



**USEBEQ**  
UNIDAD DE SERVICIOS PARA LA EDUCACIÓN  
BÁSICA EN EL ESTADO DE QUERÉTARO



2

# Antología Segundo trimestre





SECRETARÍA  
DE EDUCACIÓN



## Subcoordinación de Gestión Educativa

La edición y producción del presente material está a cargo de la Unidad de Servicios para la Educación Básica en el Estado de Querétaro (USEBEQ), de conformidad con la fracción VIII del artículo 115 de la Ley General de Educación, por lo que el contenido, la presentación y diseño, así como la disposición en conjunto y de cada página son propiedad de USEBEQ. Se autoriza su reproducción únicamente con fines educativos por cualquier sistema mecánico o electrónico, por lo tanto, se prohíbe la reproducción total o parcial de este material con fines de lucro.

**Mtra. Maribel Rodríguez Martínez**  
**Subcoordinadora de Gestión Educativa**

**Prof. Leonid Medina Trejo**  
**Director de Educación Secundaria**

**Mtra. Raquel Reséndiz Alvarado**  
**Jefa del Departamento de Telesecundarias Querétaro**

**Prof. Jhonny Jurado De la Luz**  
**Subjefe Técnico Pedagógico**

**Compilación y diseño:**

<b>Bulmaro Feregrino Alegría</b>	<b>Apoyo Académico Sector III</b>
<b>Jacaranda Alcantar Becerra</b>	<b>Docente Telesecundarias zona 02</b>
<b>Jacqueline Vizzuett Gómez</b>	<b>Asesor Técnico Pedagógico Zona 05</b>
<b>Joaquín Márquez Balderas</b>	<b>Asesor Técnico Pedagógico Zona 12</b>
<b>Verónica López Arteaga</b>	<b>Asesor Técnico Pedagógico Zona 16</b>
<b>Abdallán Ramírez Luna</b>	<b>Asesor Técnico Pedagógico Zona 17</b>
<b>Emmanuel Hernández Juárez</b>	<b>Asesor Académico Zona 11</b>



## Índice

### ESPAÑOL II

- Analiza documentos administrativos o legales cómo recibos, contratos de compraventa o comercios.
- Escritura y recreación de narraciones.
- Análisis de los medios de comunicación.
- Crea textos poéticos que juegan con la forma gráfica de lo escrito.

### MATEMÁTICAS II

- Resuelve problemas de multiplicación y división con números enteros, fracciones y decimales positivos y negativos.
- Multiplicación y división
- Proporcionalidad
- Patrones, figuras geométricas y expresiones equivalentes
- Patrones, figuras geométricas y expresiones equivalentes
- Funciones
- Figuras y cuerpos geométricos
- Perímetro y área de polígonos regulares
- Estadística

### CENCIAS Y TÉCNOLOGÍA. FÍSICA

- Electromagnetismo, energía y salud
- Fenómenos magnéticos
- Fenómenos electromagnéticos y su importancia
- La energía y sus aplicaciones
- Ciencia, tecnología y sociedad

### INGLÉS II

- “Should” or “Shouldn’t” for recommendations
- How much and how many
- There is/there are

### HISTORIA II

- El poderío Mexica
- Europa y América
- La caída de Tenochtitlán.



## FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA

Distintas formas de hacer frente al conflicto  
Hacia una cultura de la inclusión y la interculturalidad  
Acciones por una cultura incluyente e intercultural

## EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

¿Expreso mis emociones de manera correcta?  
Reconociendo mis cualidades, y las tuyas.  
¿Cómo resuelves los conflictos?  
¿Qué te estresa ?

## VIDA SALUDABLE

Alimentación correcta  
Planificación de comidas saludables  
Higiene y temperatura de los alimentos



*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Quéretaro.*

**Asignatura:**  **Grado y grupo:**

**Título:**

**Aprendizaje esperado**  
o  
**Intención didáctica:**

**Nombre de Alumno:**  **Fecha:**

## ■ Para empezar

Los documentos administrativos y legales en la vida cotidiana es común utilizarlos para realizar acuerdos legales. Es importante reflexionar sobre sus características y su función.

Consulta en tu libro de texto o bien en otras fuentes el siguiente tema de reflexión.

Anota ¿qué documentos administrativos y legales conoces?

Usualmente ¿qué información se requiere para su llenado?





## ■ Manos a la obra

Lee con atención la siguiente información.

La Carta Poder está prevista en el Código Civil Federal como un documento de carácter privado, firmado por el otorgante, mediante el cual autoriza a un poderdante o representado para que en su representación realice determinados actos jurídicos.

Independientemente del tipo de poder, las cartas deben contener las siguientes características internas o elementos dentro de su estructura:

1. Fecha
2. Nombre del poderdante o representado
3. Nombre del representante o apoderado
4. La cesión de poder
5. Las facultades otorgadas
6. Nombres de los testigos
7. Firmas

Realiza el ejercicio de otorgar a algún familiar el poder para algún trámite que se te ocurra.

### Carta poder

Por la presente otorgamos, poder especial, amplio y suficiente para que, conjunta o indistintamente, en nuestro nombre y representación, (describa el objeto de la carta poder) \_\_\_\_\_

Asimismo para que conteste las demandas y reconvencciones que se entablen en mi contra, oponga excepciones dilatorias y perentorias, rinda toda clase de pruebas, reconozca firmas y documentos, redarguya de falsos a los que se presenten por la contraria, presente testigos, vea protestar a los de la contraria y los repregunte y tache, articule y absuelva posiciones, recuse Jueces superiores o inferiores, oiga autor interlocutorios y definitivos, consienta de los favorables y pida revocación por contrario imperio, apele, interponga el recurso de amparo y se desista de los que interponga, pida aclaración de las sentencias, ejecute, embargue y me (nos) represente en los embargos que contra mí se decreten, pida el remate de los bienes embargados; nombre peritos y recuse a los de la contraria, asista a almonedas, trance este juicio, perciba valores y otorgue recibos y cartas de pago, someta el presente juicio a la decisión de Jueces árbitros y arbitradores, gestione el otorgamiento de garantías, y en fin, para que promueva todos los recursos que favorezcan mis derechos así como para que sustituya este poder, ratificando desde hoy todo lo que haga sobre este particular.

Atentamente

\_\_\_\_\_  
**OTORGO**

\_\_\_\_\_  
**ACEPTO**

\_\_\_\_\_  
**TESTIGO**

\_\_\_\_\_  
**TESTIGO**



## ■ Para terminar

Consulta en tu libro de texto lo referente a otros documentos legales y administrativos y contesta las siguientes preguntas.

¿Qué otros documentos encontraste?

¿Para qué son útiles?

¿Dónde los puedo conseguir?

¿Tu familia ha utilizado alguno de ellos? ¿En qué momento?





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Español II

Grado y grupo:

2º ""

Título:

Escritura y recreación de narraciones

Aprendizaje esperado

o

Intención didáctica:

Transforma narraciones en historietas

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

### ■ Para empezar

Lee con atención lo siguiente.



¿Has leído alguna historieta o comic? Las historietas vienen de narraciones literarias que han sido adaptadas para determinado público o se vean más atractivas, sólo se requieren algunos elementos de expresión artística que pueden ayudar a transformar una narración en historieta.



## ■ Manos a la obra

Elabora un mapa mental con todos los elementos de la historieta... puedes consultar tu libro de texto o cualquier otra fuente de información.

LA HISTORIETA

## ■ Para terminar

Lee con atención la siguiente narración.

### *La felicidad escondida*

*En el inicio de los tiempos, antes de que la humanidad poblara la Tierra, los distintos dioses se reunieron con el fin de preparar la creación del ser humano, a su imagen y semejanza. Sin embargo uno de ellos se dio cuenta de que si los hacían exactamente iguales a ellos, en realidad estarían creando nuevos dioses, con lo que deberían quitarle algo de tal manera que se diferenciara de ellos. Tras pensarlo detenidamente, otro de los presentes propuso quitarles la felicidad y esconderla en un lugar donde no pudieran encontrarla nunca.*

*Otro de ellos propuso esconderla en el monte más alto, pero se dieron cuenta de que al tener fuerza, la humanidad podría llegar a subir y hallarla. Otro propuso que la ocultaran debajo del mar, pero dado que la humanidad poseería curiosidad podría llegar a construir algo para llegar a las profundidades marinas y*



encontrarla. Un tercero propuso llevar la felicidad a un planeta lejano, pero otros concluyeron que dado que el ser humano tendrá inteligencia podrá construir naves espaciales que puedan llegar a alcanzarla.

El último de los dioses, que había permanecido en silencio hasta entonces, tomó la palabra para indicar que sabía un lugar donde no la encontrarían: propuso que escondieran la felicidad dentro del propio ser humano, de tal modo que este estaría tan ocupado buscando fuera que jamás la hallaría. Estando todos de acuerdo con ello, así lo hicieron. Este el motivo por el cual el ser humano se pasa la vida buscando la felicidad, sin saber que en realidad está en sí mismo.”

Con la narración que acabas de leer y lo que has aprendido, elabora una pequeña historieta, utiliza tu imaginación y así contar la historia a partir de género literario, puedes consultar tu libro de texto para utilizar la mayor cantidad de recursos.




Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Español II

**Grado y grupo:**

2º “ ”

**Título:**

Análisis de los medios de comunicación

**Aprendizaje esperado**

o

**Intención didáctica:**

Analiza el contenido de campañas oficiales

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Observa con atención la siguiente imagen.



¿Cuál es el mensaje que se está difundiendo?

En tus actividades diarias, ¿qué tanto ha influido la información que se muestra en esta campaña?

Existen recursos que las campañas utilizan para llamar la atención de los consumidores; descríbelos, puedes tomar como referencia la imagen.



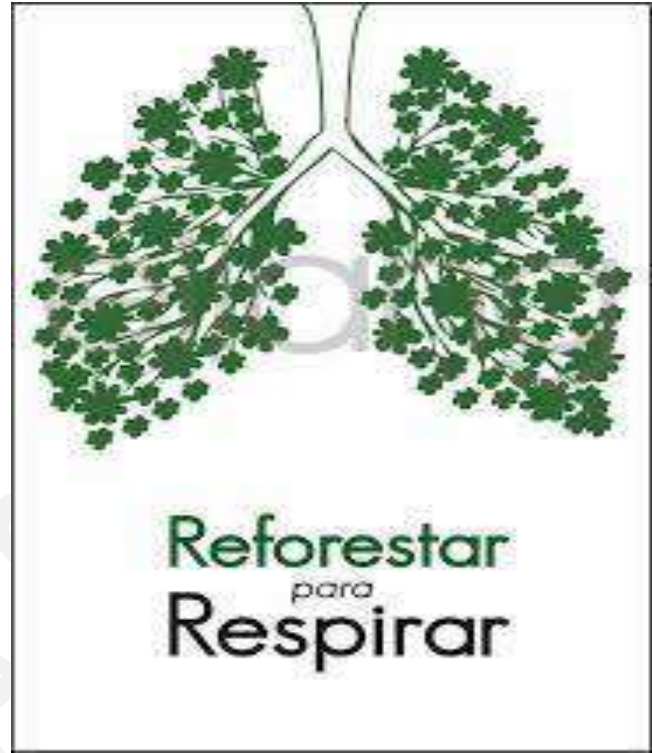


## Manos a la obra

Ahora revisa los siguientes carteles y completa este cuadro



Cartel 1



Cartel 2

Análisis de las campañas	Cartel 1	Cartel 2
¿Cuál es el problema?		
¿Qué soluciones propone?		



¿Qué acciones y actitudes busca cambiar en las personas?		
¿Por qué es importante el mensaje?		

■ **Para terminar**

Elabora el eslogan de un cartel, que forme parte de una campaña de salud para tu comunidad, usa tu imaginación.







## ■ Manos a la obra

Explica con tus propias palabras:

¿Qué es un acróstico?

¿Qué es un caligrama?

Usa tu imaginación, elige un tema y elabora un caligrama o un acróstico.

VENTA



## ■ Para terminar

Crema un poema y escribe una indicación para que la maestra o maestro lo intercambie con tu compañero y elabore un caligrama o un acróstico con el poema que tú escribiste.



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º “ “

Título:

Multiplicación y división

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Resuelve problemas de multiplicación y división con números enteros, fracciones y decimales positivos y negativos.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

**Para empezar**

Escribe en la tabla los resultados a las siguientes multiplicaciones

X	+3	-5
-4	-12	
+2		

Escribe en la tabla los resultados a las siguientes divisiones

÷	-6	+3
+24		
-36		

Para multiplicar o dividir números enteros (positivos y negativos), se hace uso de las leyes de los signos y se aplican de la siguiente manera:

MULTIPLICACIÓN				DIVISIÓN					
+	X	+	=	+	+	/	+	=	+
-	X	-	=	+	-	/	-	=	+
+	X	-	=	-	+	/	-	=	-
-	X	+	=	-	-	/	+	=	-



## Manos a la obra

**Actividad 1.** Resuelve las siguientes operaciones de multiplicación y división.

$(-8) (3) =$	$(10) (-7) =$	$75 : (-5) =$
$-12 : (-4) =$	$81 : (-9) =$	$(-72) : (-9) =$
$(-24) (6) =$	$(-18) : (-1) =$	$42 : (-7) =$
$(-90) (-3) =$	$(-120) (-4) =$	$16 : (-4) =$

**Actividad 2.** Realiza las siguientes operaciones con cuatro factores.

$(-2) (3) (-4) (-2) =$	$(-4) (-3) (1) (-2) =$	$(-3) (4) (5) (-4) =$
$(-1) (2) (5) (2) =$	$(3) (-3) (-1) (-2) =$	$(-2) (2) (-4) (5) =$
$(6) (-2) (-1) (-2) =$	$(-3) (-2) (-3) (-2) =$	$(-2) (-4) (1) (1) =$
$(8) (-2) (-2) (1) =$	$(4) (-3) (-2) (-2) =$	$(4) (5) (2) (-1) =$

## Para terminar

Resuelve el siguiente problema, utilizando números positivos y negativos.

María José gasta diariamente en bocadillos \$250

¿Cuánto gastará en una semana (5 días)?

Si lo que le sobra a la semana lo reparte en sus 5 hijos ¿Cuánto dinero le toca a cada quién?



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º “ ”

Título:

Multiplicación y división

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Resuelve problemas de multiplicación y división con números enteros, fraccionarios y decimales positivos y negativos.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

### ■ Para empezar

Completa la tabla escribiendo dos factores que den como resultado el producto

PRODUCTO	FACTORES
-0.9	
2.5	
$-\frac{4}{6}$	

#### Multiplicación de fracciones

\*Se realiza el producto directo

*Producto*

$$\frac{2}{5} \times \frac{3}{4} = \frac{2 \cdot 3}{5 \cdot 4}$$

#### División de fracciones

\*Se realiza el producto cruzado

$$\frac{7}{3} \div \frac{1}{4} = \frac{28}{3}$$





## Manos a la obra

**Actividad 1.** Anota los datos que faltan en la siguiente tabla.

Número	-6/ 8	8.2	8/4	-10	+9	-2/5
Doble						
Triple						
Mitad						

**Actividad 2.** Resuelve las siguientes operaciones.

$20 (-9) =$	$-12 (-7.2) =$	$9 (-9 / 3) =$	$-\frac{2}{9} \times \frac{1}{6} =$
$(-12) (-7) =$	$-5 (5/4) =$	$7 (-9.3) =$	$10 (-7.2) =$
$\frac{4}{6} \times \frac{1}{4} =$	$(-6) (-8) =$	$-\frac{3}{12} \div \frac{1}{5} =$	$-8 (-2.5) =$

## Para terminar

Resuelve los siguientes problemas:

Pensé un número, lo multiplique por -4 y al resultado le sume 7. Obtuve 32 ¿Qué número pensé?

Pensé un número, lo dividí entre -6 y al resultado le sume -9. Obtuve 26. ¿Qué número pensé?

Pensé un número, lo multipliqué por -0.9 y al resultado le sume -15. Obtuve 96 ¿Qué número pensé?





## Manos a la obra

### Actividad 1. Resuelve los siguientes problemas

- A) Tres albañiles levantaron una barda de 30 m<sup>2</sup>. El primer albañil levantó 10 m<sup>2</sup>, el segundo albañil levantó 5 m<sup>2</sup> y el tercer albañil levantó 15 m<sup>2</sup>. Por el total del trabajo les pagaron 600 pesos.

Si se reparten el dinero proporcionalmente al número de metros cuadrados que cada quien levantó, ¿Cuánto le tocaría de dinero a cada uno de los albañiles?

Total de metros levantados de la barda (m <sup>2</sup> )	Cantidad pagada por cantidad de metros levantados. (\$)
30	\$600
10	
5	
15	

- B) Tres amigos compran un boleto de lotería por valor de 20 pesos. El primero pone 6 pesos, el segundo 9 pesos y el tercero 5 pesos. Si ganan un premio de \$ 4000 pesos, ¿Cuánto le corresponde a cada uno?

VALOR DEL BILLETE	CANTIDAD GANADA
20	4000
6	
9	
5	

- C) Se va a repartir una gratificación por puntualidad consiste en \$ 3,800 pesos entre tres empleados de una empresa. Sabiendo que han tenido 2, 4 y 5 retardos, respectivamente, ¿Cuánto recibe cada uno?

Cantidad de Retardos	CANTIDAD GANADA
11	3800
2	
4	
5	

## Para terminar

Completa el siguiente problema de reparto proporcional con alguna situación que hayas vivido y resuélvelo.



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Matemáticas II

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Patrones, figuras geométricas y expresiones equivalentes

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Formula expresiones de primer grado para representar propiedades (perímetros y áreas) de figuras geométricas, y verifica equivalencias de expresiones, tanto algebraica como geoméricamente (análisis de las figuras).

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

### ■ Para empezar

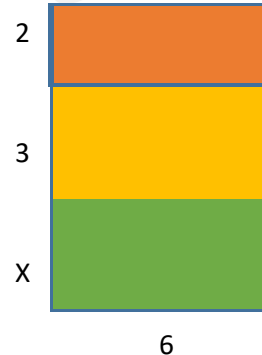
Observa el siguiente rectángulo y obtén las magnitudes que se indican

Área total del rectángulo \_\_\_\_\_

Área rectángulo naranja: \_\_\_\_\_

Área rectángulo amarillo: \_\_\_\_\_

Área rectángulo verde: \_\_\_\_\_



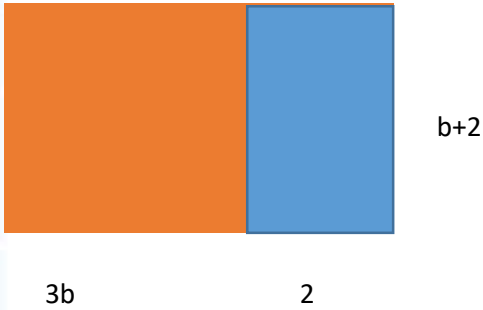
Puedes obtener el área total aplicando la formula  $A=Bxh$  o puedes obtener por separado las áreas y sumarlas

A estas dos expresiones se les llama equivalentes porque se expresan de manera diferente pero su valor es el mismo



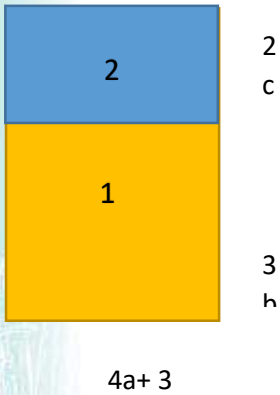
## Manos a la obra

**Actividad 1.** Resuelve las siguientes figuras geométricas encontrando sus expresiones equivalentes.



<b>PERÍMETRO</b>	
EXPRESIÓN	EXPRESIÓN
_____	
<b>ÁREA</b>	
EXPRESIÓN	EXPRESIÓN
_____	

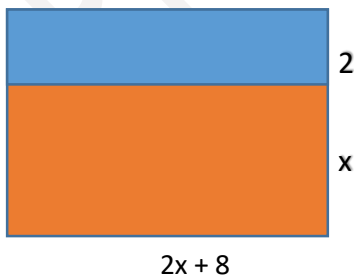
**Actividad 2.** Observa la figura y calcula lo que te pide en el siguiente cuadro.



cuadrado	Valor	Valor	Valor			RESULTADO
2	a	b	c	Expresión 1	Expresión 2	
1	3	3				
2	4		2			
cuadrado	Valor	Valor	Valor	PERÍMETRO		RESULTADO
	a	b	c	Expresión 1	Expresión 2	
1	3	3				
2	3		2			

## Para terminar

Obtén dos expresiones equivalentes del área del siguiente cuadrado.



<b>ÁREA</b>	
EXPRESIÓN	EXPRESIÓN
_____	





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Patrones, figuras geométricas y expresiones equivalentes

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Verifica algebraicamente la equivalencia de expresiones de primer grado, formuladas a partir de sucesiones.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

## ■ Para empezar

Completa los números faltantes en las siguientes sucesiones.

2, 6, 10, \_\_\_\_\_, 18, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

1, 5, \_\_\_\_\_, 13, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

¿Cómo sabes cuáles números faltan en las sucesiones?

Si te pidieran obtener el número de la posición 20 de la primera sucesión, ¿cómo lo obtendrías?

### Expresión algebraica de una secuencia

1, 3, 5, 7, 9, 11 ...

Primer término  
Segundo término  
Tercer término  
Cuarto término  
Quinto término

Identifica el lugar de los términos de la sucesión

Encuentra la regla que sigue

Sucesor - Antecesor

$$3-1=2$$

$$5-3=2$$

$$7-5=2$$

$$9-7=2$$

$$11-9=2$$

La regla es 2



Matemáticas  
Tamayo

### Expresión algebraica de una secuencia

1, 3, 5, 7, 9, 11 ...

Organiza la información en una tabla

	x	y
Primer término	1	1
Segundo término	2	3
Tercer término	3	5
Cuarto término	4	7
Quinto término	5	9

Recuerda como identificaste los términos en la imagen anterior

El lugar que ocupa el término será el valor de x y el valor que le corresponde en la secuencia será el valor de y



Matemáticas  
Tamayo

### Expresión algebraica de una secuencia

1, 3, 5, 7, 9, 11 ...

Sustituimos estos valores en nuestra ecuación

x	y
1	1
2	3
3	5
4	7
5	9

Buscamos un par de valores de x y y

$$m = \text{regla} = 2$$

$$y = m \cdot x + b$$

$$5 = (2)(3) + b$$

$$5 = 6 + b$$

$$b = 5 - 6$$

$$b = -1$$

Despejamos b

Sustituimos el valor de b y m en la ecuación

$$y = m \cdot x + b$$

$$y = 2x - 1$$

Expresión algebraica

$$x = 3 \quad y = 5$$



Matemáticas  
Tamayo





## Manos a la obra

**Actividad 1.** Resuelve las siguientes sucesiones y determina la fórmula o regla de sucesión equivalentes.

Sucesión	Posición del termino						Regla de sucesión	Regla equivalente
	1o	2o	3o	4o	5o	6o		
I	1	7	13		25			
II	3	8		18		28		

En la primera sucesión, ¿qué valores se encuentran en la posición 15, 20, 25 y 50? \_\_\_\_\_

En la segunda sucesión, ¿qué valores se encuentran en la posición 15, 20, 25 y 50? \_\_\_\_\_

Sucesión	Posición del termino						Regla de sucesión	Regla equivalente
	1o	2o	3o	4o	5o	6o		
I	2.5	4.5	6.5		10.5			
II	$\frac{1}{3}$	$\frac{1}{6}$		$\frac{1}{12}$		$\frac{1}{18}$		

En la primera sucesión, ¿qué valores se encuentran en la posición 15, 20, 25 y 50? \_\_\_\_\_

En la segunda sucesión, ¿qué valores se encuentran en la posición 15, 20, 25 y 50? \_\_\_\_\_

## Para terminar

Resuelve las siguientes sucesiones y determina la fórmula o regla de sucesión equivalentes y contesta lo que se te pide aplicando la regla de sucesión.

SUCESIÓN	Posición del término						Regla de sucesión	Regla equivalente
	1o	2o	3o	4o	5o	6o		
I	1.20	1.40	1.60		2.0			
II	$\frac{3}{8}$	$\frac{6}{8}$		$\frac{12}{8}$		$\frac{18}{8}$		

¿Cuál sería el término de la posición 29 en la primera sucesión (I)? \_\_\_\_\_

¿Cuál sería el término de la posición 32 en la Segunda sucesión (II)? \_\_\_\_\_



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Funciones

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Analiza y compara situaciones de variación lineal y proporcionalidad inversa a partir de representaciones tabular, gráfica y algebraica. Interpreta y resuelve problemas que se modelan con este tipo de variación, incluyendo fenómenos de la física y otros contextos.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

■ Para empezar

Lee el siguiente problema de relación funcional inversa y completa la tabla.

Un coche circulando a 90 km/h ha tardado 12 horas en realizar un viaje. ¿Cuánto tiempo tardará en el mismo trayecto a una velocidad de 80 km/h?

VELOCIDAD Km/h	TIEMPO horas
90	12
80	
70	
60	
50	
100	
120	

Hay situaciones en las que la variación de una cantidad depende de otra; a esto se le conoce como relaciones funcionales.

Si una de las cantidades aumenta y esto provoca que la otra disminuya, se dice que la relación funcional es inversa

Para resolver el caso de valores faltantes en una relación funcional inversa, se puede aplicar una sencilla regla de tres.

En el problema dado, el tiempo que tarda en realizar el viaje a una velocidad de 80km/h sería:

$$\begin{array}{l} 90 \text{-----} 12 \\ 80 \quad \quad X \end{array}$$

$$X = 90 \times 12 / 80 \quad X = \underline{13.5 \text{ h}}$$

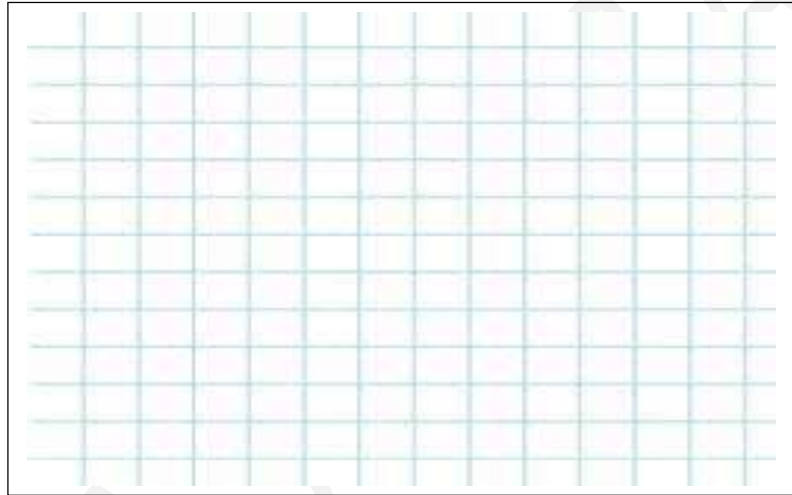


## Manos a la obra

**Actividad 1.** Lee los siguientes problemas de Relaciones funcionales inversas, completa las tablas y gráfica.

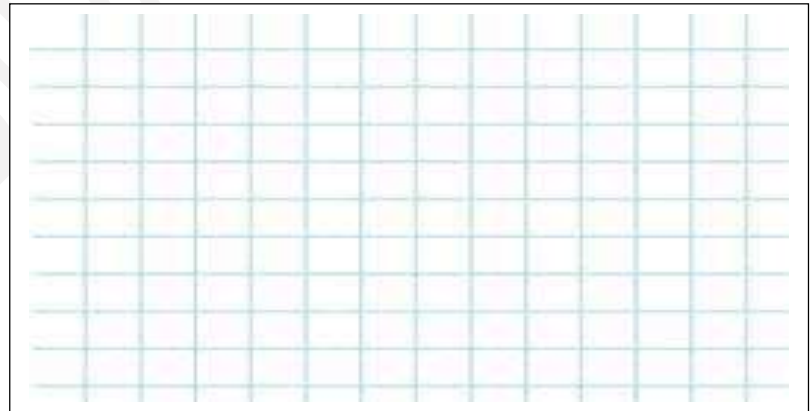
Un camión ha recorrido 360 kilómetros en 3 horas. ¿Cuántos kilómetros recorre en una hora?

TIEMPO	VELOCIDAD Km/h
3	360
5	
6	
9	
10	
12	
15	



18 alumnos han pagado 60 pesos cada uno para comprar un regalo a una compañera, ¿cuánto tendrá que pagar cada uno si al final participan 24 alumnos?

ALUMNOS	CANTIDAD
18	60
24	
10	
9	
15	
30	
5	



## Para terminar

Lee el siguiente problema de relación funcional inversa, crea una tabla con algunos datos y gráficala en tu cuaderno.

- a) 6 fotocopadoras tardan 6 horas en realizar un gran número de copias, ¿cuánto tiempo tardarían 4 fotocopadoras en realizar el mismo trabajo? Crea tu tabla con los datos suficientes para realizar la gráfica en tu cuaderno.



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Figuras y cuerpos geométricos

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Deduce y usa las relaciones entre los ángulos de polígonos en la construcción de polígonos regulares

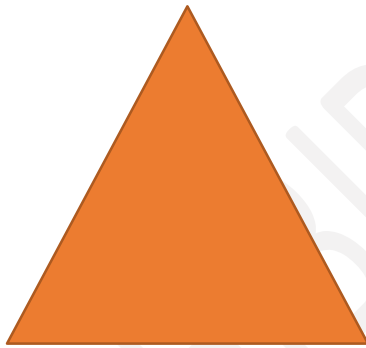
Nombre de Alumno:

Fecha:

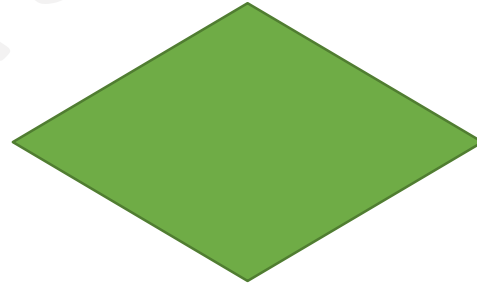
/ /

### ■ Para empezar

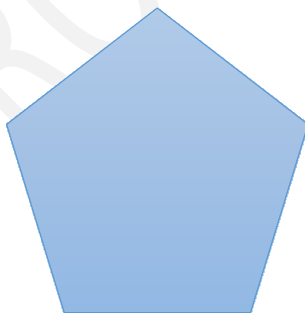
Mide con tu transportador cada ángulo interno de los siguientes polígonos, súmalos y anota en cada línea el resultado de la suma de todos los ángulos internos de cada figura.



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



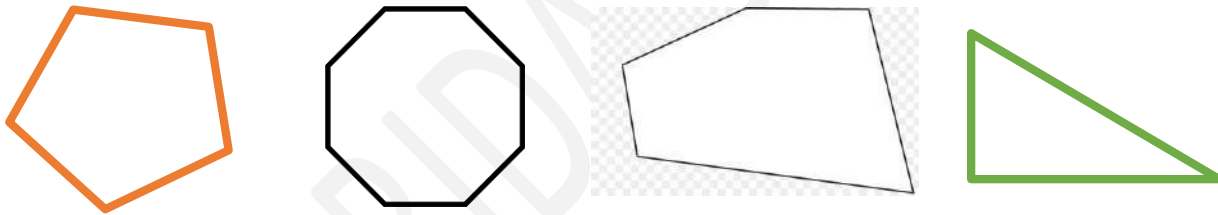
Aquí algunas relaciones importantes entre los ángulos de los polígonos:

1. La suma de los ángulos internos de un polígono cualquiera con  $n$  lados es  $(n-2) \times 180^\circ$
2. La suma de las medidas de los ángulos interno y externo de un vértice de un polígono es de  $180^\circ$ , es decir son ángulos suplementarios.
3. La suma de los ángulos externos de un polígono, uno por cada vértice es de  $360^\circ$
4. En un polígono regular con  $n$  lados, la medida del ángulo central es:  $\frac{360^\circ}{n}$



## Manos a la obra

**Actividad 1.** Traza diagonales en los siguientes polígonos y divídelos en triángulos, después contesta la pregunta.



¿Cuál es la relación entre lados del polígono y la cantidad de triángulos que se forman en éste?

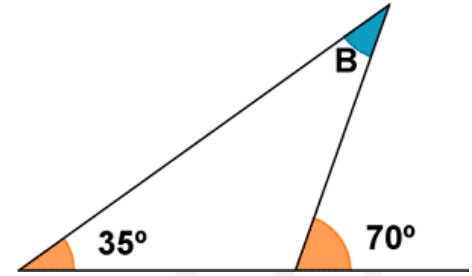
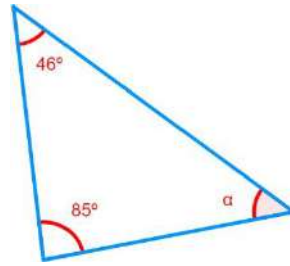
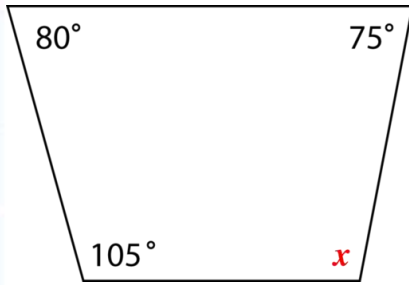
**Actividad 2.** Completa la siguiente tabla con lo que se te pide:

LADOS	NOMBRE DEL POLÍGONO	SUMA DE ÁNGULOS INTERNOS	NÚMERO DE TRIÁNGULOS	NÚMERO DE DIAGONALES
3	Triángulo	$180^\circ$	1	0
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				



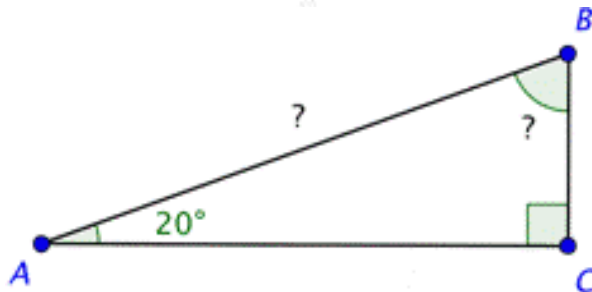
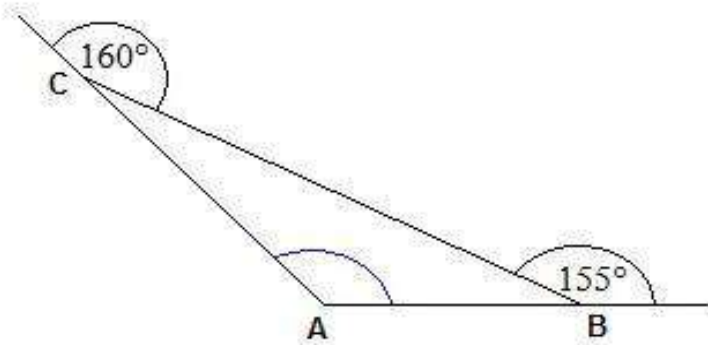
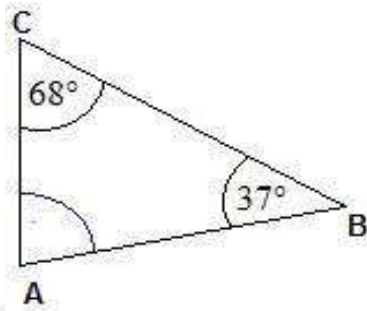
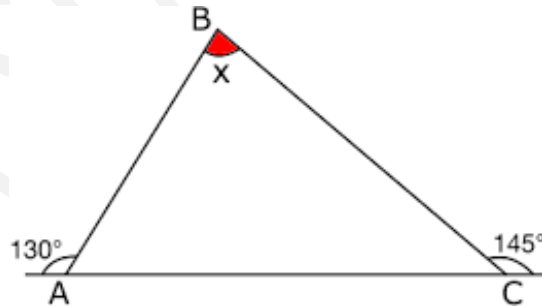
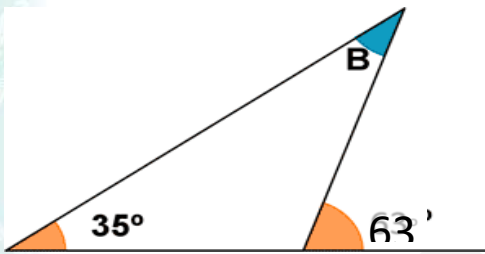


Actividad 3. Obtén los ángulos que se piden y escribe su medida



■ Para terminar

Observa las siguientes figuras y con base a lo que aprendiste, escribe la medida del ángulo interno que se pide, ayúdate del recuadro donde se especifican las relaciones entre ángulos internos del polígono.







PROHIBIDA SU VENTA



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º “ “

Título:

Perímetro y área de polígonos regulares

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Calcula el perímetro y el área de polígonos regulares y del círculo a partir de diferentes datos.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

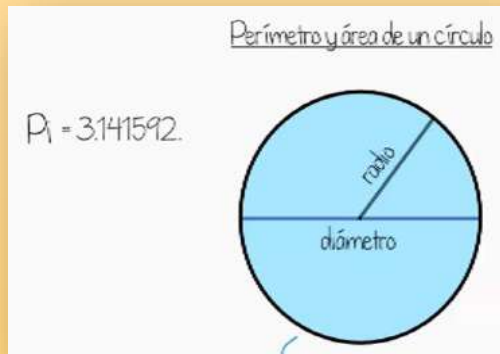
### ■ Para empezar

Contesta las siguientes preguntas:

Si deseo cercar un terreno circular ¿Qué medida necesito obtener?

Si deseo cubrir de azulejo el fondo de una piscina circular ¿Qué medida necesito obtener?

Para obtener el área y el perímetro de un círculo se usarán las siguientes fórmulas:

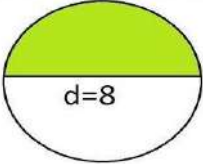
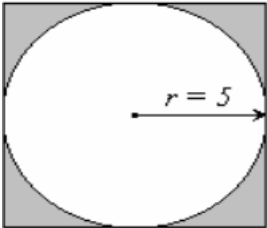
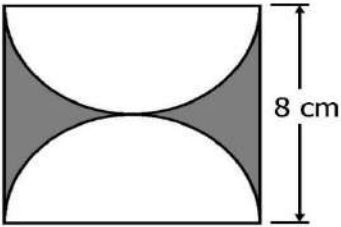


$$P = 2\pi r$$
$$A = \pi r^2$$

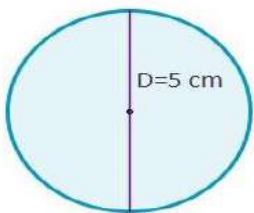


Manos a la obra

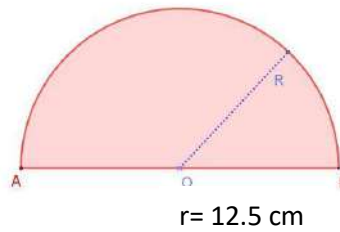
Actividad 1. Calcula el área sombreada de los siguientes círculos

	Datos	Fórmula	Operaciones	Resultado
	$d=8$			
	$r=5$			
	$8\text{ cm}$			

Actividad 2. Obtén el perímetro de los siguientes círculos



Perímetro \_\_\_\_\_



Perímetro \_\_\_\_\_



## ■ Para terminar

Realiza un diagrama de cada problema y después resuelve.

Un ciclista participa en una competencia con una rueda trasera de 62 cm. ¿Cuántas vueltas habrá dado la rueda trasera de la bicicleta cuando el ciclista haya corrido 2 km?

Diagrama	Datos	Fórmula	Operaciones	Resultado
<div style="border: 1px solid black; height: 200px; width: 100%;"></div>				

En un parque de forma circular de 700 m de radio hay situada en el centro una fuente, también de forma circular, de 5 m de radio. Calcula el área de la zona de paseo

Diagrama	Datos	Fórmula	Operaciones	Resultado
<div style="border: 1px solid black; height: 200px; width: 100%;"></div>				



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Matemáticas II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Estadística

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Recolecta, registra y lee datos en histogramas, polígonos de frecuencias y gráficas de línea.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

**Para empezar**

Luis ha concluido satisfactoriamente su curso de primero de secundaria, sus calificaciones de los tres trimestres fueron las siguientes: 7.8, 8.3, 8.5

¿Cuál es el promedio final de primer grado de Luis?

**MEDIDAS DE TENDENCIA CENTRAL Y DISPERSIÓN**

Las medidas de tendencia central son medidas estadísticas que pretenden resumir en un sólo valor a un conjunto de valores, en cambio las medidas de dispersión en cambio miden el grado de dispersión de los valores de la variable.

**Media, Mediana, Moda y Rango**

Primero, ordena los números de menor a mayor.

Ejemplo: 3, 5, 5, 6, 8, 10, 12

**Media**

el promedio de los números

1. Suma los números.
2. Divide entre la cantidad de números en el conjunto.

$$3+5+5+6+8+10+12=49$$

$$49 / 7 = 7$$

**Mediana**

el número de la mitad

1. Coloca los números en orden de valor y encuentra el número del medio
- \*Si hay dos números en el medio, la mediana es la **media** de los dos números.

3, 5, 5, **6**, 8, 10, 12

**Moda**

el número que aparece con más frecuencia

1. Halla el número que repite más en el conjunto de datos (puede haber más que un solo número).
- \*Hay dos 5s y uno de cada otro número.

3, **5, 5**, 6, 8, 10, 12

**Rango**

La diferencia entre el máximo y el mínimo

1. Resta el mínimo (número menor) del máximo (número mayor)

$$3, 5, 5, 6, 8, 10, 12$$

$$12 - 3 = 9$$

La media es 7 La mediana es 6 La moda es 5 El rango es 9

$$DM = \frac{\sum |x_i - \bar{x}|}{n}$$

**Desviación Media**



Obtén los siguientes datos:

<b>MEDIA</b>	
<b>MODA</b>	
<b>MEDIANA</b>	
<b>RANGO</b>	
<b>DESVIACIÓN MEDIA</b>	

### ■ Para terminar

En una prueba de matemáticas cada uno de los alumnos obtuvieron los siguientes aciertos: 28, 27, 26, 26, 24, 24, 23, 22, 22, 22, 21, 20, 20, 20, 20, 19, 19, 19, 18, 16, 14, 14, 12, 11, 9 y 8.

Ordena los datos.

<b>MEDIA</b>	
<b>MODA</b>	
<b>MEDIANA</b>	
<b>RANGO</b>	
<b>DESVIACIÓN MEDIA</b>	





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Ciencias y tecnología. Física

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Electromagnetismo, energía y salud

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Describe, explica y experimenta con algunas manifestaciones y aplicaciones de la electricidad e identifica los cuidados que requiere su uso.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

### ■ Para empezar

Con la ayuda de algún adulto o a partir de lo que sabes, describe los pasos que sigue la energía eléctrica que llega a tu casa, desde su generación hasta el uso directo en los aparatos de tu hogar (puedes agregar el número de pasos que desees).

Paso 1:

Paso 2:

Paso 3:

Paso 4:



## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

Lee el texto y contesta las siguientes preguntas.

#### *El calentamiento global*

*El calentamiento global es el producto de una gran variedad de acciones de los seres humanos, que hacen que la Tierra se caliente ligeramente un poco más cada año. Desde la revolución industrial de los siglos XVIII y XIX, cuando se quemó carbón por primera vez para hacer funcionar máquinas de vapor a gran escala, los seres humanos han estado utilizando la energía en cantidades cada vez mayores. De manera similar, las plantas de energía utilizan la combustión para producir electricidad quemando combustibles como el carbón, el gas y el petróleo, por lo que también emiten dióxido de carbono.*

¿Qué tipos de energía utilizan en tu casa?

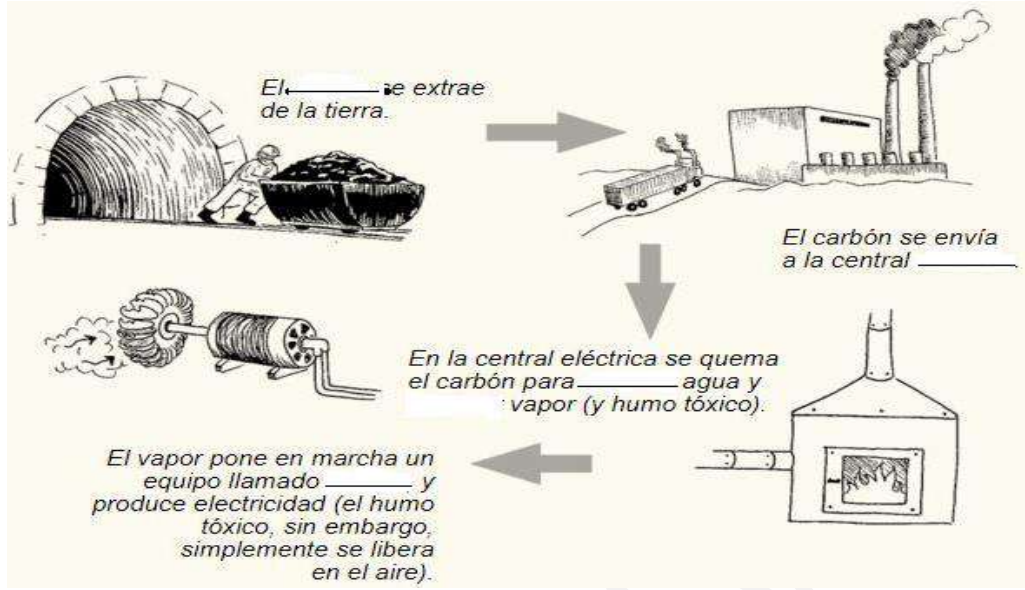
¿Cómo se producen estas energías?

### Actividad 2

Observa la imagen y completa las oraciones con las palabras del recuadro.

tóxico    carbón    calentar    eléctrica    turbina    producir





### Actividad 3

Estamos viendo la forma en que se genera la energía eléctrica, en este proceso hay un punto clave, el transporte de la electricidad de donde se genera hasta tu hogar.

¿Cómo transportan la energía eléctrica?

¿Qué materiales utilizarías para acumular electricidad?

¿Cuáles deben ser las características de estos materiales?

### Actividad 4

Lee la siguiente información.

*En un conductor, puede fluir la corriente eléctrica libremente, en un aislante no puede. Los metales tales como el cobre son conductores típicos, mientras que la mayoría de los sólidos no metálicos, se dice que son buenos aislantes, presentando una muy alta resistencia al flujo de las cargas a través suyo. El material "conductor" implica que los electrones más externos de sus átomos están débilmente ligados y libres para moverse a través del mismo. La mayoría de los átomos tienen sus electrones fuertemente ligados y son aislantes. En el cobre, los electrones de valencia están esencialmente libres y se repelen fuertemente unos a otros.*

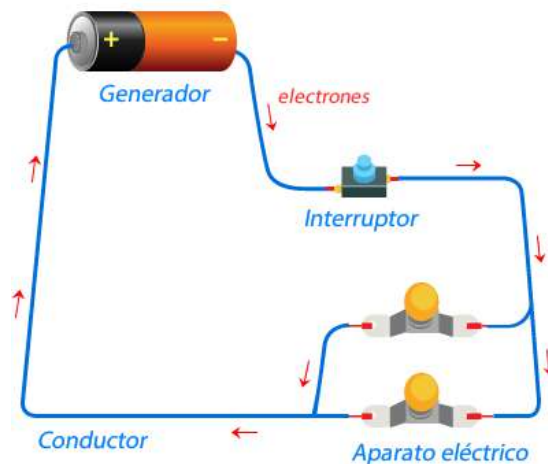


Ahora, en la siguiente tabla determina si el material es un conductor o aislante y escribe algunas características que tiene.

Material	Conductor o aislante	Características
Cobre		
Papel		
Madera		
Aluminio		
Grafito		

### Actividad 5

Hablar de electricidad, es indispensable, saber cómo se conduce la energía eléctrica. Un circuito eléctrico es un camino por el que puede circular éste tipo de energía. De manera sencilla, un circuito tiene un generador de corriente, que es capaz de crear una diferencia de potencial entre dos áreas de su estructura que se llaman polos por ejemplo una pila. Un conductor de conexión que permite unir dichos polos por ejemplo los cables. También puede tener interruptores para abrir el paso de la corriente, receptores eléctricos que son capaces de transformar la energía eléctrica en otros tipos de energía, como una lámpara o motores; aparatos eléctricos de medida, que permiten conocer el valor de las magnitudes del circuito en determinados puntos. Observa la siguiente imagen.

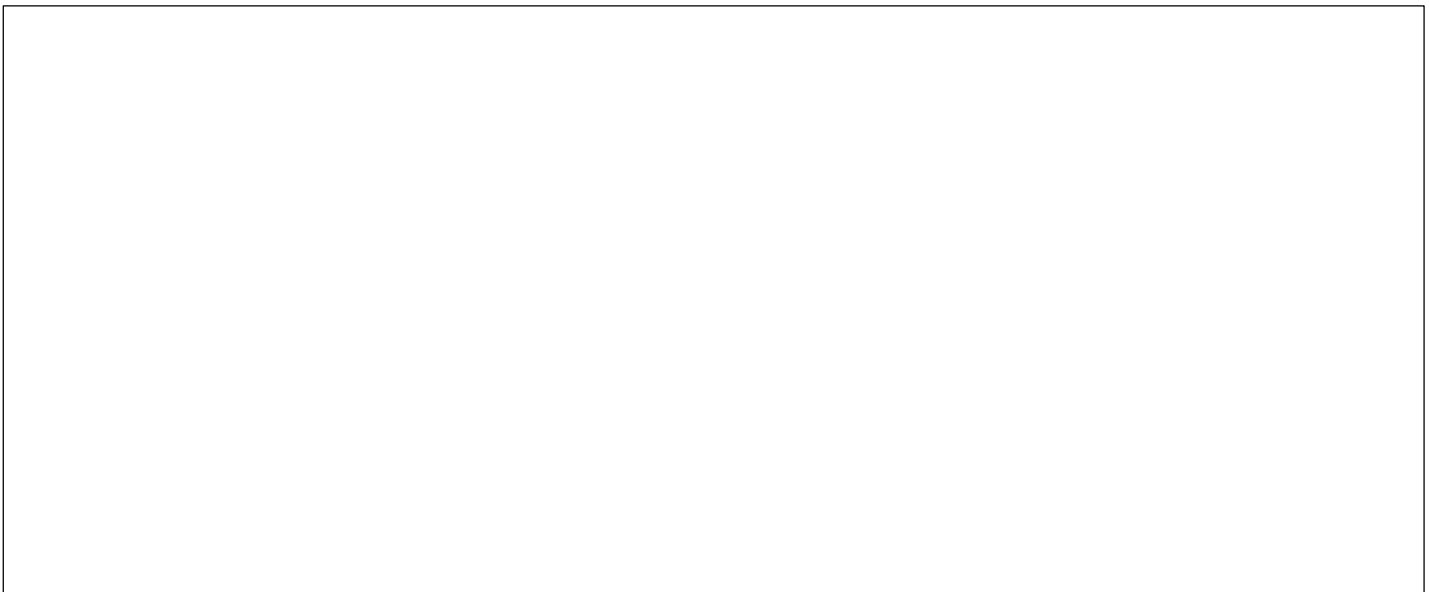


Ahora, investiga qué tipo de circuitos existen y con imaginación, dibuja el circuito eléctrico de tu casa, recuerda anotar todos los elementos que lo integran.



### ■ Para terminar

En el siguiente recuadro escribe algunas ventajas y desventajas que hayas aprendido a lo largo de esta secuencia sobre el uso de la energía eléctrica.





*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Ciencias y tecnología. Física

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Fenómenos magnéticos

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

○

Analiza fenómenos comunes del magnetismo y experimenta con la interacción entre imanes.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

**Para empezar**



Observa la imagen, lee el texto y con ayuda de un adulto o a partir de la información que tengas a la mano contesta las preguntas.

La brújula (compás magnético) es un instrumento utilizado para determinar la dirección. La aguja magnética en la brújula puede girar libremente bajo el magnetismo terrestre, lo que ayuda a las personas a distinguir la dirección norte de la Tierra. Debido a esta función, la brújula se usa a menudo en navegación.



¿Por qué la aguja de la brújula apunta siempre la misma dirección?

¿Qué otros instrumentos conoces que utilicen imanes?

Dibuja un imán y señala sus partes.

## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

Con base en la lectura del siguiente texto relaciona las columnas con una línea.

*Imán, piedra imán o magnetita es un óxido de hierro mixto con fórmula química  $Fe_3O_4$ , encontrado en la naturaleza en forma de piedra que posee las características siguientes: un imán atrae partículas de Hierro, Cobalto o Níquel y compuestos de éstos. Un imán posee dos polos, uno llamado Norte y otro Sur. Se llama Norte al que se dirige al polo norte geográfico, cuando se suspende libremente un imán y Sur al que se dirige al sur. Polo magnético es la región del imán que ejerce la mayor atracción sobre las partículas antes mencionadas. Los polos se localizan en los extremos de un imán y nunca están aislados, en la naturaleza nunca encontramos solos un polo norte o un sur. Los polos de un imán no pueden aislarse.*

- |                     |   |
|---------------------|---|
| a) imanes           | 1. Es la fuerza entre polos opuestos del imán.          |
| b) fórmula química  | 2. Es la región del imán que ejerce la mayor atracción. |
| c) polos magnéticos | 3. $Fe_3O_4$  |



d) Polos del imán

4. Se localizan en los extremos de un imán y nunca están aislados.

d) atracción

5. Es un óxido de hierro mixto.

## Actividad 2

Los imanes se pueden encontrar en los dispositivos más simples o complejos que utilizas a diario. Desde los electrodomésticos de tu hogar como el refrigerador, el horno de microondas, teléfono, timbre, la licuadora... hasta los equipos de oficina de una empresa como ordenadores e impresoras. Todos esos dispositivos utilizan imanes. Completa la siguiente tabla, a partir de la información del ejemplo.

Dispositivo	Está hecha de...	Se utiliza en...
Brújula	Una aguja magnética que apunta siempre al norte	La navegación, ubicación, GSP.
Timbre		
Teléfono		
Horno de microondas		
Motor eléctrico		

## Actividad 3

Cuando se ha intentado obtener polos independientes partiendo imanes, se ha encontrado que cada parte posee dos polos distintos. Se puede reducir el tamaño de un imán cortándolo continuamente y en el límite, la molécula seguirá siendo un imán denominado imán molecular.



Emilio decidió partir en trozos más pequeños su imán, de tal manera que pueda comprobar lo anterior, en la figura 1 se muestra el imán completo con sus polos. Identifica los polos en los trozos más pequeños e ilumina de color azul los polos norte y de rojo los polos sur.

Figura 1

Polo Norte	Polo sur
------------	----------

Figura 2

--	--

Figura 3

--	--

Figura 4

--	--

#### Actividad 4

Si se suspenden libremente dos imanes de modo que sus polos iguales queden frente a frente, éstos se rechazarán; si de igual forma colocamos polos de nombre contrario, se atraerán. A este fenómeno que se presenta siempre de igual manera se le denomina ley de los polos y puede enunciarse como sigue: “polos iguales se rechazan, polos diferentes se atraen”.

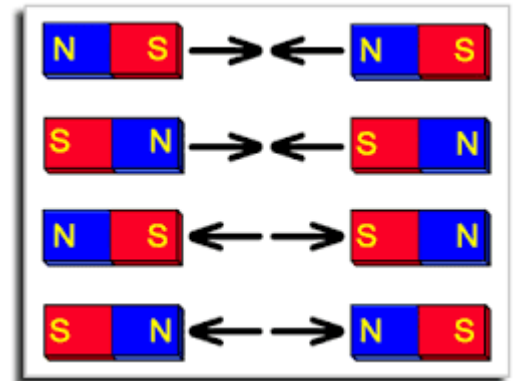


Contesta las siguientes preguntas

¿Qué pasa cuando dos imanes se colocan en polos opuestos?

¿Qué pasa cuando dos imanes se colocan en polos iguales?

¿En qué fenómenos y situaciones cotidianas crees que puedas utilizar esta información?



### ■ Para terminar

Escribe falso o verdadero según la tabla en cuanto a la utilización y características de los imanes.

Los imanes...

Falso o verdadero

Se usan para la orientación y GPS en tu celular.

\_\_\_\_\_

Pierden sus efectos dentro del agua.

\_\_\_\_\_

Un imán se puede romper y así tener un solo polo magnético.

\_\_\_\_\_

Se usan en campos como la medicina y tecnología.

\_\_\_\_\_

El planeta Tierra es un gran imán con dos polos.

\_\_\_\_\_

A partir de la interacción entre imanes se puede generar electricidad.

\_\_\_\_\_

*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Ciencias y tecnología. Física

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Fenómenos electromagnéticos y su importancia

Rec:  
Buln  
Apo:

**Aprendizaje esperado**

o

**Intención didáctica:**





Describe la generación, diversidad y comportamiento de las ondas electromagnéticas como resultado de la interacción entre electricidad y magnetismo.

Nombre de Alumno:

Fecha:

## ■ Para empezar

Lee en texto y contesta las preguntas.

*El físico y químico danés Hans Christian Orsted en 1820 descubrió la relación entre la electricidad y el magnetismo en un experimento que llevó a cabo ante sus alumnos. Demostró empíricamente que un hilo conductor de corriente podía mover la aguja imantada de una brújula. Podía, pues, haber interacción entre las fuerzas eléctricas y las fuerzas magnéticas, lo que en aquella época resultó revolucionario.*

¿Qué tipo de objetos interactúan con los imanes?

¿Cuál era la causa de la fuerza de atracción o repulsión de los imanes?

¿Podríamos afirmar que existe una relación entre los imanes y la electricidad?

¿Qué pasará si electricidad corre dentro de imanes?

## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

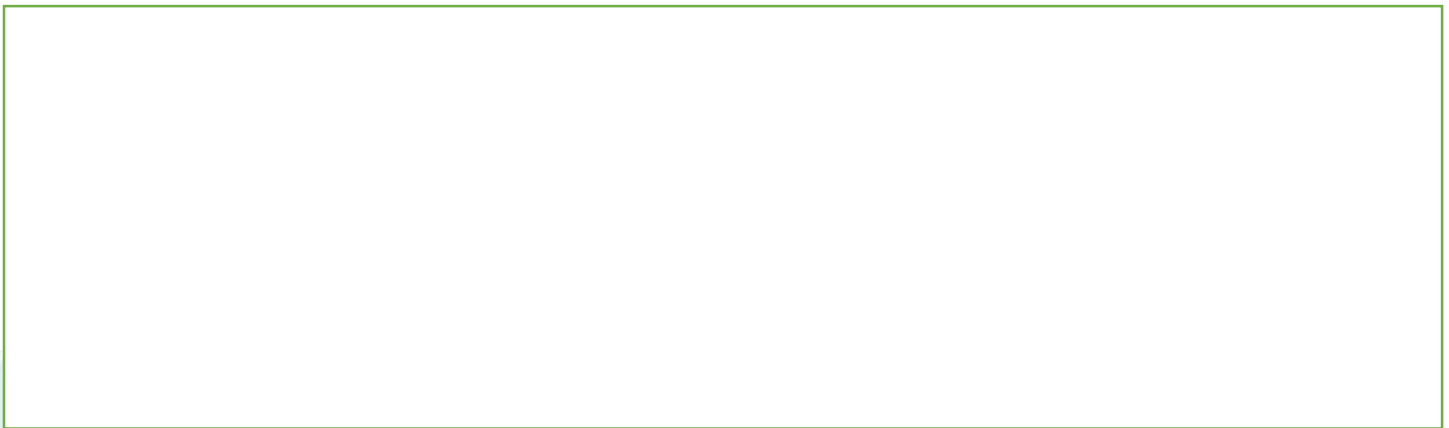
Recopilación y/o edición  
Bulmaro Feregrino Alegría  
Apoyo Académico



Lee con atención el siguiente texto

*El mundo en el que vivimos está lleno de ejemplos de electroimanes, que hace que la mayoría de los aparatos eléctricos funcionen. Un electroimán es un tipo de imán especial que usa una corriente eléctrica para crear un campo magnético. Cada vez que la corriente fluye a través de un cable, crea un campo eléctrico. Si el cable se enrolla en bobinas magnéticas, su campo crea una fuerza magnética que es directamente proporcional a la corriente, el número de vueltas y el material alrededor del cual se enrolla la bobina. El mundo en el que vivimos está lleno de ejemplos de electroimanes, que hace que la mayoría de los aparatos eléctricos funcionen. Los ejemplos incluyen motores eléctricos, radios, timbres y guitarras eléctricas.*

En el siguiente espacio dibuja algunos aparatos que tengas en casa y que funcionen mediante este mecanismo de electroimán. En la secuencia pasada vimos algunos ejemplos.



## Actividad 2

Elabora 5 preguntas que te hayan surgido, para saber acerca del funcionamiento y relación que existe entre la electricidad y los imanes, puedes ayudarte con un familiar a formular las cuestiones.



## Actividad 3

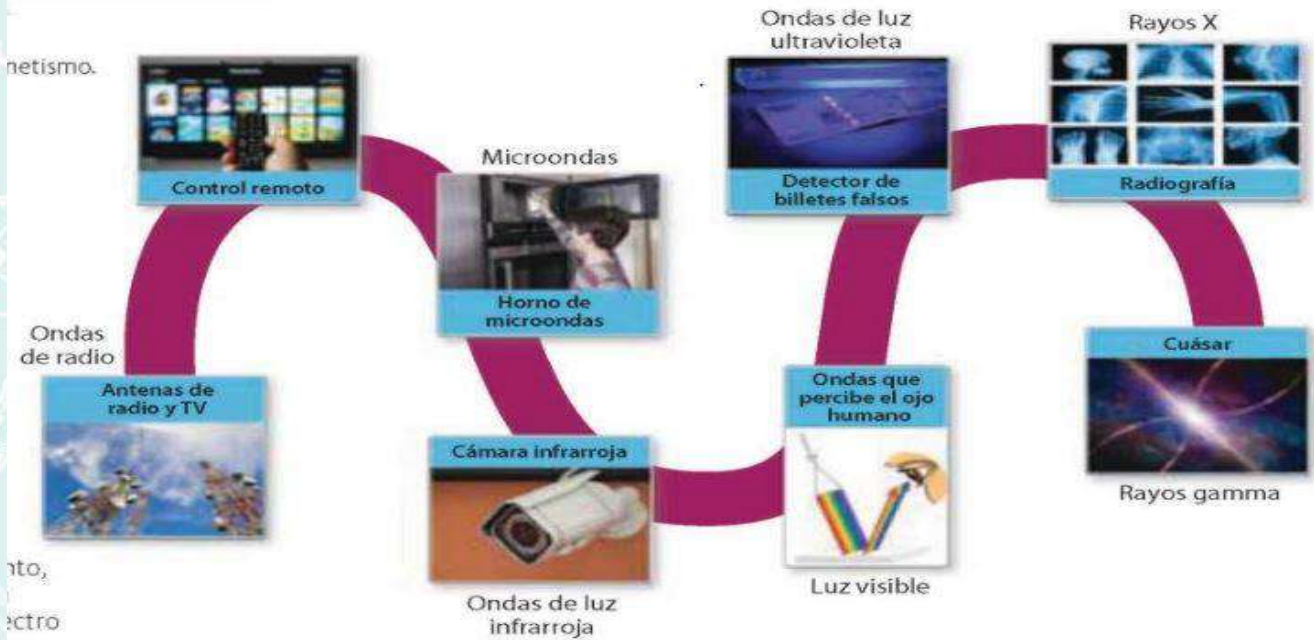
*La luz, el microondas, rayos X y las retransmisiones de televisión y radio son ejemplos de ondas electromagnéticas. La electricidad estática puede ser la que se obtiene al frotar un globo a la ropa, se crea un campo eléctrico. Lo mismo sucede con un imán, genera un campo magnético. Cuando se combinan o se*



mueven juntos los dos campos, el eléctrico y el magnético se generan ondas electromagnéticas. Las radiaciones electromagnéticas son las generadas por partículas eléctricas y magnéticas moviéndose a la vez. Estas radiaciones electromagnéticas generan unas ondas que se pueden propagar por el aire e incluso por el vacío. Estas partículas viajan creando perturbaciones a su alrededor, que es a lo que llamamos onda.

Observa la siguiente imagen y encierra en un círculo las ondas electromagnéticas que conozcas y explica de qué manera las usas en tu casa.

Física 2. Cuervo



#### Actividad 4

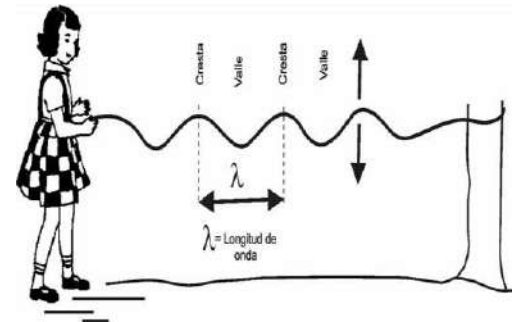
Revisa la información y con ayuda de un familiar realiza la siguiente actividad.

¿Sabes por qué hay lugares de las casas donde no existe la señal telefónica o de la televisión? Las ondas modifican de manera temporal el medio en el que se propagan, pero no pueden transportar materia. Se pueden clasificar en dos, las ondas mecánicas que son aquellas que utilizan un medio para transportarse y ondas electromagnéticas que pueden viajar por el vacío.

Para la siguiente actividad necesitas una cuerda y un alguien que te apoye.

1. Toma una cuerda o hilo de un extremo y tu familiar del otro extremo, la cuerda debe estar sobre el piso, de preferencia en tierra de tal manera que deje huella.
2. Mueve la cuerda de arriba hacia abajo para generar una onda, después tu familiar moverá al cuerda de izquierda a derecha sobre el piso.

Anota las observaciones de la actividad acerca de las características de las ondas y no olvides hacer tu propio dibujo.

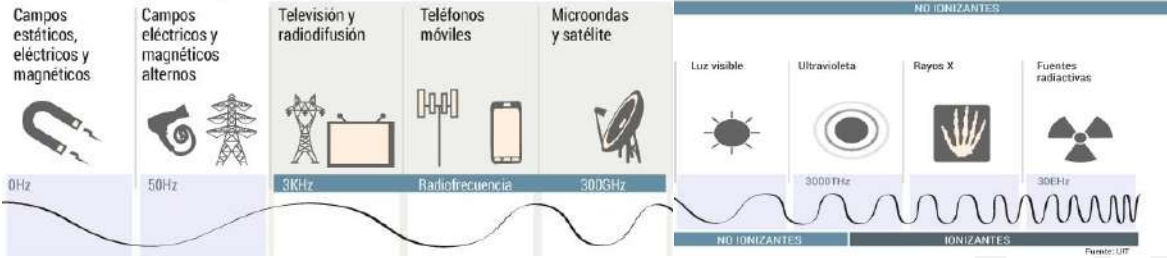


#### Actividad 5

Según el tipo de onda puede tener ciertos parámetros que la hacen cumplir cierta función, observa la siguiente imagen



### El espectro electromagnético



Una onda se propaga con cierta rapidez; ésta se calcula al multiplicar la longitud de onda por la frecuencia, es decir:

$$r = \lambda \nu$$

Donde  $r$  es la rapidez;  $\lambda$  es la longitud de onda y  $\nu$  corresponde a la frecuencia.

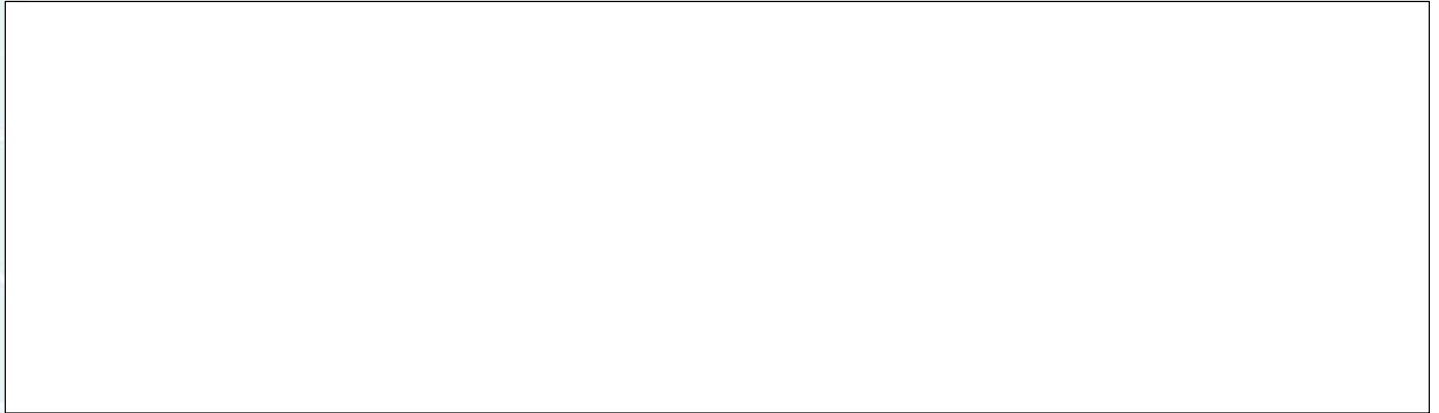
Lee con atención el siguiente problema y resuélvelo.

La nota musical la tiene una frecuencia, por convenio internacional de 440 Hz. Si en el aire se propaga con una velocidad de 340 m/s y en el agua lo hace a 1400 m/s, calcula su longitud de onda en esos medios.

Con la información anterior y lo que has leído en tu libro, crea dos problemas más, cuida utilizar las unidades de medida correctas.







■ **Para terminar**

- a) ¿Cuáles ondas electromagnéticas te parecen familiar?
- b) ¿Qué otras aplicaciones conoces?



*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Ciencias y tecnología. Física

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

La energía y sus aplicaciones

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Analiza las formas de producción de la energía eléctrica, reconoce su eficiencia y los efectos que causan al planeta.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Lee el cuento en voz alta ante tu familia y hagan comentarios sobre el texto.

### “Laura” la lámpara

Érase una vez una lámpara muy antigua, ubicada en un pequeño pueblo costero. Esta lámpara se llamaba “Laura”. El nombre se lo había puesto su primera dueña y, desde aquel entonces (hace varias décadas ya) lo conservaba con alegría. Laura, la lámpara, tenía toda su vida brindándole energía eléctrica a aquel hermoso pueblo, en conjunto a otras pequeñas lámparas que se ubicaban a todo lo largo y ancho del pueblo. Siempre, cuando el sol se iba a descansar de toda su jornada diaria, Laura le proveía de una hermosa claridad a todo el pueblo, llenándoles de alegría con su luz. Pero un día, sin saber que pasaba, las lámparas no encendieron. Todas, Laura y sus amigas, tan preocupadas se preguntaban: ¿Qué sucede, por qué no podemos alumbrar y dar luz al pueblo?

Era la primera vez que en un siglo sus bombillas no alumbraban y que el pueblo quedaba a oscuras una vez que el sol se iba a descansar. De pronto, se fue congregando la gente en la plaza del pueblo junto con el alcalde; todos preocupados por lo que sucedía. Todos se cuestionaban: ¿Cómo es posible que nos hayamos quedado sin energía eléctrica? muy en lo alto de una colina, de pronto pudieron divisar que una pequeña casita tenía luz. ¡Qué bueno que en aquella casita haya energía eléctrica! Pero ¿cómo es posible?, exclamo Laura. Cuando se dieron cuenta de lo que sucedía; tanto el pueblo como las lámparas, entendieron que hay que tomar previsiones y ser precavidos. Que se deben cuidar y mantener los equipos que sirven para generar la energía eléctrica, pero que también es importante pensar en otras fuentes de energía alternativas, como lo paneles solares.



En razón de ello, el alcalde ordenó instalar este tipo de energía alternativa. Para ello hizo uso de los recursos naturales, tales como el sol y el viento. Y al cabo de unos meses Laura y todas sus amigas las lámparas pudieron volver a surtir luz y claridad a todo el pueblo y mantener muy alumbrada y brillante la hermosa plaza de aquel pueblo costero.

## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

Subraya con color verde las energías que puedes utilizar para generar electricidad.

- Energía eólica: la energía que se obtiene del viento
- Energía solar: la energía que se obtiene del sol. Las principales tecnologías son la solar fotovoltaica (aprovecha la luz del sol) y la solar térmica (aprovecha el calor del sol)
- Energía hidráulica o hidroeléctrica: la energía que se obtiene de los ríos y corrientes de agua dulce
- Biomasa y biogás: la energía que se extrae de materia orgánica
- Energía geotérmica: la energía calorífica contenida en el interior de la Tierra
- Energía mareomotriz: la energía que se obtiene de las mareas
- Energía undimotriz u olamotriz: la energía que se obtiene de las olas
- Bioetanol: combustible orgánico apto para la automoción que se logra mediante procesos de fermentación de productos vegetales
- Biodiésel: combustible orgánico para automoción, entre otras aplicaciones, que se obtiene a partir de aceites vegetales

### Actividad 2

En el siguiente recuadro, representa con un dibujo 3 energías alternativas y explica brevemente algunas ventajas, desventajas y usos.



**■ Para terminar**

Con base en lo anterior contesta la siguiente tabla, enlistando las energías limpias que aprendiste. Recuerda que la energía limpia es un sistema de producción de energía con exclusión de cualquier contaminación o la gestión mediante la que nos deshacemos de todos los residuos peligrosos para nuestro planeta.

Energía limpia	Se obtiene de	Materiales y dispositivos que pueden usar para generarla	¿Dónde se observa en tu comunidad?

*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Ciencias y tecnología. Física

**Grado y grupo:**

2º " "

Rec:  
Buln  
Apo:

**Título:**

q



**Aprendizaje esperado**

o

**Intención didáctica:**

Ciencia, tecnología y sociedad

Describe e interpreta los principios básicos de algunos desarrollos tecnológicos que se aplican en el campo de la salud.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

■ Para empezar

Observa las imágenes y escribe debajo cuáles requieren la electricidad y/o el magnetismo y cuál es su función.



■ Manos a la obra

Actividad 1

Recopilación y/o edición  
Bulmaro Feregrino Alegría  
Apoyo Académico



Termina la oración con las palabras del recuadro.

Aprovechamos los recursos eléctricos del  
Magnetismo para producir \_\_\_\_\_

La electricidad crea \_\_\_\_\_

El magnetismo produce \_\_\_\_\_

- Campos  
magnéticos
- Electroimanes
- Electricidad
- Corriente eléctrica

### Actividad 2

Pídele a un adulto que te ayude a contestar la siguiente tabla haciendo una comparación entre las formas de producir energía cuando era niño y cómo se producen ahora. Observa el ejemplo.

Energía	Antes	Repercusiones en el medio ambiente.	Ahora	Repercusiones en el medio ambiente.
Luminosa	Se prendían velas ya que no había electricidad.	Quemaban velas y producían humo que afecta la capa de ozono.	Se usa electricidad al encender un foco.	Para producir energía se utiliza la corriente de las aguas, se desperdicia mucha agua.
Calorífica				
Mecánica				

### ■ Para terminar

Recopilación y/o edición  
Bulmaro Feregrino Alegría  
Apoyo Académico





Realiza una autoevaluación del desempeño que has tenido durante el abordaje de este trimestre, seleccionando la frecuencia con la realizaste las acciones.

Afirmación	Siempre	Casi siempre	En ocasiones	Nunca	Observaciones
Trabajé las actividades con entusiasmo y ganas de aprender.					
Comprendí la relación de la electricidad con el magnetismo.					
Propuse ejemplos de mi vida cotidiana.					
Hice investigación de los temas en libros, con familiares o textos.					
Comenté mis actividades con mis papás o familiares a manera de mostrar el conocimiento que logré.					
Considero la importancia de usar la ciencia para el desarrollo y ayuda en mi vida diaria.					



*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Inglés II

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

"Should" or "Shouldn't" for recommendations

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Utiliza el modal "should" o "shouldn't" para brindar recomendaciones o consejos

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

### ■ Para empezar

Observa la siguiente imagen y encierra de rojo lo que consideres que no se debe hacer y azul lo que está bien hecho.



De acuerdo a las imágenes que encerraste escribirás una oración con should usando las imágenes encerradas con rojo y una con shouldn't con las imágenes encerradas con azul.

You should \_\_\_\_\_

You shouldn't \_\_\_\_\_



## Manos a la obra

Lee con atención los siguientes enunciados.

*They shouldn't jump on the bed.*

*They should eat in the dining room.*

*Should* se suele traducir al español como “debería” y también como en español, se suele usar para aconsejar, opinar y recomendar. También se puede expresar obligación e incluso expectativas o previsiones.

Sujeto + should/shouldn't + verbo principal

Observa los ejemplos.

*You should speak to María about the trip.*

*Peter should see a doctor.*

*You should focus more on your studies*

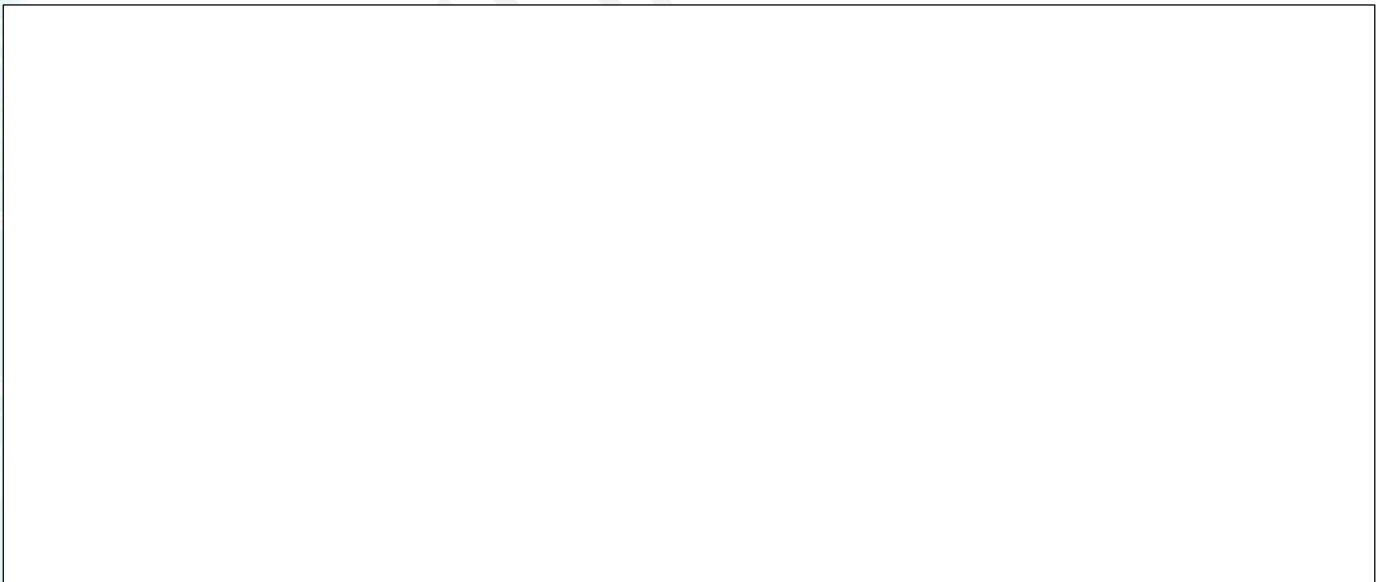
Observa la siguiente imagen y escribe 5 tareas que debes hacer en casa usando el modal “should”





**■ Para terminar**

Escribe y representa con un dibujo 5 acciones que debes realizar o no para tener una vida sana. Recuerda usar should/ shouldn't





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Inglés II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

How much and how many

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Identifica los alimentos contables y no contables y utiliza las expresiones How much y How many para realizar preguntas sobre la cantidad de estos.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

### ■ Para empezar

Observa la siguiente imagen.



*How many oranges do you need? I need four oranges for the pay.*

*How much pasta do you want? I want a few pasta.*

Como puedes observar, usamos *how many* para preguntar sobre cosas que sí podemos contar y *how much* para cuando no podemos contar por unidades, sino por porciones.

### ■ Manos a la obra

Ahora con las imágenes que se te presentaron en la sección anterior, redacta 6 preguntas usando tanto los *countables* y los *uncountables*.

### ■ Para terminar

Ahora para jugar pasa a una hoja sólo los dibujos de la primera sección y recórtalos. Juega con alguien más a adivinar el nombre en inglés de algunos alimentos y si pertenece a los *countables* o a los *uncountables*.





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Inglés II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

There is/there are

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Utiliza *there is/there are* como expresiones para hablar acerca de los alimentos que hay en casa.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

## ■ Para empezar

¿Recuerdas el juego de la sesión pasada? Recortaste y te aprendiste un vocabulario de alimentos contables y no contables. En esta ocasión trabajaremos con lo que aprendiste.

Lee con atención los siguientes enunciados.

*There is a cake on the fridge.*

*There are onions on the table.*

*There isn't milk in the fridge.*

*There aren't tomatoes.*

Como puedes ver, usamos *there is* para referirnos a cosas que hay en un lugar y no podemos contar por unidades, sino por porciones o cuando hablamos de sólo una unidad. *There are* cuando nos referimos a cosas que sí hay y podemos contar dos o más unidades.

## ■ Manos a la obra

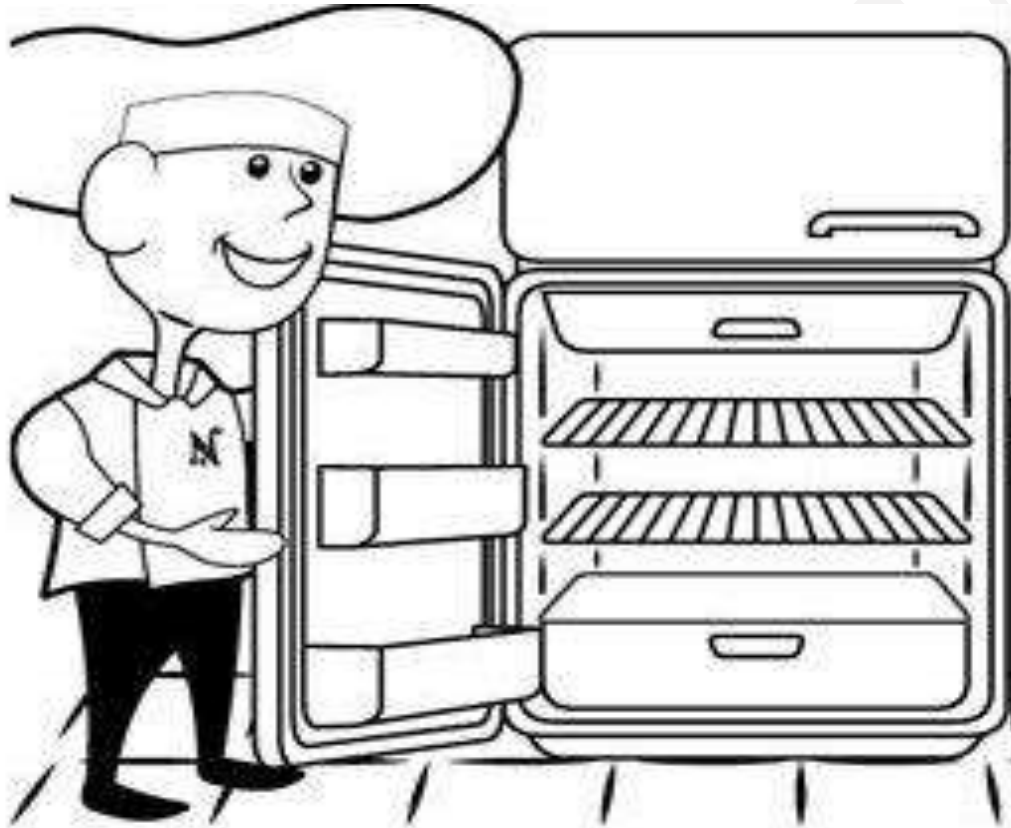
Ahora vamos a practicar lo aprendido. Observa la siguiente imagen y escribe en el espacio 3 cosas que sí haya en el refrigerador y 3 que no haya. Recuerda utilizar *there is/there isn't* y *there are/there aren't*.






## ■ Para terminar

Imagina que el refrigerador de la imagen es el que tienes en casa, lo vas a llenar con tu despensa, puedes dibujar, recortar... utiliza tu imaginación. Después en el espacio en blanco escribe 5 enunciados sobre lo que sí hay en el refrigerador y 5 de lo que no hay.



PROFESOR



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Historia I

Grado y grupo:

2º " "

Título:

El poderío Mexica

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Identificar la historia del pueblo Mexica, sus principales características, costumbres, creencias, organización y cómo logró dominar gran parte de Mesoamérica.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

## ■ Para empezar

### México -Tenochtitlán

México -Tenochtitlán o México-Tenochtitlán (en náhuatl *Mēxihco-Tenōchtitlān*; *te-*, 'piedra'; *nōch-*, 'tuna' y *-ti-tlān*, 'lugar donde abundan las tunas') fue la capital del Imperio Mexica.



La fundación de la ciudad fue un hecho cuya historia se mezcla con la leyenda, lo cual es distintivo de las regiones indígenas americanas. Fuentes del siglo XVI que hicieron correlaciones de los antiguos calendarios con los occidentales la situaron en 1325 — en la cuenta calendárica Mexica—, en un islote al centro de la zona lacustre, de acuerdo con la información registrada en varios documentos coloniales, al igual que en los relieves posteriores del monolito Mexica llamado Teocalli de la Guerra Sagrada. La leyenda de la fundación cuenta que México -Tenochtitlán fue poblada por un grupo de tribus nahuas migrantes desde Aztlán, lugar cuya ubicación precisa se desconoce.





Los mexicas cuentan que un sacerdote llamado tenoch tuvo una visión: del corazón de un guerrero surgía un nopal en el que se posaba un águila comiendo una serpiente. Esta sería la señal que buscarían para fundar su ciudad y finalmente la encontraron entre los cañaverales de una isla en el centro del lago y ahí, en 1325 fundaron México - Tenochtitlán.

La capital de los mexicas se convirtió en una de las mayores ciudades de su época en todo el mundo y fue la cabeza de un poderoso Estado que dominó una gran parte de Mesoamérica. El florecimiento de la ciudad se realizó a costa del tributo pagado por los pueblos sometidos a su poder. Por ello, cuando los españoles llegaron a Mesoamérica, numerosas naciones indígenas se aliaron con ellos con el objetivo de poner fin a la dominación tenochca. Cuauhtémoc —último tlatoani de México-Tenochtitlán— encabezó la resistencia de la ciudad, que cayó el 13 de agosto de 1521 a manos de los españoles y sus aliados indígenas, todos bajo el mando de Hernán Cortés.

### Contesta:

¿Qué significa México - Tenochtitlán en náhuatl?

¿Cuál era la señal que los mexicas debían encontrar para establecer su ciudad?

## Manos a la obra

### Actividad 1

Lee el siguiente texto:

#### *Organización social y política de los mexicas*

Para los mexicas, el mundo político se dividía en dos partes: una masculina y otra femenina, la estructura de su gobierno se organizó con esta visión. Por un lado en lo más alto de la jerarquía política mexica se encontraba el tlatoani (en náhuatl significa el que habla), quien tenía las funciones de llevar un buen gobierno, realizar la guerra y las ceremonias más importantes. Por otro lado, estaba el cihuacoatl (mujer serpiente en náhuatl), que tenía la función de consejero supremo del tlatoani. Debajo de estas dos figuras estaba el tlatoacan o consejero supremo, cuya función era planificar la guerra, nombrar jueces e impartir justicia. Dentro de la pirámide social, cada individuo realizaba tareas según su estatus como ciudadano del imperio, así también las diferencias en los privilegios eran notorias.





Las dos clases sociales que dividían la estructura jerárquica del pueblo mexicana fueron la de los privilegiados y la gente del pueblo es decir, es decir los llamados pillis dado a los nobles o ciudadanos de alta jerarquía, y los macehuales, que no eran otros que la gente del pueblo.

Dentro de estos dos grupos se desprendían otros mas, dentro de los pillis estaban los pochtecas quienes eran mercaderes privilegiados por el tlatoani, jueces, sacerdotes y recaudadores también estaban dentro de este grupo, cuya principal función era el gobierno del pueblo.

Dentro de los macehuales se encontraban los campesinos, quienes realizaban tareas para el beneficio de la comunidad, o para los individuos de altos puestos como los sacerdotes o el mismo tlatoani.

Los mayeques fueron individuos al servicio de los nobles, eran individuos extraídos de los pueblos conquistados por los mexicas. Debajo de todo estaban los esclavos, que fueron lo más bajo de la estructura social mexicana, condición adquirida por cometer delitos o porque simplemente así lo decidían al ponerse en venta a sí mismos.

Con base al texto anterior, realiza un organigrama, es importante que consideres la jerarquía de los mexicas, recuerda poner la función de cada uno.



## Actividad 2

### *Economía, religión y educación*

*Los mexicas basaron su economía en la agricultura. Como vivían en una isla, reprodujeron una antigua técnica para construir chinampas (parecidas a pequeñas islas rectangulares) hechas con lodo, ramas y árboles. Gracias a este sistema fue posible cultivar de manera constante productos como maíz, calabaza, frijol, amaranto, jitomate, quelite, entre otros. Del lago obtenían gran variedad de peces, crustáceos, y algas.*

*Con respecto a los tributos, existían dos tipos: el que pagaban los habitantes de Tenochtitlán a sus gobernantes y el que aportaban los territorios conquistados. El tributo se destinaba a la manutención de los nobles y se distribuía entre la población en momentos de sequía, el incumplimiento del pago era una ofensa que podía derivar en guerra.*

*Los mexicas creían que en el origen existió un par de dioses: Ometecuhtli y Omecihuatl, quienes tuvieron varios hijos. Dos de ellos Tezcatlipoca y Quetzalcoatl, se convirtieron en serpientes y se metieron en la criatura conocida como Tlaltecuhtli para partirla en dos. Tras la división una parte permaneció como la tierra y la otra se convirtió en el cielo.*

*Los mexicas creían que muchas deidades interactuaban de manera constante para que el mundo funcionara, también consideraban que por medio de la oración y el sacrificio se comunicaban con los dioses.*

*La educación de los niños y jóvenes mexicas era estricta en casa, desde los tres años los niños aprendían a trabajar en el campo y las niñas aprendían las labores del hogar. Cuando las niñas cumplan 12 años las internaban durante un año en la cuicacalli para que aprendieran canto y danza. Para los niños habían dos escuelas, una para los macehualtin donde aprendían canto, danza, y artes básicas y la de los pipiltin quienes aprendían a leer códices, realizar rituales y recibían rigurosa instrucción militar.*



Escribe en un párrafo por qué era importante la educación y los tributos para los mexicas.



### ■ Para terminar

Realiza un pequeño escrito tratando de dar respuesta a las siguiente incógnitas: ¿Dónde y cómo se construyó la gran Tenochtitlán?, ¿Cuáles eran las principales actividades de los mexicas?, ¿Crees que en la actualidad se siguen practicando actividades o cosas que los mexicas hacían? Anota cuales.





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Historia I

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Europa y América

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Identificar hechos históricos ocurridos en Europa y América antes y durante los viajes de exploración, así como reconocer la relación entre la defensa de la religión cristiana y el proceso de Conquista española.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

## Para empezar

Por su posición geográfica América fue un territorio desconocido para Europa. Los procesos históricos de ambos continentes corrían por separado hasta que a finales del siglo XV sus historias se cruzaron para no volver a separarse.

Lee con atención el siguiente texto.

### La conquista

La conquista de México se refiere principalmente al sometimiento del Estado mexica, logrado por Hernán Cortés en el nombre del rey Carlos I de España y a favor del Imperio español entre 1519 y 1521. El 13 de agosto de 1521 la ciudad de México-Tenochtitlán cayó en poder de los conquistadores españoles, después de dos años de enconados intentos bélicos, políticos y conspirativos, en los que participaron, junto con los españoles, los pueblos indígenas previamente avasallados por los mexicas, en un afán por rebelarse —aprovechando la alianza con los recién llegados— de las condiciones de sojuzgamiento en que vivían. Este hecho marcó el inicio de la conquista española y el nacimiento del México mestizo.



Recopilado por  
Emmanuel Hernández Juárez  
Apoyo Académico

Posteriormente se desarrollaron otras expediciones y campañas militares, tanto de Hernán Cortés como de sus capitanes, entre 1521 y 1525, en la zona central, norte y sur del territorio del actual México, las cuales fueron sentando los primeros límites del Virreinato



de Nueva España. Desde esta base inicial, la conquista fue continuada con la incorporación de otros territorios por diversos conquistadores y Adelantados: California, la península de Yucatán, la zona occidental conocida como Nueva Galicia, la zona noreste conocida como Nuevo Reino de León, la zona norte donde se encontraba la Nueva Vizcaya y otros territorios de América del Norte y Central. A partir de estos acontecimientos, que modificaron drásticamente la geopolítica mundial en los albores del siglo XVI, durarían aproximadamente tres siglos de dominación territorial española.

Investiga en tu diccionario la definición de las siguientes palabras.

Sojuzgar:

Enconados:

Avallasados:

Bélico:

Albores:

## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

Lee los siguientes textos y analízalos.

#### *Guerra y religión en la península ibérica*

Los españoles creían que la religión católica era la única. Para ellos, quienes practicaban otros cultos eran infieles. Por ellos, los reyes católicos consideraban que tenían la obligación de defender y extender el cristianismo mediante el uso de la fuerza. Esta política militar posteriormente se llamó Guerra Santa. Los exploradores y conquistadores españoles que llegaron en el siglo XVI a América creían tener la misión de ganar territorios para la religión católica. Muchos se inspiraban en el santo Santiago matamoros quien, de acuerdo con las leyendas, ayudo a los cristianos a derrotar a los musulmanes.

#### *Guerra y religión en Mesoamérica*





Por su parte en el mundo mesoamericano la guerra y la religión también tuvieron una estrecha relación. Según la mitología mexicana, el mundo se había creado y destruido cuatro veces hasta que, gracias al sacrificio de los dioses, surgió el quinto sol. Sin embargo, el mundo en el que vivieron las mexicas, un día también terminaría. Para evitarlo, este pueblo debía alimentar a los dioses y devolverles la sangre que habían derramado. Con base en esta idea, los mexicas justificaron una política de guerra y conquista con el fin de obtener cautivos para sacrificar a los dioses, principalmente al sol. A la deidad de la guerra: Huitzilopochtli.

Tanto en Europa como en Mesoamérica, la relación entre la guerra y la religión era muy importante. Sin embargo, los motivos y formas de los enfrentamientos bélicos eran distintos.

A partir de la lectura anterior, elabora un dibujo que represente la situación vivida en Europa y en Mesoamérica en relación a la Guerra y Religión.



## Actividad 2

Lee el siguiente texto:

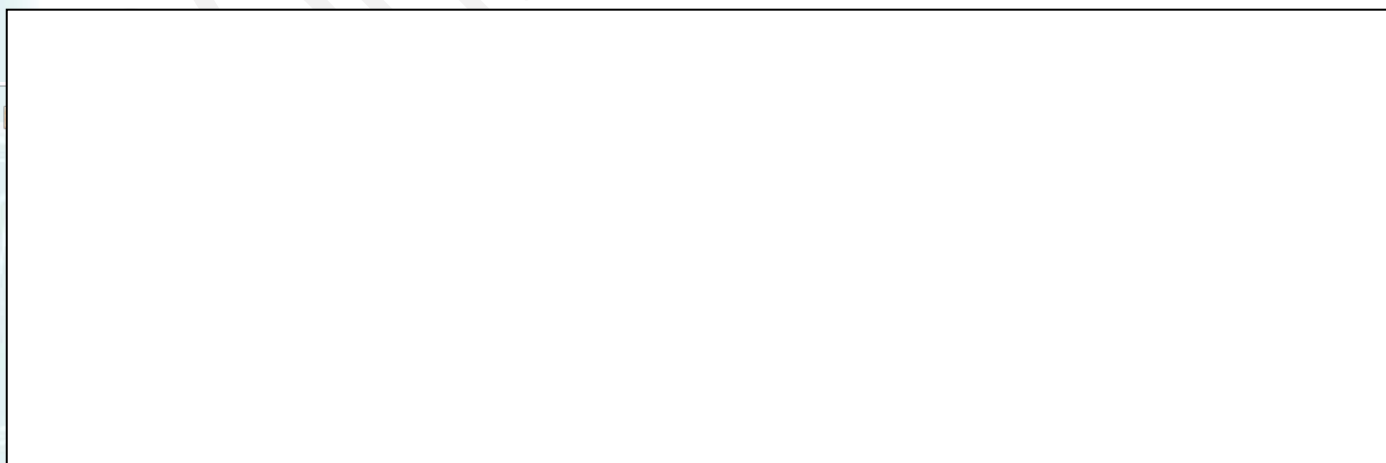
### *El descubrimiento de América*

*Descubrimiento de América es la denominación que recibe el acontecimiento histórico acaecido el 12 de octubre de 1492, consistente en la llegada a América de una expedición española dirigida por Cristóbal Colón por mandato de los Reyes Católicos, Isabel de Castilla y Fernando de Aragón. Colón había partido del Puerto de Palos (España) dos meses y nueve días antes y, tras cruzar el océano Atlántico, llegó a una isla del continente americano, Guanahani, creyendo que había llegado a la India. Este hecho es uno de los momentos fundamentales de la historia universal y representa un “descubrimiento” de riquezas, buena tierra, condiciones climáticas favorables al europeo y de una población con una cosmología de relaciones de poder muy distintas, sin pretensiones expansionistas; así como un mal llamado "encuentro de dos mundos" que habían evolucionado independientemente desde el poblamiento de América.*

*Varios años después de la llegada de Colón, los españoles fueron percatándose de que el lugar al que habían llegado no estaba conectado por tierra a Europa y el resto de la «tierra conocida», como se esperaba de la India, sino que formaba un continente distinto. Así, a partir de 1507 se le comenzó a llamar América. En los siglos posteriores al descubrimiento del nuevo mundo, España, seguida por Portugal y en menor medida Inglaterra, Francia, Holanda, Rusia, Dinamarca-Noruega, Suecia y otras potencias europeas, compitieron por la exploración, conquista y colonización del continente americano, e introdujeron como esclavos a una gran cantidad de personas del África colonial, lo cual llevó a procesos de disolución y anomia de cultura milenarias, así como al surgimiento de nuevas conformaciones étnicas, culturales y políticas.*

*El contacto con los españoles tuvo un enorme impacto en América. Se introdujo el conocimiento indígena en arte e ingeniería, además de diferentes especies vegetales y animales, como el caballo, especie introducida en el segundo viaje de Cristóbal Colón, y que se encontraba extinto en América desde tiempos remotos.*

Con base a lo leído, ilustra los acontecimientos del descubrimiento de América.



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Historia I

Grado y grupo:

2º " "

Título:

La caída de Tenochtitlán.

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Reconocer los principales acontecimientos del proceso de Conquista de México Tenochtitlán y analizar algunos factores que los determinaron.

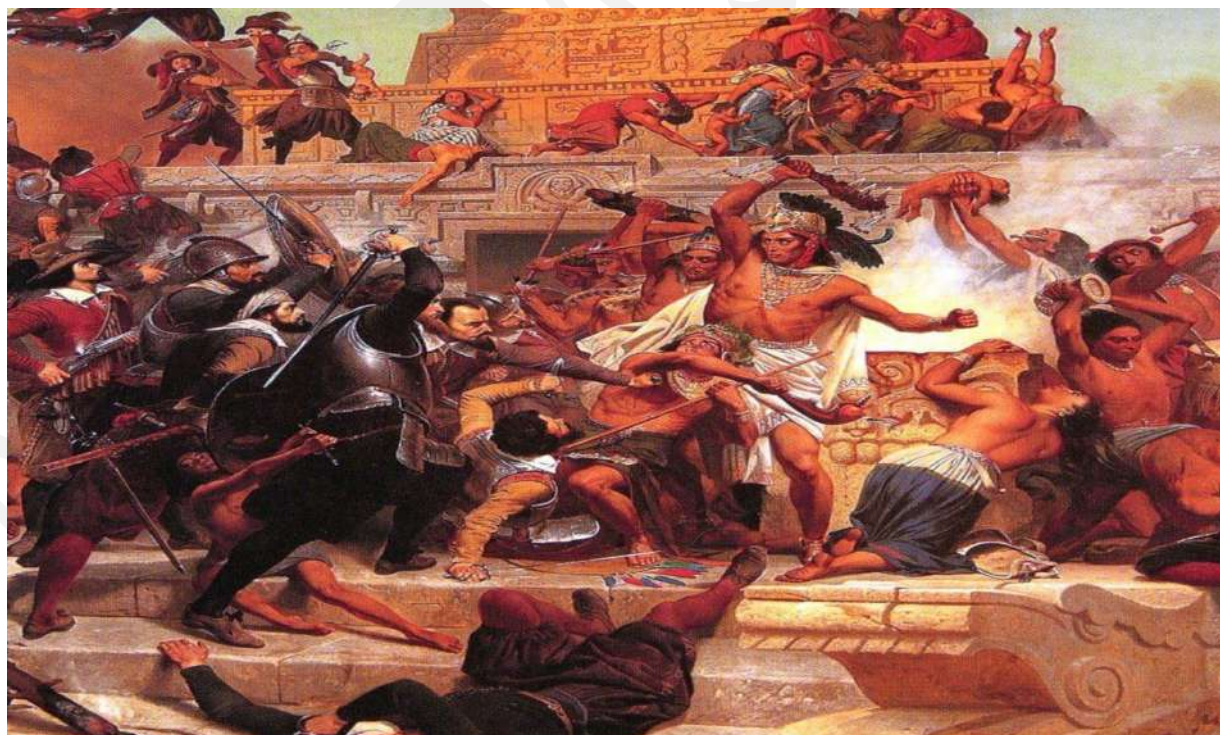
Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

## ■ Para empezar

Observa y analiza la siguiente imagen y contesta los siguientes puntos:



1-




¿Crees que los españoles tenían alguna ventaja sobre los mexicas?

¿Por qué?

¿Cuáles?

¿Qué sensaciones te causa el observar la imagen?

¿Qué diferencias notas entre los españoles y los mexicas?



**Manos a la obra**

Analiza el mapa de las "Rutas de Cortes" y contesta las siguientes preguntas:







Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Formación cívica y ética II

**Grado y grupo:**

2º ""

**Título:**

Distintas formas de hacer frente al conflicto

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Analiza el conflicto, optando por la forma más conveniente para el logro de objetivos personales sin dañar al otro.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Desde tu experiencia explica ¿qué es para ti un conflicto?

¿Cómo afrontas los conflictos en tu vida diaria?

¿Consideras que se puede aprender de un conflicto? ¿Por qué?

Recuerda lo que aprendiste en tu curso de primer grado acerca del conflicto y marca con una **X** las afirmaciones con las que estés de acuerdo.

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | Las personas con valores y las sociedades desarrolladas no tienen, ni generan conflictos.      |
| <input type="checkbox"/> | Los conflictos no se pueden evitar porque son parte de la interacción entre personas diversas. |
| <input type="checkbox"/> | Solucionar conflictos es desgastante, por eso es mejor dejar que el tiempo se encargue.        |
| <input type="checkbox"/> | Los conflictos permiten aprender de otras perspectivas y puntos de vista.                      |
| <input type="checkbox"/> | Si no se sabe cómo solucionar los conflictos, hay que huir.                                    |
| <input type="checkbox"/> | Los seres humanos tienden a la confrontación de manera instintiva.                             |





## Manos a la obra

### Actividad 1

Lee el siguiente texto ya que este te dará pauta para comprender, que es la perspectiva de un conflicto.

#### *Perspectiva del conflicto*

*La inclinación natural del ser humano a la vida en comunidad lo impulsa a la convivencia y la cooperación, pero dentro de esta interacción se presentan situaciones que dan origen a un conflicto, pues siempre habrá –entre personas o grupos– intereses, deseos u objetivos con los que en algún momento no concuerde. Aun en las relaciones basadas en el amor, el conflicto está latente, por tanto, es parte inseparable de la condición humana.*

*¿Los conflictos surgen en todos los contextos en los que hay una interacción entre seres humanos, por ejemplo, en los distintos grupos sociales donde te desenvuelves, como la familia, la escuela o la comunidad? Sí, y no podemos escapar de ellos ni cerrar los ojos cada vez que suceden; intentarlo solo nos crea frustración, nos impide aprovechar su potencial como medio de aprendizaje y nos aleja del logro de nuestros objetivos e intereses personales.*

*Hay una tendencia a pensar en el conflicto como un aspecto negativo de la convivencia humana, que proviene de una naturaleza primitiva; otros creen que no debe formar parte de una sociedad civilizada, por tanto, se le considera nocivo y anormal. Desde esta perspectiva, la postura más conveniente para resolver los conflictos se centra en eliminarlos o evitarlos. ¿Tú cómo sueles resolverlos?*

*Quizá la visión que tenemos sobre el conflicto proviene de la forma en la que habitualmente lo enfrentamos; por medio de la violencia o de una solución que sólo beneficia y en cuenta los deseos de una de las partes. También es probable que nos sintamos incapaces para resolver los conflictos sin la probabilidad de ser vencidos o violentados, o que simplemente tengamos una resistencia al cambio que implica una resolución.*

Aplica la siguiente encuesta a algunos de tus familiares.

Nombre \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Indica con una X con qué frecuencia realiza lo señalado.

Cuando hay un conflicto, yo...	Siempre	A veces	Nunca
Intento convencer al otro.			
Discuto en voz alta o me peleo.			
Trato de llegar a un acuerdo			



1. ¿Cómo resolviste el último conflicto que tuviste?  
a) Con el diálogo      b) Lo evité      c) Con algún tipo de violencia
2. ¿Con qué personas de la familia has tenido conflictos?  
a) Padres      b) Hermanos      c) Primos y amigos
3. ¿Cuáles consideras que son las principales causas de los conflictos?  
a) Falta de comunicación      b) Intolerancia      c) Querer tener el control      d) Percepciones falsas

¿Cuál consideras que es la perspectiva de una comunidad respecto del conflicto?

## Actividad 2

Lee el texto y contesta las preguntas.

En el grupo de 2ªA, se está organizando una excursión a un Museo en el estado de Hidalgo. Lorenzo está muy animado por ir, pues será su última salida del año y él no volverá el siguiente ciclo escolar, ya que se muda con su familia a otro Estado. Todos los asistentes deben presentar los permisos firmados por sus padres o tutores para poder ir. Sin embargo, cuando Lorenzo le plantea la salida a su padre, él no accede porque, aunque Lorenzo prometió mejorar sus calificaciones, no lo ha conseguido y esto compromete su ingreso a la que será su nueva escuela. Por eso su padre está sumamente molesto.

¿Qué ocasionó el conflicto y quienes intervienen en él?

¿Qué interés tienen las partes para resolverlo?

¿Qué sentimientos tiene cada uno de los involucrados ante la situación?

¿Tú que solución le darías?



## ■ Para terminar

Diseña un cartel que defina la perspectiva positiva de solucionar un conflicto. Acompaña el cartel con imágenes alusivas a la forma de concebir los conflictos y la mejor manera para resolverlos. Incorpora ejemplos de la perspectiva positiva de los conflictos y su mejor solución.

Conserva tu cartel como producto para que tu maestro haga su revisión o de ser posible envíale una fotografía.



*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Formación cívica y ética II

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Hacia una cultura de la inclusión y la interculturalidad

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Participa en proyectos para promover una cultura incluyente e intercultural en sus espacios de convivencia.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Lee las siguientes situaciones y reflexiona para contestar posteriormente.

1. Todos los días, Sonia debe esperar a que unas buenas personas la ayuden a bajar por las escaleras que encuentra a su paso, cuando se dirige al parque o a su escuela con su silla de ruedas.
2. En 2018, entre 13% y 16% de los estudiantes de primarias indígenas en el país, señalaron haber sido regañados o castigados por hablar su lengua indígena materna en la escuela, según autoridades del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE).

¿Consideras que en estos casos existe algún tipo de discriminación? Argumenta tu respuesta.

¿Cómo relacionarán estos casos con el problema de la inclusión y la interculturalidad?

¿Alguna vez has excluido a alguien o te han excluido a ti de alguna actividad familiar o escolar? ¿Cómo fue?



## Manos a la obra

### Actividad 1

Lee el siguiente texto.

#### *Conductas inclusivas e interculturales*

*En uno de los relatos de Historias de cronopios y de famas, el escritor argentino Julio Cortazar narra las peripecias de un hombre que con valentía se levanta de su confortable sillón, baja por la abrupta hondonada de la escalera de su casa, se atreve a cruzar la avenida –una vez que el rojo del semáforo amenazante da lugar a verde-, logra adquirir el periódico tras un acuerdo con el vendedor del puesto, regresa por el mismo camino afrontando los mismos riesgos y asciendo de nuevo –por la empinada ladera de la escalera- para volver a ocupar su asiento.*

*Este fantasioso e irónico relato es –como afirma Fernando Savater en “Las ciudades inaccesibles”- la realidad que día a día y a toda hora enfrentan muchas personas con discapacidad motriz, pues lo que para unos es una sencilla rutina, para ellas es una hazaña, debido a que las áreas urbanas, salvo excepciones, no están acondicionadas para sus necesidades, lo que las coloca en una situación sumamente desventajosa.*

*Para las personas que se trasladan en silla de ruedas, la ciudad no es un espacio en el que puedan realizar sus actividades con la facilidad de que disfruta el resto de los habitantes. Un espacio plenamente humano, solidario y amable –más rampas y elevadores, mayor duración del siga de los semáforos, por ejemplo- las haría más libres, las incluiría en el derecho al disfrute de la ciudad.*

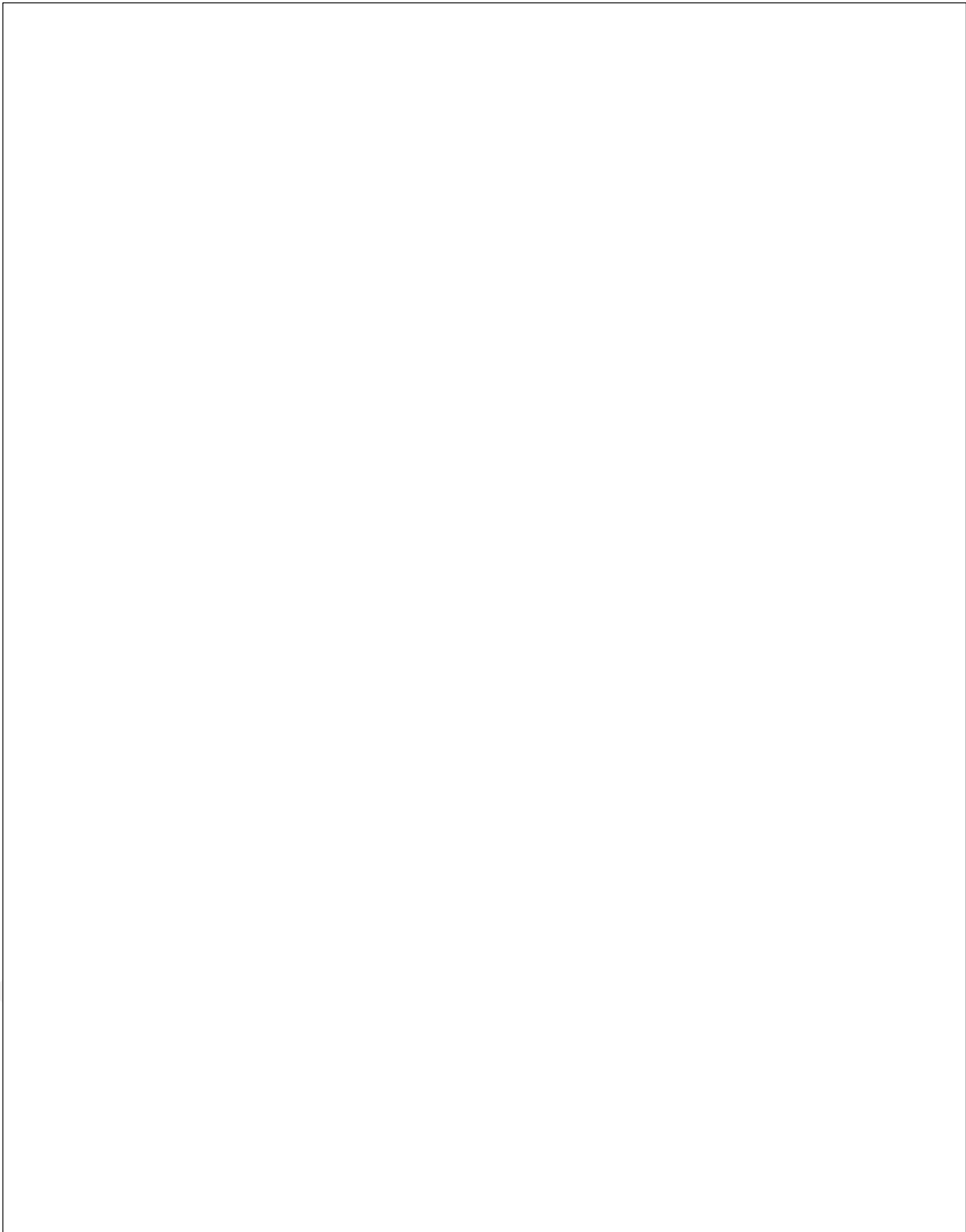
*En eso consiste la inclusión social: en tomar las medidas conducentes a que todas las personas puedan disfrutar de las condiciones de vida que les otorgan las leyes y a las que tienen pleno derecho.*

*De acuerdo con el banco mundial, la inclusión social es el “proceso de empoderamiento de personas y grupos para que participen en la sociedad y aprovechen sus oportunidades. Da voz a las personas en las decisiones que influyen en su vida a fin de que puedan gozar de igual acceso a los mercados, los servicios y los espacios políticos, sociales y físicos”. Por tanto, este tipo de inclusión consiste en superar las desigualdades en todos los ámbitos de los derechos y, por ello, supone equidad.*

Elabora un collage donde relaciones las conductas inclusivas e interculturales y realiza la actividad posterior al texto, puedes utilizar recortes de revistas, impresiones, dibujos, colores, utiliza tu imaginación.







## Actividad 2

Realiza un mapa conceptual o algún otro organizador gráfico, que integre los siguientes términos.

Diversidad

Discriminación

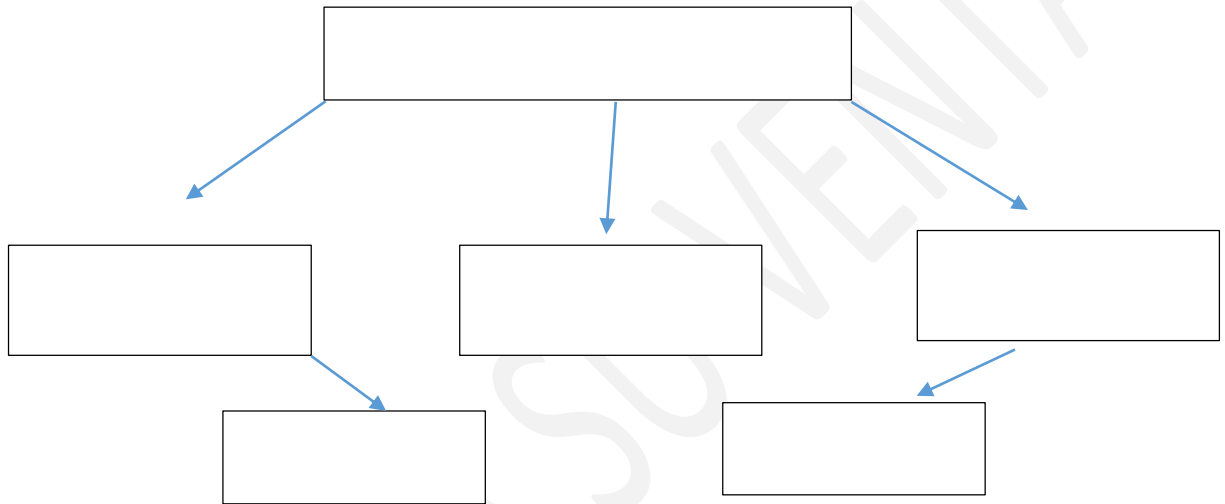
Inclusión

Interculturalidad

Cultura incluyente

Trato igualitario

Cultura intercultural



Explica ¿por qué consideras o no necesario promover y defender un trato justo, igualitario y equitativo en sus espacios de convivencia? Describe alguna situación en la que se vea reflejado alguno de términos utilizados.

### ■ Para terminar

De manera breve, escribe un mensaje en el que invites a generar un espacio de equidad, igualdad y respeto en tu comunidad.



*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Formación cívica y ética II

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Acciones por una cultura incluyente e intercultural

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Participa en proyectos para promover una cultura incluyente e intercultural en sus espacios de convivencia.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Observa las imágenes y responde



¿Las tres fotografías ejemplifican la diversidad?

¿Por qué?

¿Qué es la diversidad?



## Manos a la obra

### Actividad 1

Lee el siguiente texto.

*La diversidad como un valor que enriquece a las personas y a las sociedades*

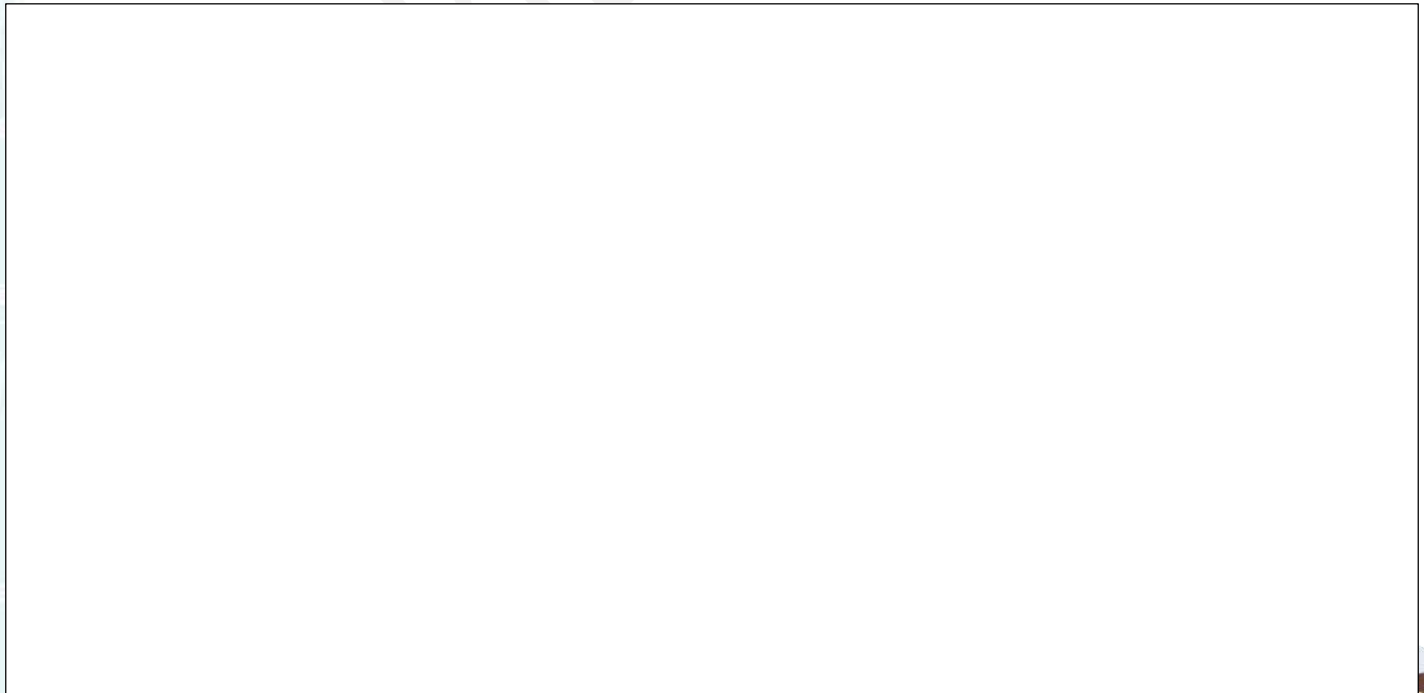
*Ningún ser humano es idéntico a otro. Por ello la humanidad es tan rica, interesante y diversa. En cambio, las cosas fabricadas en serie son idénticas, por lo que al conocer las propiedades de una sola de ellas es posible es posibles saber las de todas las demás.*

*Nosotros, los seres humanos, somos diversos, no solo por los genes que nos hacen únicos y porque provenimos de diferentes tradiciones culturales y grupos étnicos, sino porque tenemos voluntad y decisión para ejercer nuestra libertad como mejor nos parezca.*

*No tienes que convivir con esquimales o con monjes tibetanos para conocer formas de vida distintas a la tuya. Si observas tu entorno e indagas entre las experiencias de los compañeros de tu escuela o salón de clases, descubrirás que comparten algunas prácticas, pero que otras las llevan a cabo de manera muy diferente, pues se relacionan con las ideas, costumbres, valores y referentes que los miembros de cada familia comparten entre sí.*

*Ni siquiera los mellizos son idénticos. Todos, sin excepción sin excepción hemos sido influenciados por el entorno en que vivimos...*

En el siguiente espacio, elabora un dibujo en donde representes alguna festividad, costumbre o tradición de tu familia y que te gustaría promover con otras personas.



## ■ Para terminar

En el siguiente espacio, escribe brevemente ¿Por qué la festividad, costumbre o tradición es incluyente?





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Educación Socioemocional

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

¿Expreso mis emociones de manera correcta?

**Aprendizaje esperado**

o

**Intención didáctica:**

Aprendan a identificar cuándo reprimen sus emociones, y a diferenciar las formas adecuadas e inadecuadas de expresarlas.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Tienes diversas maneras de expresar tus emociones, aunque muchas veces no lo haces de forma adecuada, las reprimas o las manifiestas con ironía o agresividad, lo cual puede causarte conflictos y malestar. De ahí la importancia de saber comunicarlas de forma equilibrada, en el grado exacto.

Lee y analiza las siguientes situaciones que se te presentan, elije tres situaciones con las que te identificas.

- Mientras pasabas por el pasillo, te diste cuenta de que un grupo de compañeros hablaba mal de ti.
- Tu mejor amigo(a) ha empezado a salir con otras personas y te ha dejado de lado.
- En clase das una opinión distinta a la de tus compañeros sobre un tema polémico y ellos ahora te molestan.
- Descubres que el compañero al que le dejaste copiar de tu examen obtuvo mejor calificación que tú.
- Sacaste 10 en un examen para el que estudiaste mucho.



## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

En una pequeña historieta, plasma cómo responderías a las situaciones que elegiste. Comenta las emociones que sentiste, utiliza dibujos, recortes, colores... usa tu imaginación para que tu historieta exprese tus emociones.


Comenta con tus padres o algún familiar que viva contigo, sobre las emociones que sientes día con día.

### Actividad 2

Responde las siguientes preguntas.

¿Cómo reaccionas cuando tus padres te prohíben algo?

¿Sabes identificar cuando estas triste o feliz? ¿Por qué?

Menciona tres maneras distintas en las que demuestras tus emociones.



## ■ Para terminar

Reflexiona acerca de por qué es importante no sobresaltarse, exagerar ni reprimir las emociones. Pregunta a tus padres o alguna persona que tengas cerca qué estrategias utilizan para expresar sus emociones equilibradamente. Con base a tu reflexión y en lo que te dijeron, anota en la tabla la manera adecuada e inadecuada de expresar tus emociones.

Adecuadas	Inadecuadas



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Educación Socioemocional

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Reconociendo mis cualidades, y las tuyas.

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Que los alumnos reconozcan sus cualidades positivas y de los demás.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

### ■ Para empezar

Una parte fundamental del manejo de las emociones es identificar las propias cualidades y áreas de oportunidad, pues en la medida en que te conoces puedes aprender a regular.

Muchas veces reconocemos más nuestros errores o defectos que nuestros aspectos favorables. Algunas personas tienden a concentrarse en sus limitaciones o en sus equivocaciones y hacen autocríticas muy duras. No obstante, todos los seres humanos tienen habilidades y cualidades positivas.

Es importante que de vez en cuando recibas comentarios positivos sobre ti, hechos por personas de tu entorno social inmediato. Esto te ayuda a fortalecer tu autoestima y recordar los aspectos positivos que te caracterizan. También es relevante que tú les recuerdes a tus amigos, compañeros y familiares cuáles son sus cualidades positivas.

¿Te ha sucedido que te concentras en los aspectos que consideras errores o defectos? ¿Por qué crees que pasa esto?

Narra una situación en la que apoyaste a un compañero(a), y otra donde un compañero(a) te apoyo.

---

---

---

---

---



## ■ Manos a la obra

Comenta con tu familia las veces que has hecho algo bueno por ellos o ellos por ti, anota las que consideres más significativas.

---

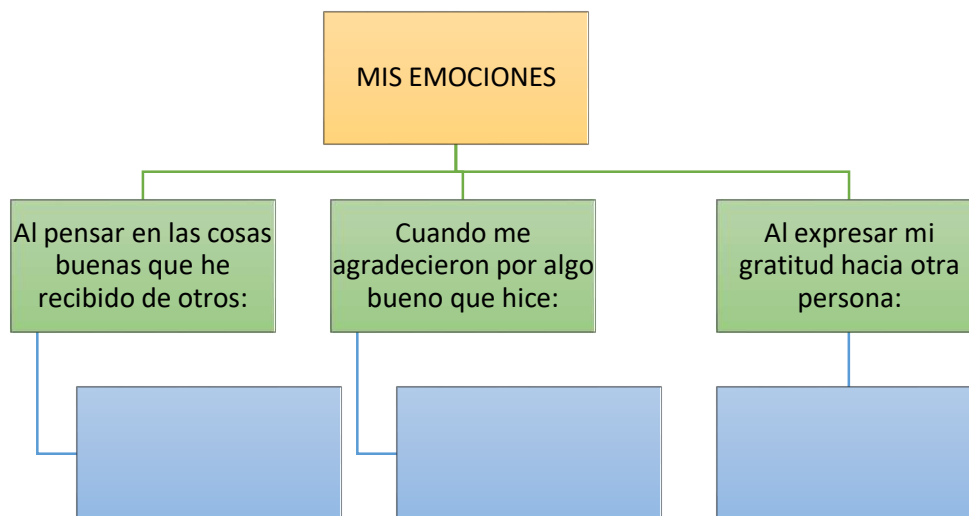
---

---

---

---

Completa el esquema según las emociones que sentiste con la actividad anterior.



## ■ Para terminar

Reflexiona y contesta las siguientes preguntas.

¿De qué manera expresar agradecimiento contribuye al bienestar emocional propio y de los demás?

¿Estás de acuerdo en que las personas nos conectamos por medio de la empatía y generosidad? ¿Por qué?

Escribe una breve conclusión sobre lo que aprendiste de este tema.





*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Educación Socioemocional

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

¿Cómo resuelves los conflictos?

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Que los alumnos seleccionen la mejor manera para la resolución de los conflictos.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Eres diferente y único y tienes maneras distintas de afrontar los conflictos. Hay quienes recurren a la pasividad, otros lo hacen de forma abrupta y tajante. Lo ideal es lograr un punto medio, en el que puedas expresar tus necesidades sin quitarle a la otra persona la oportunidad de expresarse y ser tomada en cuenta. En ocasiones incluso puedes mediar entre dos personas y ayudarles a resolver una diferencia.

Busca en tu diccionario el significado de las siguientes palabras.

Mediar:

Asertivo:

Pregunta lo siguiente a un familiar que viva contigo y te conozca muy bien.

¿Cómo reacciono cuando ocurre un conflicto?

¿Qué habilidades me pueden ser útiles para resolver conflictos?

¿Qué aspectos puedo mejorar para resolver conflictos asertivamente?



## ■ Manos a la obra

Completa las oraciones según tus reacciones al enfrentar un conflicto.

Cuando me enojo con alguien, de primer momento tiendo a \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

Mi reacción podría ser \_\_\_\_\_.

Una de mis cualidades ante un conflicto es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

Si yo tengo que ser el mediador normalmente \_\_\_\_\_

para ayudar a conciliar las dos posturas.

## ■ Para terminar

Reflexiona y escribe aquellas cosas que pudiste identificar sobre la forma en que reaccionas a los conflictos y no lo sabías.

¿Crees que puedes ser una persona mediadora en la resolución de conflictos? ¿Por qué?



*Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro*

**Asignatura:**

Educación Socioemocional

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

¿ Qué te estresa ?

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Que identifique cuando está estresado y qué lo causa para poder manejarlo.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

## ■ Para empezar

Lee y analiza el texto.

### Comprendiendo el estrés crónico.

El estrés se describe con frecuencia como una sensación de agobio, preocupación y agotamiento. El estrés puede afectar a personas de cualquier edad, género y circunstancias personales y puede dar lugar a problemas de salud tanto física como psicológica. Por definición, el estrés es cualquier "experiencia emocional molesta que venga acompañada de cambios bioquímicos, fisiológicos y conductuales predecibles." A veces, un poco de estrés viene bien porque da el empuje y la energía que se necesitan para sobrellevar ciertas situaciones, como tomar un examen o cumplir con algún plazo en el trabajo. Sin embargo, una cantidad excesiva de estrés puede tener consecuencias sobre la salud y afectar adversamente el sistema inmunitario, cardiovascular, neuroendocrino y nervioso central.



### El manejo del estrés.

Los estudios también han demostrado que existe un fuerte vínculo entre el insomnio y el estrés crónico. Según la encuesta de APA, El estrés en los Estados Unidos, más del 40 por ciento de los adultos dicen que el estrés no



les permite conciliar el sueño. Los expertos recomiendan acostarse a la misma hora todas las noches, procurar dormir de 7 a 8 horas y retirar distracciones, tales como televisores y computadoras, del dormitorio.

Muchos estadounidenses que pasan largos períodos con estrés no hacen los cambios necesarios en su estilo de vida para reducir el estrés y evitar que se afecte su salud. Tomar decisiones sensatas sobre su estilo de vida y su conducta es necesario para mejorar la salud en general y prevenir el estrés crónico. La clave para el manejo del estrés es identificar y modificar aquellas conductas que lo causan. Pero realizar estos cambios puede representar un reto.



Aún pequeños pasos, como salir a caminar diariamente, pueden ser de beneficio. Comenzar a realizar actividad física es un cambio pequeño pero eficaz en el manejo del estrés. La actividad física aumenta la producción de endorfinas, una sustancia que provoca una sensación de bienestar. Las endorfinas son un tipo de neurotransmisor del cerebro que ayudan en el tratamiento de modalidades leves de depresión y ansiedad. Llevar una dieta saludable y dormir más y mejor también pueden ser beneficiosos.

Pero recuerde que es importante que hable con un profesional de la salud mental autorizado, como puede ser un psicólogo, si los niveles elevados de estrés se mantienen por mucho tiempo o si los problemas que pudieran venir como resultado afectan su vida cotidiana. Las investigaciones han demostrado que el estrés crónico se puede tratar

con intervenciones adecuadas tales como cambios en el estilo de vida y la conducta, terapia y, en algunos casos, medicamentos. Un psicólogo le puede ayudar a superar las barreras que le impiden llevar una vida saludable, manejar el estrés de forma eficaz e identificar aquellas conductas y situaciones que hacen que usted tenga niveles altos de estrés de forma constante.

## ■ Manos a la obra

Marca los factores que te causan estrés en los diferentes ámbitos.



**Con tus amigos:**

- \_ Presión para realizar acciones peligrosas.
- \_ Presión por mantener una apariencia o imagen.
- \_ Actitud competitiva.
- \_ Problemas con tu novio o novia.
- \_ Conflictos emocionales.

**En tu vida escolar:**

- \_ La tarea
- \_ Presión por tener buenas calificaciones.
- \_ Bullying.
- \_ Relación con los maestros.
- \_ El ambiente en clase.

**Con tu familia.**

- \_ Limitaciones económicas.
- \_ Demasiadas restricciones o castigos.
- \_ Problemas con hermanos o hermanas.
- \_ Dificultades con tus padres.
- \_ Problemas entre tus padres.

**Otros:**

- \_ Manejo de tu tiempo.
- \_ Autoestima.
- \_ Frustración por la violencia de nuestro país.
- \_ Miedos.
- \_ Definir quién eres.

Anota quién y cómo puede ayudarte a resolver cada uno de los factores que palomeaste.

**■ Para terminar**

Reflexiona sobre algunas de las veces que te has sentido estresado, escríbela y analiza cómo actuaste ante ello.





Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

Asignatura:

Vida Saludable II

Grado y grupo:

2º " "

Título:

Alimentación correcta

Aprendizaje esperado

Intención didáctica:

Conocer la importancia de una correcta alimentación. Aprender los principales conceptos que forman parte de los hábitos de vida saludable.

Nombre de Alumno:

Fecha:

/ /

### ■ Para empezar

Lee con atención la siguiente historieta.



Contesta las siguientes preguntas, puedes apoyarte de algún adulto o consulta en un material que tengas en casa.

1. ¿Qué es la alimentación?
2. ¿Qué es un alimento?
3. ¿Qué es una colación?
4. ¿Qué es una dieta?
5. ¿Conoces las leyes de la alimentación? Si es así, descríbelas.

## ■ Manos a la obra

### Actividad 1

Todos estos términos, son conceptos básicos que forman parte de los hábitos de vida saludable y de una alimentación correcta. Por eso te invitamos a leer con atención la siguiente información.

*La alimentación es la ingesta de alimentos por parte de los organismos para conseguir los nutrientes necesarios y así obtener las energías y lograr un desarrollo equilibrado, es decir, es un proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentos para obtener de estos los nutrientes necesarios para sobrevivir y realizar todas las actividades necesarias del día a día.*

*Un alimento es una sustancia que tiene la propiedad de otorgar a un determinado organismo los nutrientes y la energía necesarios para que cumpla funciones básicas.*



Una colación es una comida ligera que se toma entre comidas, ésta es en todo grado nutritiva y suele ser fruta o verdura.

El comer una proporción adecuada de alimentos de los principales grupos constituye la base del bienestar cotidiano y reduce el riesgo de enfermedades a largo plazo. Eso es una dieta saludable.



#### Leyes de la alimentación

1. *Ley de la cantidad: las cantidades de comida dependen de la edad, composición corporal, actividad física. Esta ley nos permite regular con medida.*
2. *Ley de la calidad: la alimentación debe ser completa y saludable para mantener al organismo como una unidad indivisible recordando que el cuerpo necesita carbohidratos, lípidos, vitaminas, minerales y agua.*
3. *Ley de la armonía: cuidar la proporción de los alimentos entre sí, para maximizar los beneficios de cada uno de ellos.*
4. *Ley de la adecuación: la alimentación debe adecuarse a los contextos en gustos, hábitos, situación económica y cultural.*

Ahora, con lo que ya sabes, en la siguiente tabla escribe todos los alimentos que consumes en un día y contesta lo que se te pide.


1. ¿Estoy incluyendo todos los grupos de alimentos?
2. ¿Cumplí con las leyes de la alimentación en los alimentos que consumí en todo el día?
3. ¿Hay algún alimento que deba dejar de consumir o consumirlo en menor cantidad? ¿Cuál es la razón?





## ACTIVIDAD 2

Observa la siguiente imagen.

### Cereales:

Se debe comer suficiente cantidad pero menor que el grupo de las verduras y frutas.

Nos aportan hidratos de carbono, los cuáles son nuestra principal fuente de energía.



Verduras y frutas: Procura comer 5 raciones al día.

Nos aportan más vitaminas, minerales y fibra que los otros grupos de alimentos. Son los únicos alimentos que nos aportan Vitamina C, la cual nos ayuda a reforzar el sistema inmune.



Leguminosas: Comer buena cantidad.

Alimentos de origen animal: Comer menor cantidad.

Nos aportan proteínas que ayudarán a nuestro crecimiento y desarrollo. Son los únicos que nos aportan Vitamina B12, la cual es esencial para nuestro organismo.



### ■ Para terminar

Ahora, con ayuda de algún adulto y con lo que tengas en casa, organiza la dieta de un día (desayuno, comida, cena y colaciones). Cuida que sea lo más saludable posible y recuerda “una dieta saludable no implica que sea costosa” podemos hacerlo con elementos que se produzcan en nuestra comunidad y que en ocasiones resultan de más calidad.



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Vida Saludable II

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Planificación de comidas saludables

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Conocer las etapas que se deben seguir para una correcta planificación de comidas saludables.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

### ■ Para empezar

¿Recuerdas la última actividad del tema “alimentación correcta”? Utiliza el siguiente espacio para anotar la dieta que organizaste.



Empty space for writing the diet plan.





## Manos a la obra

Lee con atención el siguiente texto y subraya las ideas principales.

Para una alimentación adecuada de todos los integrantes de la familia es importante que se consideren las siguientes etapas:

### Planificación



Planificar el menú semanal te permite: Mejorar la alimentación, ahorrar tiempo, saber que se va a cocinar, no salir tan frecuentemente a comprar los ingredientes.

### Selección de alimentos



Ofrecer comidas saludables a la familia también requiere saber dónde y cómo comprar alimentos adecuados a buenos precios, cómo hacer la mejor selección de ellos. Los alimentos deben seleccionarse cuidadosamente para obtener lo mejor en términos de nutrientes y variedad de acuerdo al presupuesto familiar; deben ser almacenados adecuadamente para prevenir todo tipo de contaminación con bacterias o mohos dañinos, químicos y/o animales.

### Preparación de los alimentos



Los alimentos deben ser preparados y cocinados correctamente para reducir la destrucción de los nutrientes durante la cocción y evitar enfermedades transmitidas por alimentos.

Ahora, con tu menú, lo que acabas de leer y con la ayuda de un adulto, prepara la comida del día de hoy. Si consideran necesario cambiar algún elemento pueden hacerlo. Recuerda que lo importante es utilizar lo que tengas en casa. En el siguiente espacio dibuja el modo de preparación.



## ■ Para terminar

Elabora un dibujo de tu platillo ya terminado.



A partir de lo aprendido en estas dos secuencias, determina si tu platillo cumple o no con las leyes y explica las razones.

CRITERIO	SI/NO	¿POR QUÉ?
LEY DE LA CANTIDAD		
LEY DE LA CALIDAD		
LEY DE LA ARMONÍA		
LEY DE LA ADECUACIÓN		



Apreciable alumna/alumno, estamos aquí para ti... Telesecundarias Querétaro

**Asignatura:**

Vida Saludable II

**Grado y grupo:**

2º " "

**Título:**

Higiene y temperatura de los alimentos

**Aprendizaje esperado**

**Intención didáctica:**

Conocer la importancia de tener una buena higiene en la preparación de los alimentos. Conocer las temperaturas de conservación de los alimentos.

**Nombre de Alumno:**

**Fecha:**

/ /

### ■ Para empezar

Platica con tu familia sobre ¿cómo hacen para conservar la higiene y temperatura apropiada en los alimentos? Anota la respuesta en el siguiente cuadro.




### ■ Manos a la obra

Además de realizar una adecuada limpieza en las frutas y verduras, la cual debe hacerse con agua, jabón y preferentemente con un desinfectante de alimentos; hay otro factor que juega un papel importante en la higiene de los alimentos: la temperatura. Los alimentos deben prepararse y almacenarse a las temperaturas adecuadas para evitar su contaminación con bacterias, ya que si sucede esta contaminación, enfermedades como diarrea o dolor de estómago pueden hacerse frecuentes. En la siguiente tabla podrás ver las temperaturas adecuadas en los alimentos. Pero no olvides que también para evitar enfermedades es importante un adecuado lavado de manos.





Calientes:	Fríos:	Congelamiento:
60° C o más	4.4° C o menos	-17.8° C o menos
 <p>Recuerda que: pequeñas diferencias de temperatura a las que se mantienen los alimentos, dan lugar al desarrollo de microorganismos, alterando los alimentos.</p>		

Observa en casa y describe en el cuadro anterior cómo hacen para manejar las temperaturas indicadas. Ahora observa las siguientes imágenes.

 <p>1. Deposite en la palma de la mano la cantidad de jabón suficiente.</p>	 <p>2. Frótese las palmas de las manos entre sí.</p>
 <p>3. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.</p>	 <p>4. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.</p>
 <p>5. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta.</p>	 <p>6. Frótese con un movimiento circular el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha y viceversa.</p>
 <p>7. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa.</p>	 <p>8. Enjuáguese las manos con agua.</p>
 <p>9. Séquese con una toalla desechable.</p>	 <p>10. Sus manos están limpias y por ende son seguras.</p>

 <p>Mantén una higiene personal adecuada "Lávate las manos siempre antes de cocinar".</p>
<p>Lava siempre las frutas y verduras. "Utiliza agua del grifo y retira el exceso de tierra".</p> 
 <p>No reutilices los platos sin lavar "Sobre todo si has puesto carne, pescado o huevos crudos en ellos".</p>
<p>Mantén las tablas de cortar y los cuchillos limpios "Lávalos entre diferentes tipos de alimentos".</p> 
 <p>Almacena los alimentos por separado "No mezcles platos cocinados con alimentos crudos".</p>



## ■ Para terminar

En esta ficha aprendiste la importancia de tener una buena higiene en la preparación de los alimentos, conocer las temperaturas de conservación y un adecuado lavado de manos. Ahora es tu turno de comenzar una pequeña campaña en casa.

Elabora dibujos, infografías o señales éticas en donde expliques la importancia de lo que aprendiste, usa tu imaginación, colorea, usa recortes, todo lo que tengas a tu alcance y pégalos en lugares visibles y apropiados para que todos en casa los vean. Así todos serán parte de este aprendizaje.

