron o escucharon.
 - 】 Las niñas y los niños que van a representar personajes platiquen y hagan las acciones de los personajes de la obra de teatro que leyeron, vieron o escucharon.
 - 】 Las niñas y los niños que representan personajes deben practicar antes de presentar la obra de teatro.
- e) Escenógrafos. Son responsables de:
 - 】 Adornar el espacio
 - 】 Elegir la luz y el sonido
 - 】 Aplicar el maquillaje a los personajes
 - 】 Poner el vestuario a los personajes

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros busquen los materiales que necesitan para la obra.

Actividad 4

Tú y tus compañeras y compañeros busquen un espacio que se adapte al tema de la obra.

Actividad 5

Tú y tus compañeras y compañeros decidan lo siguiente:

- › El tiempo para ensayar la obra.
- › La fecha y el tiempo de duración de la obra de teatro.

Actividad 6

Tú y tus compañeras y compañeros hagan las invitaciones y repártanlas a las siguientes personas:

- › Familia
- › Maestras y maestros
- › Compañeras y compañeros
- › Amigas y amigos
- › Vecinos

Actividad 7

Tú y tus compañeras y compañeros van a presentar la obra de teatro.

Actividad 8

Tú y tus compañeras y compañeros deben considerar lo siguiente el día de la presentación.

- a) Preparen un día antes el lugar donde van a hacer la obra de teatro.
 - › Limpíen y adornen el lugar.

- b) Preparen:
 - › La ropa de los personajes
 - › El maquillaje de los personajes
 - › Las sillas donde se van a sentar los invitados y otras cosas que necesiten.

- c) Poco antes de presentar la obra de teatro tú y tus compañeras y compañeros reciban con respeto a su familia, maestras y maestros, amigas y amigos y vecinos.

- d) Al terminar la obra, tú y tus compañeras y compañeros platiquen con sus padres, maestras y maestros y vecinos sobre las tareas que hicieron para organizarse.

- e) Pregunta a tus padres, maestras y maestros y vecinos si ellos han participado en alguna organización y qué problemas tuvieron.

Valoramos la experiencia

Tú participaste en una actividad que necesitó de la organización de tus compañeras y compañeros.

Tú hiciste tareas que son buenas para las demás niñas y niños y para ti.

Tú reconociste la ayuda de las niñas y los niños para hacer la obra de teatro.

Actividad 1

Tú y tus compañeras y compañeros platiquen lo que aprendieron con apoyo de su maestra o maestro, y respondan las preguntas:

- a) ¿Cómo fue la obra de teatro?
 - 】 Buena
 - 】 Mala
 - 】 Regular

- b) ¿Tú trabajaste en equipo?
- c) ¿Tú y tus compañeras y compañeros se organizaron para que cada niña y niño tenga una tarea?
- d) ¿Tú hiciste cosas buenas?

- e) ¿Tú fuiste responsable al hacer todas tus tareas?
- f) ¿Tú respetaste a tus compañeras y compañeros al escucharlos para organizar la obra de teatro?
- g) ¿Tú y tus compañeras o compañeros llegaron a una idea en común?
- h) ¿Qué actividad te gustó más?, ¿por qué?
- i) ¿Qué actividad te pareció difícil?, ¿por qué?
- j) ¿Tú qué problemas tuviste con tus compañeras y compañeros en la organización de la obra de teatro?
- k) ¿Tú y tus compañeras y compañeros qué hicieron para resolver esos problemas y organizarse mejor?

Actividad 2

Tú y tus compañeras y compañeros platiquen de las tareas que hicieron para realizar la obra de teatro.

Actividad 3

Tú y tus compañeras y compañeros escriban o dibujen en su cuaderno las tareas que hicieron para hacer la obra de teatro.

Saberes complementarios

El teatro

El teatro es un **género literario**.

El teatro permite **representar una historia** para el **público**.

La palabra teatro se usa para nombrar el lugar donde se presentan las obras de teatro.

Las obras de teatro se pueden hacer en diferentes lugares donde hay mucha gente.

Por ejemplo:

- » Plazas públicas
- » Patio de la escuela

A las obras de teatro se les puede llamar dramas.

En las obras de teatro los actores representan personajes.

El guion de teatro es muy importante en las obras de teatro.

Género literario:

es una forma de clasificar las obras escritas.

Representar una historia: es la forma en la que un actor imita una situación real o imaginaria.

Público: varias personas reunidas para ver una obra o espectáculo.



Teatro en la escuela

Dependiendo del tipo de escuela en donde se encuentren se podrán organizar de muchas maneras los talleres de teatro.

Por ejemplo: si en tu escuela sólo hay una maestra o maestro que da clases a todos los estudiantes, tú y tus compañeras y compañeros, podrán organizar un taller con todos ellos.

Si en tu escuela hay más de una maestra o maestro, tú y tus compañeros pueden organizarse con las maestras y los maestros para hacer una obra de teatro.

Tú y tus compañeras y compañeros ordenen las tareas para que las alumnas y los alumnos de otros grados participen.

Si en la comunidad y en la escuela no hay información para hacer una obra de teatro, tú puedes revisar en los siguientes sitios para encontrar información sobre las obras de teatro:

- › Biblioteca Escolar
- › Biblioteca de Aula
- › Biblioteca pública
- › Biblioteca digital

Tú y tus compañeras y compañeros pueden pedir a las personas de la comunidad que les cuenten algunas leyendas, mitos o historias.

Tú y tus compañeras y compañeros pueden interesarse en el taller de teatro con esas historias.

Tú y tus compañeras y compañeros organicen el lugar donde harán las actividades e inviten a otros estudiantes a participar. Por ejemplo, muevan los muebles para que quede un círculo en el centro.

Para que puedan invitar a su familia pueden tomar en cuenta las siguientes actividades:

- » Invítenlos a que asistan a una obra de teatro para tener la experiencia como público.
- » Pidan a su familia que haga una obra teatro de un cuento que les guste para que cada familiar represente a un personaje.

La magia del actor, la actriz y el teatro

Todas las personas tienen **actrices** o **actores** favoritos.



Las actrices y los actores trabajan en:

- › Televisión
- › Cine
- › Teatro

El trabajo de la actriz o del actor siempre hace sentir emociones y motiva nuestra imaginación.



Actrices: mujeres o niñas que representan a 1 personaje en una obra de teatro.

Actores: hombres o niños que representan a 1 personaje en una obra de teatro.

Cuando una persona deja de ser ella misma para ser otra persona frente al público se le llama **actuación**.



Actuación: la actriz o el actor hace creer al público que está viviendo dentro de una historia.

La actuación se trata de una habilidad especial.

Es una habilidad que la actriz o el actor mejora con la práctica y los ensayos.

Ellos necesitan muchas habilidades como:

- ▶ Buena memoria para recordar los **diálogos**.
- ▶ Manejar sus emociones.

Diálogo: plática entre 2 o más personas.

Tú vas a imaginar que eres actriz o actor y te piden representar un momento muy triste o muy chistoso.

¿Tú podrías llorar o reír todo el tiempo?

Las actrices y los actores deben cambiar rápido sus emociones durante la obra de teatro.

Para que el público entienda toda la historia cada actriz o actor debe:

- ▶ Practicar y enseñar a su cuerpo a actuar.
- ▶ Saber cambiar la voz.
- ▶ Manejar sus emociones.

La actriz y el actor pueden construir al personaje.

La meta es que el público:

- ▶ Vea
- ▶ Escuche
- ▶ Sienta al personaje.



El actor y director de teatro ruso Konstantín Stanislavski recomienda para ser una buena actriz o buen actor:

- › Lograr la atención.
- › Usar nuestras experiencias.
- › Relajarse.
- › Recordar nuestras sensaciones y emociones.
- › Relacionarnos con otros actores.
- › Conocer la vida del personaje.
- › Comprender la historia que cuenta.
- › Hacer que el público crea que la historia es real.

La meta de una actriz y de un actor siempre es lograr representar su personaje.

Dice Konstantín Stanislavski, en su libro *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la vivencia*, que una actriz o un actor debe estudiar por lo menos:

- › canto
- › vocalización
- › educación para hablar en público
- › música
- › danza
- › gimnasia
- › acrobacia

y cualquier otro estudio que le permita vivir y hacer vivir a su personaje.

Las mejores actrices y los mejores actores son los del teatro.

En el teatro la actriz y el actor aprenden a:

- › Manejar sus nervios.
- › Manejar la presión del público.
- › Saber si gusta al público la obra de teatro.

En las obras de teatro hay varios elementos para que la actriz o el actor represente mejor a sus personajes.

Los elementos que hay en una obra de teatro son:

- › **Escenografía**
- › Vestuario
- › Maquillaje
- › Música
- › Efectos especiales
- › Iluminación



.....
Escenografía: es la imagen y el ambiente del lugar donde la historia se desarrolla.

Si es en el bosque se fabrican árboles de varios materiales para imitar ese ambiente.

Si la escena es en una casa vieja se ponen objetos viejos o que parezcan viejos.
.....

En una obra de teatro, los sonidos son muy importantes.

Los escenófonos o diseñadores de audio se encargan de:

- › Los sonidos que acompañan a las actrices y los actores.
- › La música.



El vestuario es fundamental en las obras de teatro.

¿Cómo puedes saber si un actor representa a un príncipe o a un vagabundo?

Las actrices y los actores necesitan sentirse y verse cómodos con su vestuario para poner atención en su personaje.

El encargado del vestuario se llama vestuarista.

El vestuarista se dedica a buscar o diseñar ropa para cualquier personaje.

Imagina el tamaño de los roperos
y las bodegas llenas de:

- › Vestidos
- › Sombreros
- › Zapatos
- › Pantalones
- › Camisas



También es muy
importante el maquillaje.

El maquillaje permite la representación
de la cara y el cuerpo del personaje
en la actriz o el actor.

¿Puede sentirse segura una actriz o
un actor si el público no reconoce al
personaje que intenta representar?

¿El público se emociona si
el maquillaje y peinado no
corresponden con el personaje?

En el teatro la magia se logra con el trabajo del iluminador.

El iluminador es la persona que hace ambientes con luces de muchos colores para hacer sentir emociones al público.

La luz comunica las emociones de los personajes.

Se ilumina a un personaje cuando va a decir algo muy importante.

Para crear un ambiente de día o de noche, triste o alegre, el iluminador debe estar listo.

¿Tú te imaginaste todo lo que se necesita para que una actriz o un actor nos emocione con su trabajo?

¡Pues ahora sabes cuántas personas hacen posible la magia de la actuación y del teatro!



Créditos bibliográficos

Si quieres revisar las referencias bibliográficas, consulta los siguientes Libros de Texto Gratuitos (LTG):

Proyectos de aula. Tercer grado de primaria

Proyectos escolares. Tercer grado de primaria

Proyectos comunitarios. Tercer grado de primaria

Nuestros saberes: Libro para alumnos, maestros y familia. Tercer grado de primaria

Múltiples lenguajes. Tercer grado de primaria

Proyectos de aula. Cuarto grado de primaria

Proyectos escolares. Cuarto grado

Proyectos comunitarios. Cuarto grado de primaria

Nuestros saberes: Libro para alumnos, maestros y familia. Cuarto grado de primaria

Múltiples lenguajes. Cuarto grado de primaria

Créditos iconográficos

Las ilustraciones, fotografías, obras artísticas y otros materiales iconográficos utilizados en los los cuadernillos de Lectura fácil se retomaron de los distintos Libros de Texto Gratuitos (LTG). Los créditos correspondientes están en las publicaciones originales.

Lectura fácil. Fase 4 para los Centros de Atención Múltiple
se terminó de maquetar
en la Secretaría de Educación Pública
el XX de septiembre de 2024,
en Av. Universidad 1200, sexto piso,
sector 6-4, colonia Xoco, alcaldía Benito Juárez.