



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



**Jóvenes
en casa**

presentan:

Cuadernillo de actividades

Fascículo Semana 8 - 12 de marzo de 2021



Bienvenidxs:

Ante la contingencia de salud debida al COVID-19 y las consecuencias que trajo consigo, todas nuestras actividades, así como dinámicas familiares se han visto transformadas y también afectadas. A la fecha, se debe mantener el confinamiento y sabemos que esto puede ser difícil porque ya han pasado muchos meses, pero no debemos bajar la guardia aún. Necesitamos la participación de toda la sociedad para que los contagios sean los mínimos, quedarnos en casa es la única opción, pero eso no significa que debemos abandonar aquello que más nos gusta hacer. Aunque parece un reto difícil de lograr, la imaginación, la mentalidad de crecimiento, la curiosidad y la creatividad pueden ser nuestras aliadas para seguir adelante con todo lo que nos ayuda a construir nuestro proyecto de vida.

Te preguntará ¿cómo hacerlo sin salir de casa? Como complemento a la programación de Jóvenes en TV, se pone a tu alcance este cuadernillo donde encontrarás actividades y contenido que podrás realizar desde casa y que nos ayudará a estar en contacto de una forma divertida y colaborativa con compañeros/as, profesores, amigos/as y familia, así como a seguir desarrollándonos intelectual y socioemocionalmente. En el cuadernillo cada semana encontrarás actividades diferentes relacionadas con las diez áreas de los programas de Jóvenes en TV: Vida Saludable, Comunicación, Pensamiento Matemático, Responsabilidad Social Cívica y Ética, Conciencia Histórica, Autoaprendizaje, Vida Productiva, Bienestar Emocional y Afectivo, Saberes Digitales y Artes.

Si eres estudiante de educación media superior, te invitamos a sumarte a la Comunidad Jóvenes en Casa, para que juntos/as aprovechemos esta temporada construyendo nuevas experiencias de aprendizaje y de desarrollo humano a través de ejercicios lúdicos. Sabemos que es un tiempo muy difícil en todos los aspectos y entendemos que a veces hay momentos en los que no quieres saber de nada, pero cuando estés listo, aquí está tu cuadernillo para apoyarte con nuevos conocimientos y herramientas para la vida. Esperamos sea de tu agrado y te diviertas aprendiendo tanto de ti mismo, de tu comunidad y del mundo que nos rodea.

¡Comencemos!



ACTIVIDADES

COMUNICACIÓN

¿Qué es un discurso?

Un discurso **es una forma de comunicación en la que un emisor construye un mensaje y lo transmite a un receptor** utilizando un código (que usualmente es el lenguaje) a través de un canal, que puede ser oral o escrito.

Un concepto de discurso más específico hace referencia a **la acción que ejecuta una persona cuando habla ante un público** y emite un mensaje previamente preparado. Este tipo de discurso busca orientar respecto a un tema y es desarrollado de manera tal que capte el interés del público.¹

¿Acerca de qué tema te gustaría informarles a tus familiares o personas con las que convives ahora?

Elabora tu discurso, siguiendo los siguientes pasos:

¹ Concepto.de



1. Investiga y aprende sobre el tema
 2. Conoce tu objetivo. ¿Qué deseas expresar con este discurso?
 3. Conoce tu público. ¿A quién quieres comunicar o convencer con tu discurso?
 4. Elige el enfoque correcto
 5. Identifica y resume los puntos principales que debe llevar tu discurso
 6. Escribe una apertura sólida
 7. Aporta evidencia persuasiva
 8. Aborda los contraargumentos
 9. Concluye con un llamado a la acción
 10. Haz participar a tu público
- Ahora imagina que darás este discurso en la televisión o en el Senado de la República, ¿lo dejarías igual?, ¿qué aspectos cambiarías?
 - ¿Crees que los discursos puedan cambiar a la sociedad? ¿Cómo?
 - ¿Influye en su impacto que un discurso esté bien preparado y atrape a quien lo escucha?

VIDA SALUDABLE

¿Ya te fijaste qué alimentos te rodean?

Haz una lista de ingredientes saludables de tu región que puedan cocinarse sin freír y crea el reto en familia de tener días libres de aceite (o manteca).

-
-
-
-



PENSAMIENTO MATEMÁTICO

Los **sistemas dinámicos** son una de las ramas de mayor actividad en las matemáticas, pues se nutren de una gran variedad de estrategias, como son las ecuaciones diferenciales, la geometría, la topología, la probabilidad y la computación, por mencionar algunas. Por lo mismo, tienen la posibilidad de explicar una diversidad importante de fenómenos, como es el movimiento de un péndulo o el de los planetas.

También ayuda a explicar el flujo del agua que pasa por una tubería o el crecimiento de una población de peces en un lago. A continuación, haremos un experimento para comprender lo que es un sistema dinámico.

Los ingredientes que vamos a necesitar son:

- 1 pocillo o una olla
- 1 taza de agua para hervir
- 1 litro de agua potable
- 1 puño de flores de jamaica secas
- 1 estufa o un dispositivo para hervir agua
- 1 cuchara grande
- 1 jarra o contenedor transparente de 2 litros
- 1 colador
- ½ taza de azúcar

Colocamos el litro de agua potable en la jarra, es buena idea ponerla a enfriar, pero si no se puede, no pasa nada. Después, vamos a colocar la taza de agua en el pocillo u olla y le pondremos también las flores de la jamaica. Lo llevamos al fuego y esperaremos a que comience a hervir. Una vez que hierva, bajamos el fuego y lo dejamos reposar por tres minutos. Pasado el tiempo, lo apagamos.

- A continuación, usando el colador y con cuidado de no quemarnos, vertemos el agua hervida dentro de la jarra que tiene el agua con azúcar. Ahora ya es de color rojo por la flor de la jamaica.
- Sin mezclar el contenido que acabamos de introducir, dejamos a un lado todo lo que estamos tomando y observamos lo que sucede en la jarra. ¿Qué es lo que pasa?



Podemos observar cómo se forman dos fases: la de abajo es la del agua fría o templada y la de arriba es la hervida con la flor de la jamaica. ¿Por qué crees que pasa esto?

Lo que vemos es un fenómeno físico que se da por la diferencia de densidades: el agua caliente es menos densa que el agua fría y por eso vemos que se queda en la parte de arriba.

¿Qué sucede dentro de la jarra si pasa el tiempo?

El rojo de la jamaica pinta toda el agua. Esto sucede porque, cuando el agua caliente y el agua templada alcanzan la misma temperatura, todas sus moléculas se comportan igual.

Es así que esta agua de jamaica es un sistema dinámico. De manera que podemos observar que lo sucedido dentro de la jarra fue una reacción: en el instante cero, las partículas de la jamaica que estaban en el agua caliente estaban arriba, mientras que el agua templada estaba debajo. Pero luego del paso del tiempo, cada partícula de la jamaica se localizó en cualquier parte de la jarra. A esto, además de ser llamado como un sistema dinámico, también se le conoce como un sistema ergódico.

ARTES

Materiales: globos, harina o arroz, cartulina y tijeras.

Esta actividad pueden realizarla en familia y consiste en **elaborar pelotas para practicar malabares**.

Instrucciones:

1.- Haz un embudo con la cartulina y colócalo en la boquilla del globo.



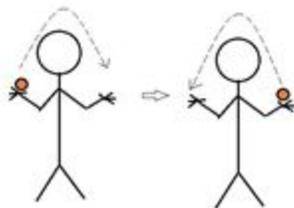
- 2.- Rellena el globo con harina o arroz hasta que quede del tamaño que quepa en la palma de tu mano y que sea firme como una pelota.
- 3.- Anúdalo lo más próximo que se pueda al cuerpo del relleno, y corta el plástico sobrante de la boquilla.
- 4.- Toma otro globo y recórtale la boquilla.
- 5.- Cubre el globo relleno con este globo recortado. Pónselo como si fuera un calcetín, procurando que la boquilla del primero quede cubierta por el segundo.
- 6.- Repite los pasos 4 y 5 para reforzar tu pelota.

Puedes hacer tantas pelotas como quieras para ir incorporándolas a la siguiente actividad:

Malabarismo

Se entiende al arte de manipular y ejecutar espectáculos con uno o más objetos a la vez volteándolos, manteniéndolos en equilibrio o arrojándolos al aire alternativamente, por lo común sin dejar que caigan al suelo.

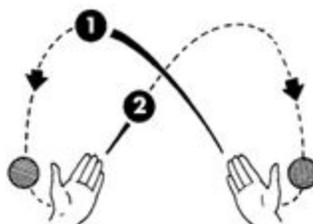
1. Comenzaremos con 1 pelota y la lanzaremos de una mano a la otra para poder cazarla, una vez logrado, comenzaremos a lanzarla de una mano a otra hasta tener dominada la técnica.



2. Una vez practicada la técnica con una pelota, pasaremos a utilizar dos, para ello vamos a lanzarlas en un movimiento en "X". Lanza hacia tu mano derecha la pelota de la mano izquierda y una vez que ésta bola esté en su punto más alto



(1), lanzaremos la pelota de la mano derecha por debajo de la bola que está en el aire (2) y se formará un efecto cruzado, procurando que ambas pelotas alcancen la misma altura para que puedas cazarlas sin problema.



3. Ahora solo a practicar el lanzamiento de derecha a izquierda y de izquierda a derecha todo el tiempo que necesites hasta convertirte en un experto.

¡Listas y listos para practicar malabares!

CONCIENCIA HISTÓRICA

Si observamos con detenimiento, descubriremos que probablemente tenemos en casa un teléfono celular hecho en China por donde podemos ver películas producidas en Estados Unidos. Nos daremos cuenta que hay tenis que usan jóvenes mexicanos, que son de una marca alemana y fueron fabricados en algún país de Asia. El fútbol es un deporte que nació en Inglaterra, pero hoy en día se juega en prácticamente cualquier rincón del mundo. ¿Te has preguntado cuánta gente en tu comunidad, estado o incluso en el país, desayunó los mismos alimentos que tú esta mañana? Es más: ¿cuánta gente en el mundo



escuchará, esta noche, tu canción favorita antes de acostarse? Este fenómeno se llama globalización, que es el proceso mediante el cual se integran poblaciones, regiones a través del comercio, la tecnología, los medios de comunicación y las emigraciones humanas, pero este proceso no es nuevo ni mucho menos, inició en el siglo XVI cuando por primera vez el mundo se comprendió y entendió como uno solo y en esta etapa histórica nuestro país tuvo un papel destacado. La plata y el oro extraído de las minas de lo que hoy es México financió mucho de ese comercio mundial y también aportó al mundo gran variedad de productos que las culturas mesoamericanas consumían.

Elabora una lista de los productos que se consumen en el mundo y que son un legado de México desde el siglo XVI, cuando los españoles los llevaron por primera vez a Europa.

-
-
-
-
-

De igual manera escribe los productos europeos que actualmente consumimos en México y que llegaron a partir de la conquista.

-
-
-
-
-

Escribe qué productos de tu comunidad o localidad pudieras vender al mundo:

Reflexiona cómo sería tu realidad sin marcas extranjeras o productos de otras naciones.



**Jóvenes
en casa**



Ubica en la sopa de letras las siguientes palabras: importaciones, exportaciones, moneda, mercantilismo, mercado mundial, globalización.

I	I	P	M	C	O	A	K	O	D	T	J	F	Y	P	D	K	S	L	L	A	H	U	V	J
X	C	G	N	J	J	Z	Z	A	B	F	X	Q	D	G	N	T	N	X	H	T	L	P	I	I
B	G	Q	J	Y	T	P	Y	W	A	M	W	Y	R	B	Y	N	L	K	K	W	C	Z	K	M
T	W	Y	R	J	D	W	D	B	W	K	M	I	B	A	L	F	E	D	L	D	N	D	Q	J
A	F	G	K	O	G	O	Q	E	J	I	D	D	D	U	M	T	I	X	H	M	O	E	Z	T
P	O	M	E	R	C	A	D	O	M	U	N	D	I	A	L	P	U	W	C	O	I	S	U	W
U	C	X	Y	J	P	K	G	Y	V	A	X	K	N	H	M	Q	F	P	X	J	C	E	Z	L
Y	C	V	K	U	K	U	V	Y	M	U	E	W	T	V	U	F	Y	V	O	S	A	S	I	Q
U	Q	K	T	M	O	Y	F	P	F	O	M	T	H	U	W	M	W	F	N	E	Z	L	T	Z
U	D	S	V	U	P	O	S	S	M	H	B	K	P	T	U	D	R	Q	Q	N	I	W	I	A
V	Z	D	A	B	C	V	Q	Q	Z	P	M	L	Y	R	V	O	C	P	V	O	L	E	P	D
Q	K	V	E	R	F	V	W	N	T	V	S	O	Q	G	C	B	D	T	A	I	A	T	V	E
N	X	U	P	C	M	G	Y	E	O	A	K	N	G	S	S	Q	Z	O	Z	C	B	R	J	N
F	K	O	K	A	O	H	Z	P	A	M	P	B	P	K	Q	V	U	M	S	A	O	Q	N	O
H	S	F	O	D	W	O	K	I	B	E	H	F	H	D	C	D	N	S	Z	T	L	B	W	M
V	W	J	Y	K	J	P	W	D	A	M	B	F	A	T	O	S	W	S	L	R	G	O	E	W
E	H	F	W	V	O	K	I	Y	Z	Y	T	L	D	M	F	B	S	S	D	O	H	S	G	E
F	R	N	K	X	O	W	J	R	X	X	A	W	Q	Y	P	Z	A	U	B	P	U	D	W	J
M	C	R	A	E	S	J	J	F	S	A	W	L	J	B	Y	O	Z	M	U	M	D	O	C	M
M	W	Q	S	E	N	O	I	C	A	T	R	O	P	X	E	P	K	R	F	I	J	M	L	N
W	C	J	K	P	B	M	I	G	T	D	J	Y	T	A	S	F	X	X	K	W	A	B	G	M
F	Y	A	M	E	R	C	A	N	T	I	L	I	S	M	O	T	O	P	C	Z	C	T	F	J
J	I	Y	N	E	D	G	E	H	A	S	A	A	H	D	Y	H	R	T	O	X	F	U	M	I
U	V	P	X	B	Q	N	A	A	R	M	R	R	D	P	L	P	B	W	A	L	P	D	F	F



BIENESTAR EMOCIONAL Y AFECTIVO

Para conocernos mejor es bueno **dialogar con nuestras emociones**, saber **nombrarlas, sentirlas, analizarlas** y dejarles tiempo para que pasen. En esta ocasión te invitamos a hacer un instructivo para controlar la emoción que consideres más dañina:

- Identifica una situación en donde sentiste que la emoción era tan grande y fuerte que tenías ganas de desquitarte sacando esa emoción en contra de algo, alguien o de ti mismo.
- Empieza a escribir por pasos todo lo que pasó para que esa emoción llegará a ti. Cada detalle y cómo te hizo sentir.
- Describe lo que empezó a suceder en tu cuerpo, cómo cambió tu temperatura, lo que inundaba tus pensamientos, todas las reacciones que imaginaste para demostrar tu malestar.
- Empieza a desglosar las consecuencias que tendrían llevar a cabo las acciones que cruzaron tu mente. ¿Cambiaron lo que estás sintiendo o harían el problema más grande?
- Piensa aquellas **soluciones** que te harían sentir mejor y no afecten a otras personas o a ti mismo. Descríbelas como opciones o acciones para desactivar una bomba que se aproxima, respira, y llévalas a cabo la próxima vez que te sientas así.

VIDA PRODUCTIVA

Pregunta a tus familiares y conocidos que trabajan bajo qué **tipo de contratación** lo hacen. Pregúntales cuáles son sus **derechos** y qué tipo de contrato ampara su relación laboral.

De acuerdo a tus hallazgos, investiga qué tipo de contrataciones existen y sus características.



RESPONSABILIDAD SOCIAL CÍVICA Y ÉTICA

Vamos a elaborar un **filtro de agua casero**. **El agua es un derecho humano**, ya que es indispensable para vivir dignamente y a la que toda persona debe tener acceso. Además, no sobra mencionar que el agua embotellada contamina muchísimo, pero eso ya lo sabían ¿cierto? pues ahora hagamos algo entorno a ello.

MATERIALES:

- Un contenedor plástico de aproximadamente un metro de altura. Puede ser desde una botella de 2 litros hasta un garrafón grande de 5 litros
- Grava o Tezontle
- Arena fina y limpia (de río, de mar o de construcción)
- Piedras pequeñas.
- Piedras medianas.
- Carbón activado.
- Un contenedor limpio y grande sobre el cual reposará el filtro de cabeza
- Un contenedor limpio o jarra para vaciar el agua ya filtrada

Lo primero que debemos hacer es preparar el material y limpiarlo. Se debe cortar la parte de abajo, la base, de la botella que nos servirá como un primer filtro. Luego le haremos perforaciones medianas. Después, limpiaremos el contenedor con agua



limpia y jabón, lo mismo haremos con la piedras y la arena, aunque sin usar jabón; enjuagaremos las veces que sea necesario hasta que queden lo más limpias de impurezas.

El contenedor de agua debe estar cerrado con una tapa a la que le vamos a hacer pequeñas perforaciones y que se pueda abrir fácilmente también, para poder acceder a limpiarlo en un futuro. El filtro se puede realizar con o sin la tapa pero yo recomiendo usarla también. Lo siguiente es el llenado del contenedor, que consiste en hacer capas con nuestros materiales en un orden establecido para que cumplan su función. Procedimiento del llenado por capas del filtro:

1. Se voltea el contenedor de forma que quede el tapón hacia abajo como embudo y todo esto se recarga sobre otro contenedor limpio abajo que servirá para recibir el agua ya purificada.
2. Dentro del contenedor, se agrega algodón natural, que quedará como primera capa comprimido hasta abajo, cerca a la tapa del contenedor. Si por alguna razón no conseguimos algodón, podría funcionar también el papel de filtro de cafeteras.
3. Se agrega ahora una capa de piedras medianas.
4. Luego se agrega una capa de piedras pequeñas.
5. Después se agrega la capa de carbón activado.
6. Ahora se agrega una capa de arena fina y, por último, hasta arriba, se cubre todo con la tapa de plástico que habíamos cortado de la botella a manera de primer filtro.

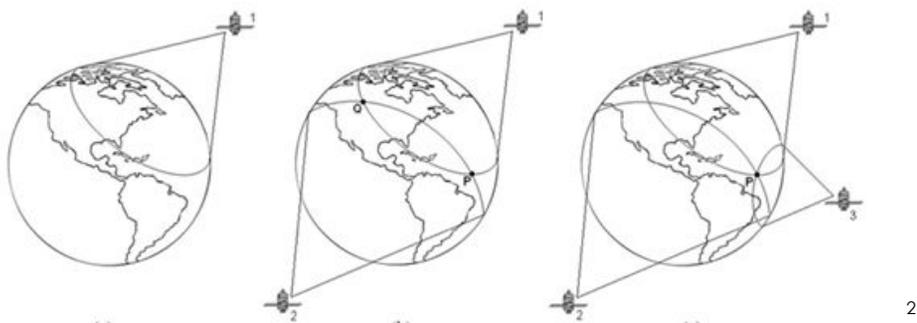
Ahora sí, se comienza a verter lentamente desde arriba el agua que queremos filtrar.



SABERES DIGITALES

Un **satélite** es un objeto natural o artificial que orbita alrededor de otro más grande. Sobre la atmósfera terrestre orbitan satélites artificiales que fueron creados por el ser humano con diferentes objetivos como enviar y recibir comunicaciones de uso masivo como telefonía, televisión o Internet.

Utiliza una lámpara y una superficie que refracte la luz. Con esto se puede ejemplificar cómo los satélites reciben y envían señal a la tierra. Puedes hacerlo desde diferentes distancias y en diversas superficies. Incluso pintar un mapa mundial para señalar cómo puede afectar cierto perímetro en la tierra.

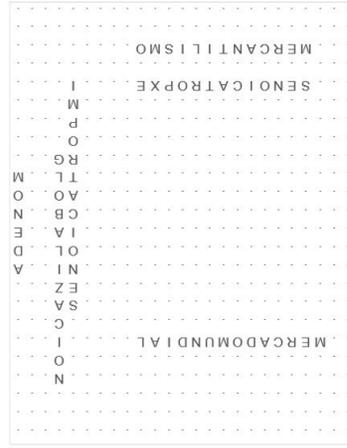


Si te gustaron los contenidos de este cuadernillo y tienes oportunidad de conectarte a Youtube, puedes ver los episodios completos acerca de estos temas y muchos otros más en el canal de la Subsecretaría de Educación Media Superior: <https://www.youtube.com/user/MediaSuperiorMx>

² <http://www.scielo.br/img/revistas/rbef/v33n2/a14fig02.jpg>



**Jóvenes
en casa**



RESPUESTA SOPA DE LETRAS: