

QUINTO GRADO

Cuadernillo de actividades

Ciclo 2026-2027

5º

Nombre del alumno(a): _____

Escuela: _____



Material gratuito
Profa. Kempis



Semana 6 y 7:
del 5 al 16 de
octubre

Anexo 1: Mesoamérica, Aridoamérica y Oasisamérica

¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el siguiente video

<https://www.youtube.com/watch?v=36s8bfzY4TE>

Profa Kempis Mesoamérica, Aridoamérica



Aridoamérica

Se dedicaban a la _____, la _____ y la recolección de _____ y _____.

Clima: _____

Ubicación

Sur de _____
Zona _____ de México.
Escribe cinco estados de Aridoamérica: _____

Colorea de amarillo Aridoamérica



Profa. Kempis

Mesoamérica



Se dedicaban a _____

Dominó el cultivo de el maíz, _____, _____ y chile

Ubicación

Noreste de _____: en los actuales estados de _____ hasta el occidente de _____

Colorea de verde Mesoamérica



Oasisamérica

Se dedicaban a _____

clima: _____

Ubicación

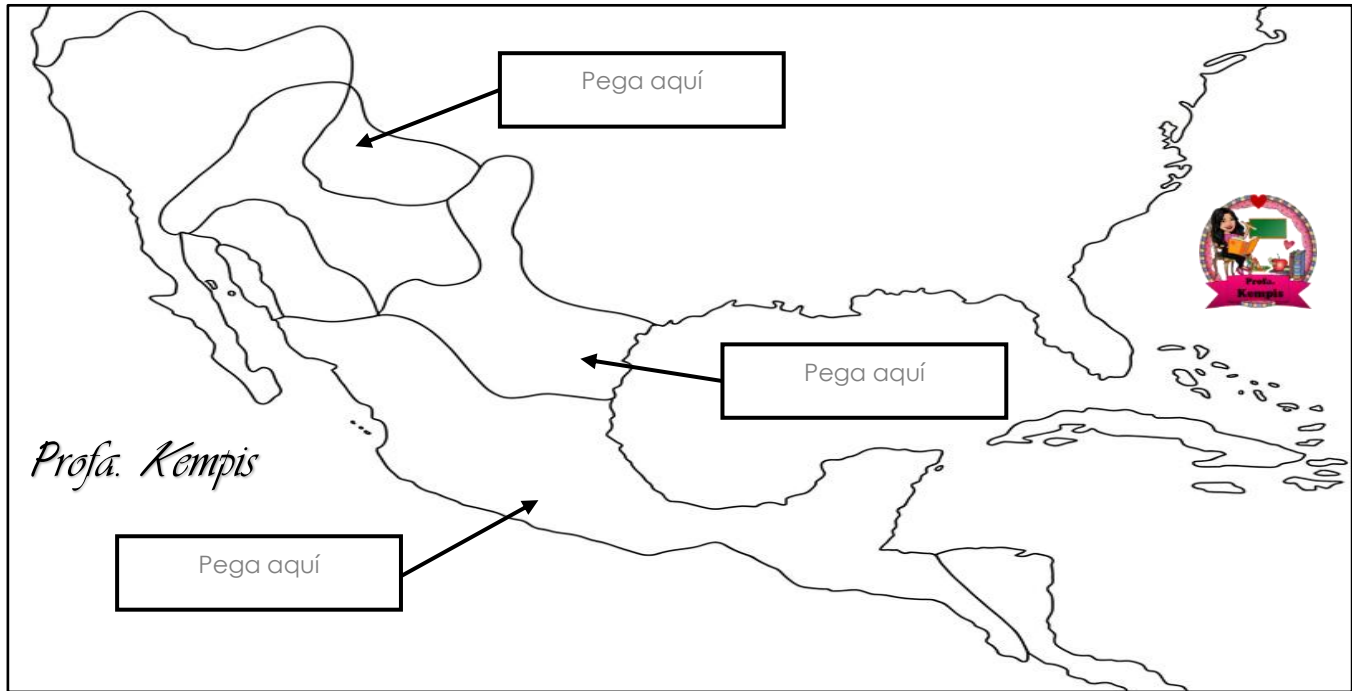
Parte _____ de México en los estados de _____

Colorea de morado Oasisamérica



Anexo 2: México antiguo y sus tres superáreas culturales

Observa el mapa México antiguo y sus tres superáreas culturales de la página 150 del libro de Cartografía de México y el mundo
Recorta los recuadros con líneas punteados con los nombres de las áreas culturales y pégalos en el mapa.



Recorta los recuadros con líneas punteados y pega la información donde corresponde.



ARIDOAMÉRICA	OASISAMÉRICA	MESOAMÉRICA

ARIDOAMÉRICA

Se dedicaban a la cacería, pesca y recolección de frutos

Clima seco con pastizales y desiertos

Abundantes cuerpos de agua

OASISAMÉRICA

Clima semiárido

Se dedicaban a la recolección y la caza con agricultura

Su tierra era fértil

MESOAMÉRICA

Anexo 3: El maíz

¿Cómo buscarlo en YouTube?

Observa el siguiente video y completa. Después recorta y pega una imagen sobre otra

<https://www.youtube.com/watch?v=ogb0YjoMea0>



Q Profa Kempis El maíz

Pegar aquí

Cereal
originario de
_____ que se
empezó a
cultivar hace
entre _____ y
_____ años. Su
domesticación
permitió que los
grupos nómadas
se volvieran

Pegar aquí

BENEFICIOS

Es una buena
fuente de fósforo,
_____, potasio,
vitamina _____,
vitaminas B,
provitamina _____,
vitamina _____,
hierro, _____,
selenio, _____ y
_____.

Profa. Kempis

Pegar aquí

Dibuja los
alimentos
que se
producen con
maíz

Pegar aquí

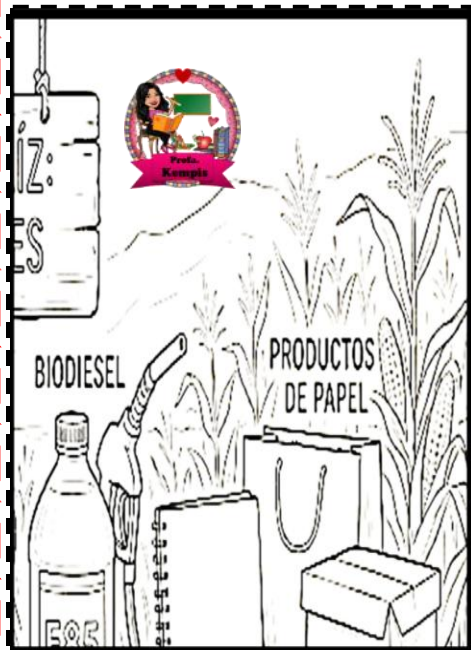
**Productos no
comestibles
elaborados con
maíz**

- combustible
conocido como _____
- En la pasta de
_____ se emplea
el sorbitol proveniente
del maíz.
- En los fuegos



Anexo 4: productos y alimentos elaborados con maíz

Recorta los recuadros y arma el rompecabezas



Anexo 5: El tríptico



¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el siguiente video y completa con la información:

<https://www.youtube.com/watch?v=-nPt5-7anJ0>

Recorta y dobla para formar un tríptico, después recorta la parte de abajo y pega en la portada:

Profa Kempis El tríptico

¿Qué es?

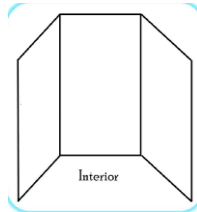
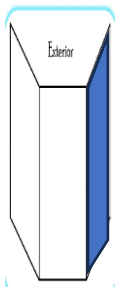
Es un folleto informativo
impreso de corta

_____, elaborado
sobre una hoja, cartulina u
otro material que está
_____ en tres partes



En la portada:

El título y los
_____ de
identificación de lo
contiene el folleto



En las _____ o
_____ restantes:

Información acerca de un
_____ en específico,
comenzando de lo

Cuando tenemos un
tríptico primero
leemos la

_____,
luego abrimos el
tríptico y leemos estas
tres columnas.



Profa. Kempis

En los trípticos se utilizan
frases cortas o

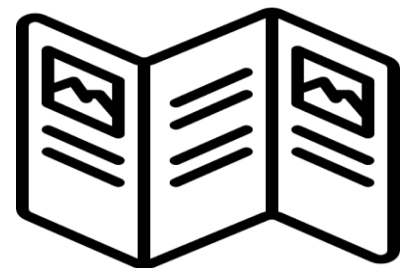
_____ cortos
acompañados
de _____



Recomendaciones:

- 1.- Tener información
suficiente, verídica y

- 2.- Identificar el orden del
tríptico para organizar la
_____ de
acuerdo a su nivel de
importancia



Recorta y pega en la portada del
tríptico:

El tríptico



Anexo 6: Las proteínas

Observa el siguiente video, completa la información necesaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=qno6ZmoXtA0>

¿Cómo buscarlo en YouTube?



Recorta y pega según corresponda:

Q Profa Kempis Las proteínas

Son vitales para la mayoría de los trabajos que realizan las _____ y son necesarias para mantener la estructura, _____ y regulación de los tejidos

Pegar aquí

Brindan estructura y soporte a las células. A mayor _____, también permiten que el cuerpo se _____

Pegar aquí

El cuerpo descompone las proteínas en aminoácidos y luego las convierte en _____ o energía

Pegar aquí

Es una excelente fuente de proteína de alta _____, es rica en nutrientes como el zinc y el _____

Pegar aquí

Son la carne, el pescado, los _____, los frijoles, las _____ y los _____

Pegar aquí

Son una legumbre rica en proteínas, hidratos de _____ y fibra. Una gran fuente de _____ y proteína _____

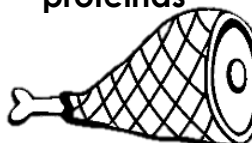
Profa. Kempis

PROTEÍNAS

Los garbanzos



Alimentos ricos en proteínas



Función estructural



Función: Reserva de energía



Carne de res



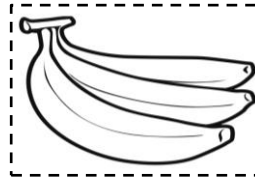
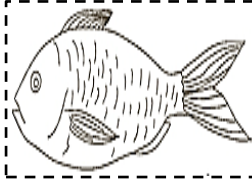
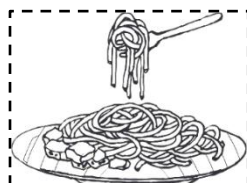
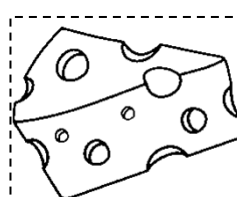
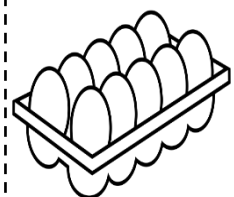
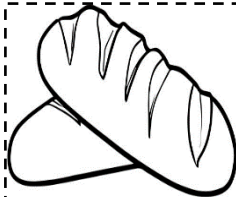
Anexo 7: Las proteínas

Ayuda al chef a poner en la olla solo los alimentos que son proteínas:



Proteínas

Profa. Kempis



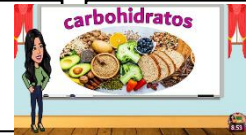
Anexo 8: Los carbohidratos

Observa el siguiente video y completa con la información necesaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=0mQJ1liTScI>

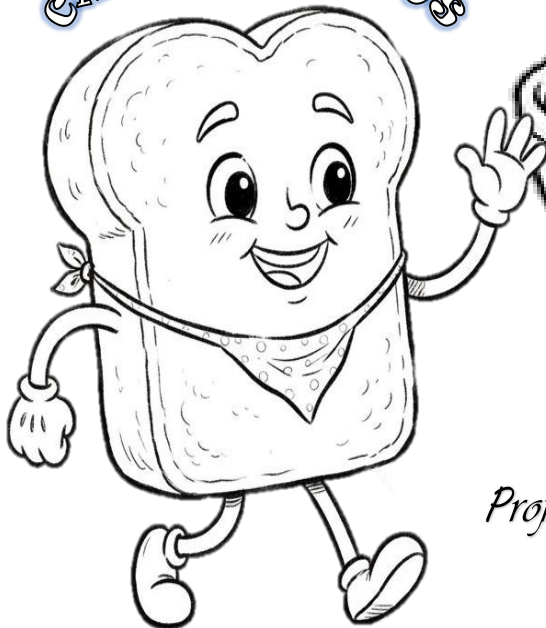


¿Cómo buscarlo en YouTube?



Profa Kempis Los carbohidratos

CARBOHIDRATOS



Son nutrientes que el cuerpo

_____ en
g _____

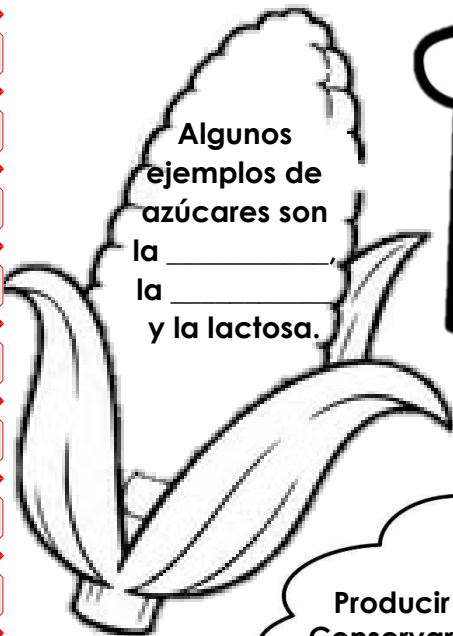
Profa. Kempis

FIBRA

Es un carbohidrato complejo que no se
_____ y no produce

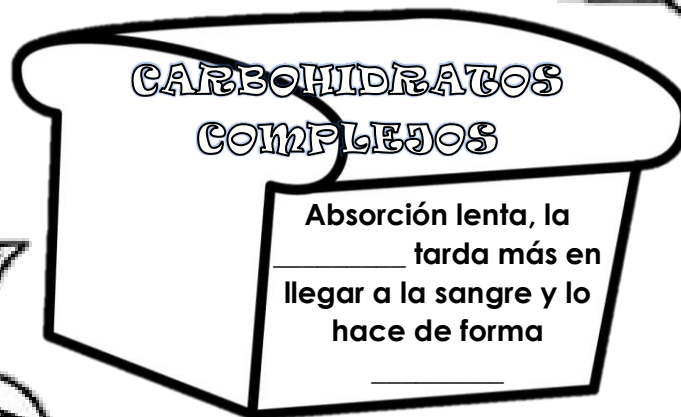


Algunos ejemplos de azúcares son la _____, la _____ y la lactosa.



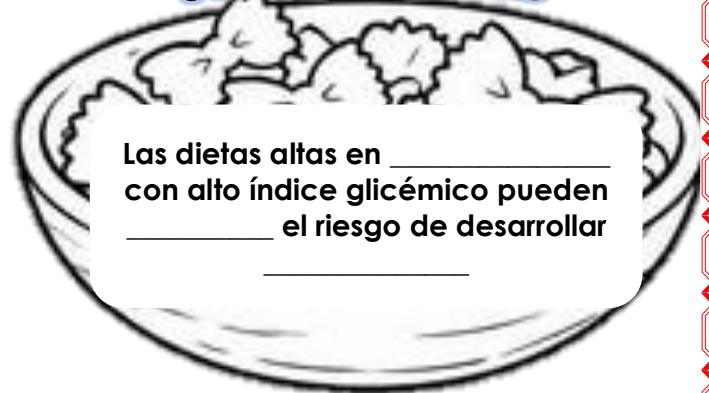
CARBOHIDRATOS COMPLEJOS

Absorción lenta, la _____ tarda más en llegar a la sangre y lo hace de forma _____



CONSECUENCIAS

Las dietas altas en _____ con alto índice glicémico pueden _____ el riesgo de desarrollar _____



Producir energía
Conservar _____
Ayudar al _____ de los _____

FUNCIONES



Anexo 9: Las vitaminas



¿Cómo buscarlo en YouTube?

Observa el siguiente video y completa con la información faltante:

<https://www.youtube.com/watch?v=1ucOdYHCF0>



Recorta y pega las imágenes donde corresponda:

Q Profa Kempis Las vitaminas

Son compuestos _____ que los seres humanos necesitan en pequeñas _____

También conocida como _____, ascorbico, tiene varias funciones en el cuerpo humano, es necesaria para el _____ y desarrollo _____.

Profa. Kempis

Se conoce como "la vitamina del sol" debido a que el _____ la produce luego de la exposición a la luz _____.

También llamado _____ es un nutriente que ayuda a mantener la salud de las _____ y la _____.

La vitamina B____, también conocida como ácido _____ o folato. Ayuda a crear células nuevas, a formar glóbulos _____.

Previene la _____ y favorece el crecimiento y desarrollo. Ayuda a mejorar la _____.

Vitaminas _____

Son un grupo de vitaminas que se _____ en agua y que el cuerpo necesita en dosis _____ y frecuentes _____.

Anexo 10: Los carbohidratos, vitaminas y proteínas

Lee los alimentos y escríbelos donde corresponda según el nutriente que contiene en mayor cantidad:

Pechuga de pollo

Manzana

Espinacas

Arroz integral

Huevo

Naranja

Plátano

Pan integral

Lentejas

Filete de salmón

Kiwi

Zanahoria

Profa. Kempis

Carbohidratos



Proteínas

Vitaminas

Anexo 11: Frecuencia absoluta y relativa



¿Cómo buscarlo en YouTube?

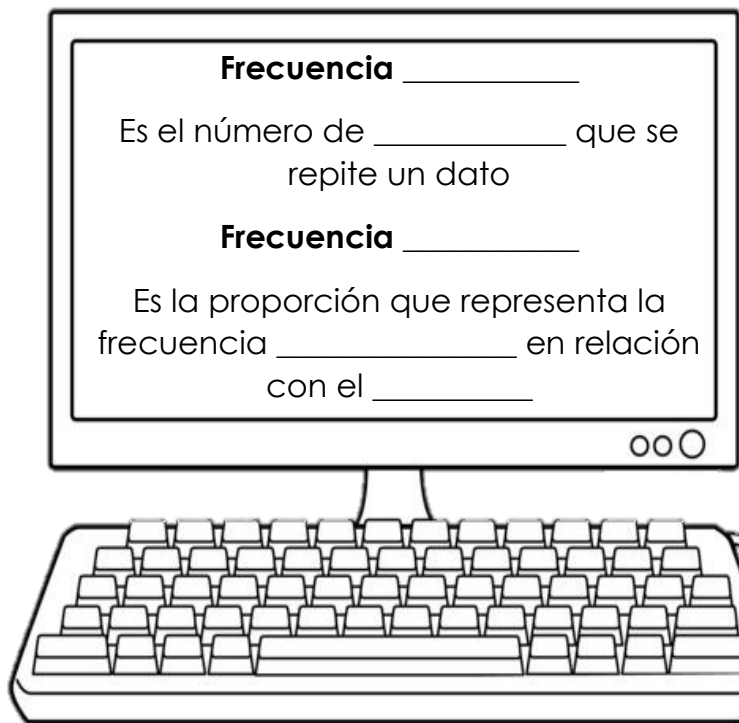


Observa el siguiente video y contesta:

<https://www.youtube.com/watch?v=CpH4QTN8eyY>



Q Profa Kempis Frecuencia absoluta y relativa



Profa. Kempis



La frecuencia _____ es la razón entre la _____ de veces que aparece un valor en un conjunto de _____ y el número total de resultados



Tipo de paleta	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Helado		
Paleta verde		
Paleta chocolate		
Cono		
Paleta bicolor		
Total		

Anexo 12: Frecuencia absoluta y frecuencia relativa

Observa la imagen y obtén la frecuencia absoluta y relativa de cada tipo de balón:



Balón	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
Futbol		
Tenis		
Basquetball		
Volleyball		
Boliche		
Total		

Anexo 13: Acoso escolar



¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el siguiente video y completa la información
<https://www.youtube.com/watch?v=pQ5pZsUqWh8>



Profa Kempis Prevención del acoso escolar



Profa. Kempis



Google



Profa. Kempis ¿Cómo organizar la información en un párrafo?



Pega aquí

Es el maltrato
_____, verbal,
psicológico o
_____ entre
estudiantes

Pega aquí

Quien _____ el
acoso. Pueden sufrir
ansiedad, _____ o
baja _____

Pega aquí

Quienes _____ la
violencia, buscando
amedrentar, _____
o someter a la víctima

Pega aquí

Personas que
_____ el
acoso.
Su intervención es
clave para frenarlo

Pega aquí

Acción continua para
_____ u ocasionar
lesiones corporales.
Por ejemplo: golpear,
_____, pellizcar,
empujar

Pega aquí

Busca _____ a la
víctima del grupo,
marginarla,
_____ o
avergonzarla
públicamente

Pega aquí

Es el uso de palabras
para _____ a otras
personas.
Insultos, _____,
amenazas, _____
ofensivos

Pega aquí

Uso de tecnologías
(_____ sociales,
mensajería, _____)
para difundir rumores,
compartir _____ sin
consentimiento

SEÑALES DE ALERTA

- ♦ cambios repentinos de
_____, aislamiento o
tristeza
- ♦ evitar ir a la _____
- ♦ marcas en el cuerpo
como _____,
arañazos

CIBERACOSO O CYBERBULLYNG

AGRESOR

SOCIAL O PSICOLÓGICO

VERBAL

ACOSO ESCOLAR

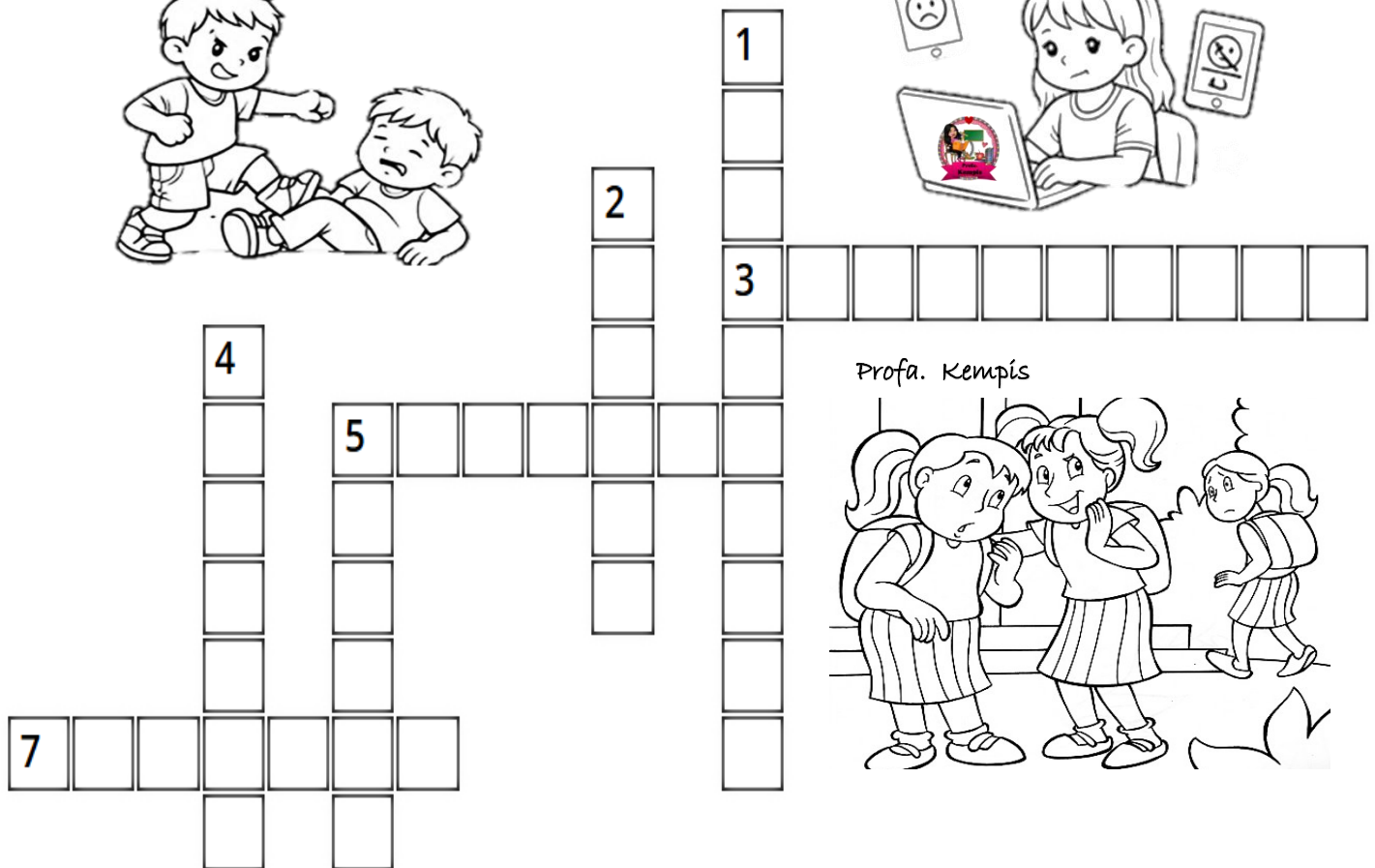
FÍSICO

VÍCTIMA

ESPECTADORES

Anexo 14: acoso escolar

Contesta el siguiente crucigrama con los tipos de acoso escolar y con los actores o protagonistas del acoso escolar



Profa. Kempís



Horizontales

3. Luis ve que un compañero le está quitando los lápices a la fuerza a otro niño. Luis se queda callado por miedo, pero sabe que eso está mal. En esta situación, Luis es:
5. Todos los días, una niña se sienta sola en una esquina porque un grupo de compañeros no la deja jugar con ellos y le inventan chismes. La niña que se queda sola es:
7. Si un compañero te empuja, te insulta o te quita tus cosas en el recreo todos los días, ¿Qué tipo de acoso es?

Verticales

1. Si alguien usa el internet, el teléfono o las redes sociales para decirte mentiras, amenazarte o burlarse de ti, ¿Qué tipo de violencia es?
2. ¿Cómo se le llama al tipo de violencia que ocurre cuando alguien te pega, te empuja o te lastima el cuerpo?
4. En la hora del recreo, un niño se cae y se le tira la comida. Otro niño se burla de él en voz alta y le dice que es un torpe. El niño que se burla está actuando como:
5. Cuando una persona te dice groserías, se burla de ti para hacerte sentir mal o te ignora para excluirte, ¿de qué tipo de violencia se trata?

Anexo 15: Integridad física y moral



¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el video y contesta

<https://www.youtube.com/watch?v=RtslZks52QI>



Profa Kempis Integridad física y moral

Son las cualidades que posee una persona, y que lo hacen _____ ser humano, por medio de la práctica de _____ en su vida

Implica la preservación y _____ de todas las partes del cuerpo, lo que conlleva al _____ estado de salud de las personas

Que protegen la integridad física _____ a la protección de la salud _____ a vivir en un entorno sano

Están en el centro de nuestra _____

Una cualidad de la persona que la _____ para tomar decisiones sobre su _____ por sí mismo

Son aquellas que producen _____ psicológico o desagrado

Integridad moral



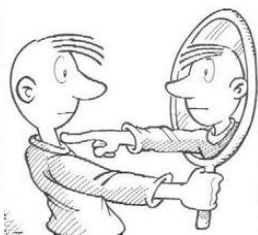
Las emociones



Integridad física



Integridad



Derechos

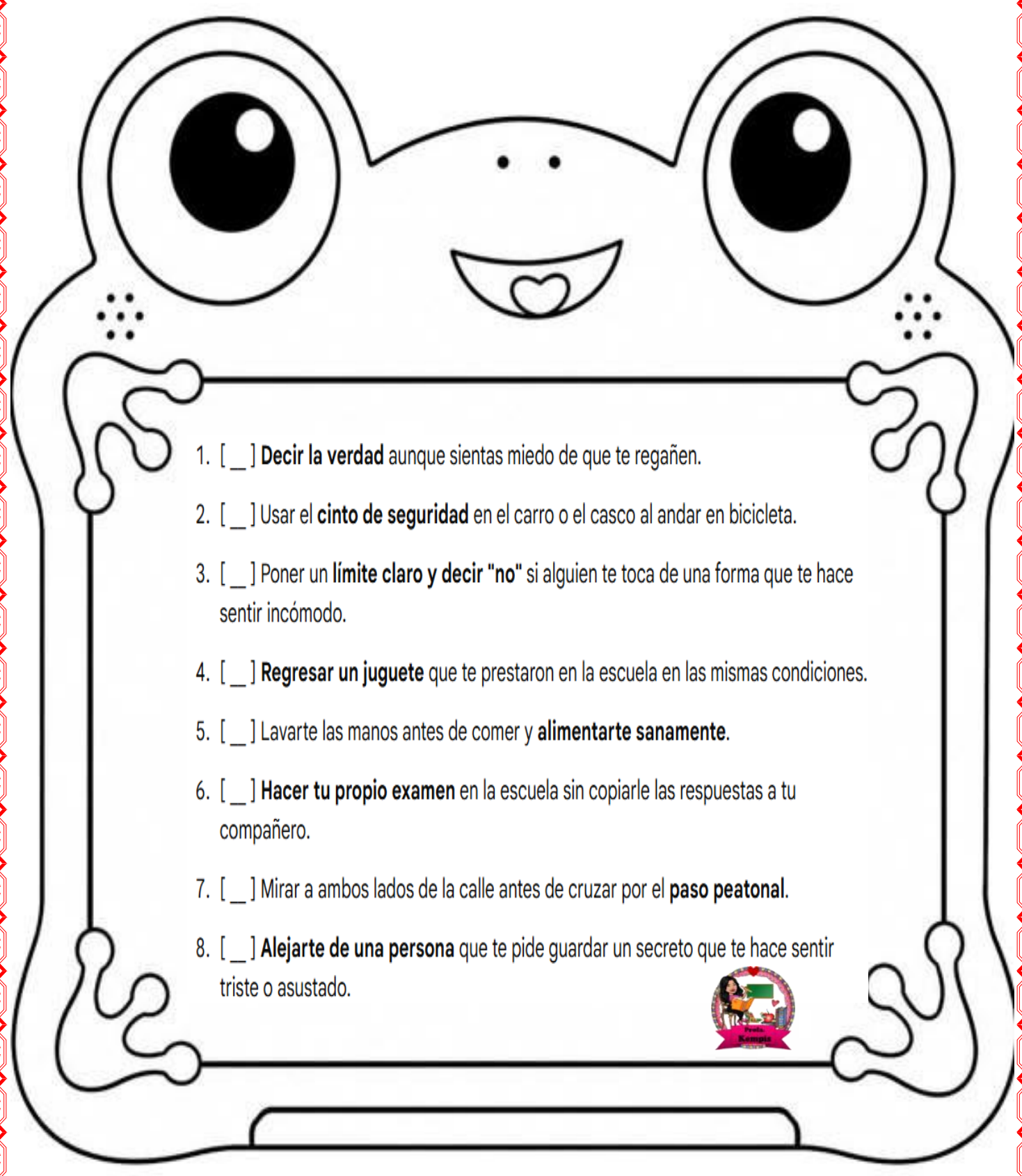


Emociones negativas



Anexo 16: Integridad física y moral

Lee cada una de las siguientes acciones y clasifícalas. Coloca una "F" si la acción protege tu Integridad Física (tu cuerpo y salud) o una "M" si protege tu Integridad Moral (tus valores, la verdad y tus emociones).

- 
1. [☐] **Decir la verdad** aunque sientas miedo de que te regañen.
 2. [☐] Usar el **cinto de seguridad** en el carro o el casco al andar en bicicleta.
 3. [☐] Poner un **límite claro y decir "no"** si alguien te toca de una forma que te hace sentir incómodo.
 4. [☐] **Regresar un juguete** que te prestaron en la escuela en las mismas condiciones.
 5. [☐] Lavarte las manos antes de comer y **alimentarte sanamente**.
 6. [☐] **Hacer tu propio examen** en la escuela sin copiarle las respuestas a tu compañero.
 7. [☐] Mirar a ambos lados de la calle antes de cruzar por el **paso peatonal**.
 8. [☐] **Alejarte de una persona** que te pide guardar un secreto que te hace sentir triste o asustado.



Anexo 17: Violencia de género

Observa el siguiente video y contesta:

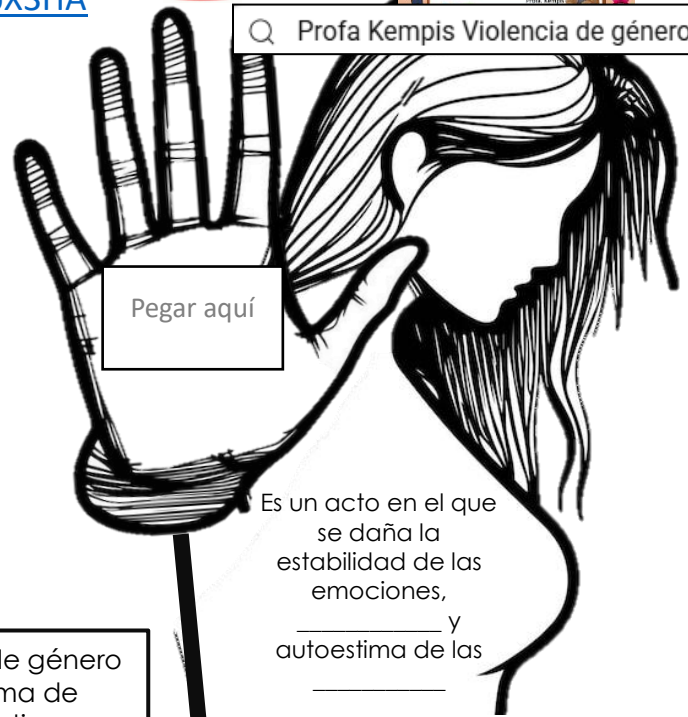
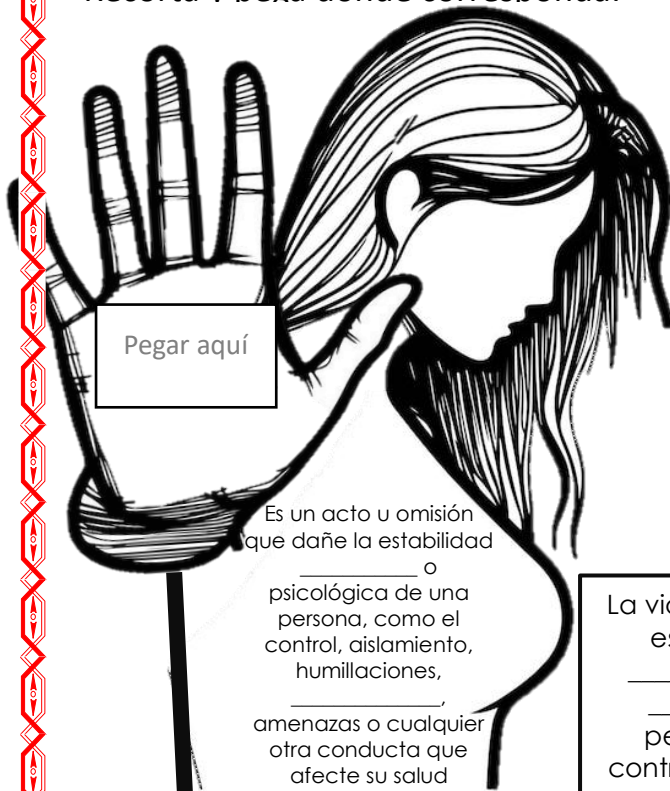
<https://www.youtube.com/watch?v=Py8NwopX3HA>

Recorta y pega donde corresponda:

¿Cómo buscarlo en YouTube?

Violencia de género

Profa Kempis Violencia de género



La violencia de género es una forma de _____, lastimar u _____ a una persona a actuar contra de su bienestar, sus intereses o su voluntad por razón de su _____.



Profa. Kempis

Violencia económica

Violencia psicológica

Violencia sexual

Violencia emocional

Anexo 18: Los sentimientos



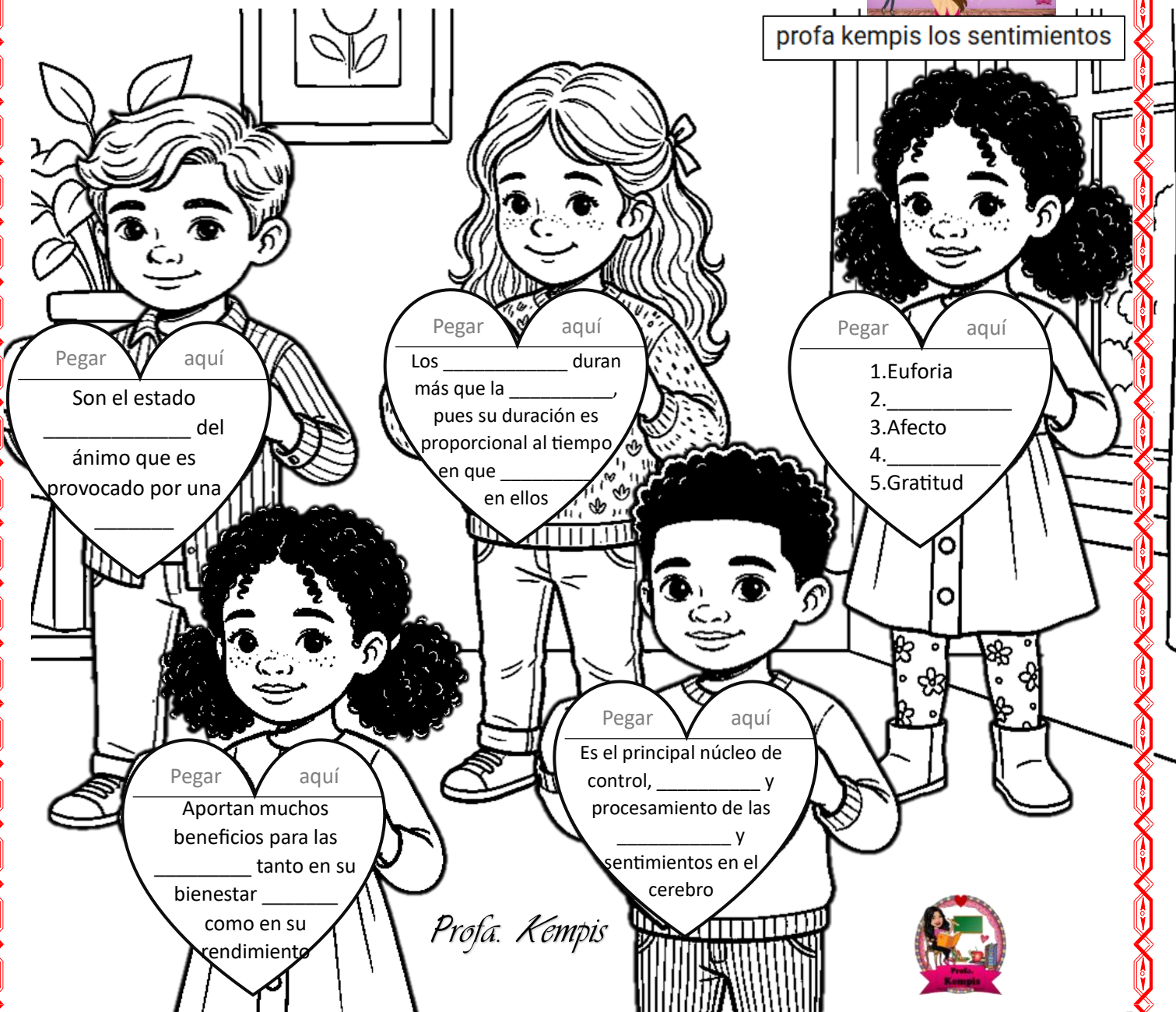
¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el siguiente video y completa. Después recorta y pega donde corresponda: <https://www.youtube.com/watch?v=6y00j5q8CvQ>



profa kempis los sentimientos



Profa. Kempis



Anexo 19: Los sentimientos

Recorta y pega los sentimientos donde corresponda:



Prof. Kempis

Sentimientos positivos

Sentimientos negativos

Paz

Rencor

Envidia

Admiración

Frustración

Gratitud

Alegría

Indignación

Tristeza

Empatía

Soledad

Orgullo

Impaciencia

Anexo 20: Situaciones de riesgo

Observa el siguiente video y completa la información
<https://www.youtube.com/watch?v=nP6Ja5emS18>



¿Cómo buscarlo en YouTube?



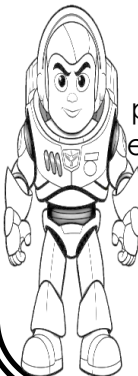
Profa Kempis situaciones de riesgo

Pegar aquí



Es aquella que afecta su desarrollo, _____, derechos o puede ponerlos en _____

Pegar aquí



Son los actos de _____ que exponen a la persona menor de edad a situaciones de riesgo a su _____. Por ejemplo, no proporcionar _____, ropa, refugio

Pegar aquí



El _____ o acoso escolar se caracteriza por comportamientos _____ repetidos hacia un estudiante por parte de sus _____.

Pegar aquí



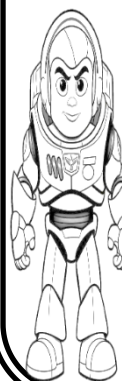
Surge cuando existen diferencias de opiniones, deseos o _____ entre los miembros de una familia

Pegar aquí



También conocido como "Trabajo _____" es todo trabajo que priva a los niños de su _____.

Pegar aquí



◆ Peligros viales
◆ Delincuencia
◆ Maltrato _____: Es cualquier forma de _____ o desatención que afecte a un menor de _____ años

Pegar aquí



◆ Falta de acceso a una educación de _____
◆ violencia escolar

Pegar aquí



◆ negligencia
◆ abandono
◆ Explotación _____ infantil

Ámbito familiar

Situaciones de riesgo

Ámbito escolar

Acoso escolar

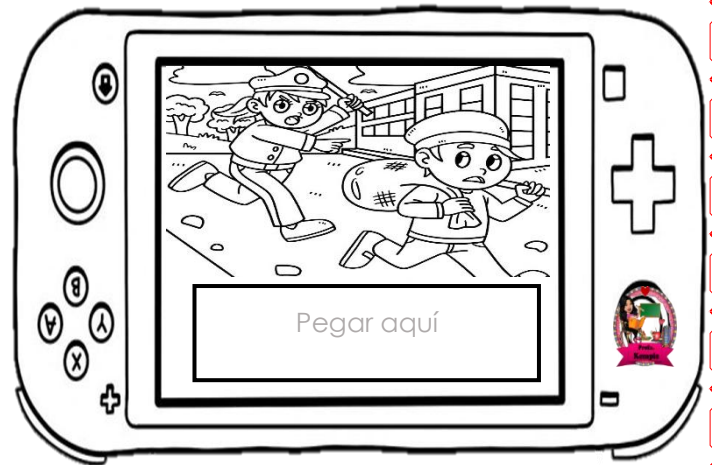
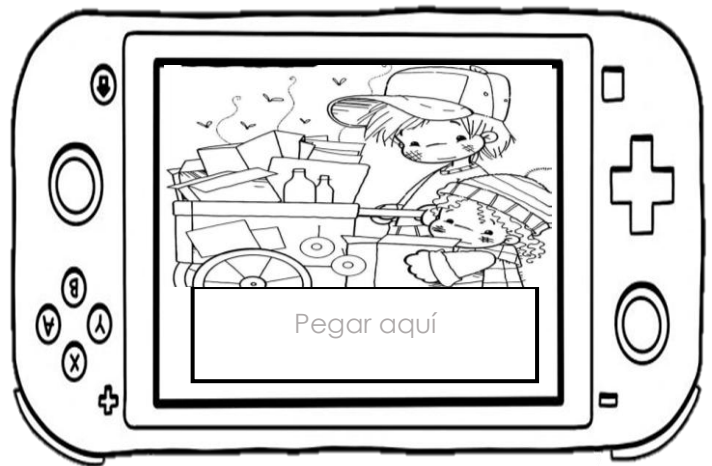
Negligencia

En la calle

Conflictos familiares

Anexo 21: situaciones de riesgo

Recorta los rectángulos marcados con líneas punteadas y pégalos en el tipo de situación de riesgo que muestra cada imagen.



Explotación laboral
infantil

Peligros viales

Delincuencia

Acoso escolar

Anexo 22: Descubrimiento de América



¿Cómo buscarlo en YouTube?

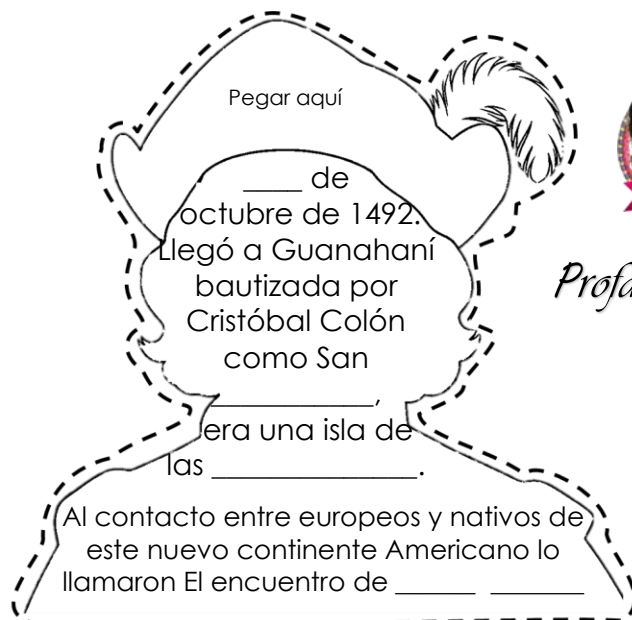
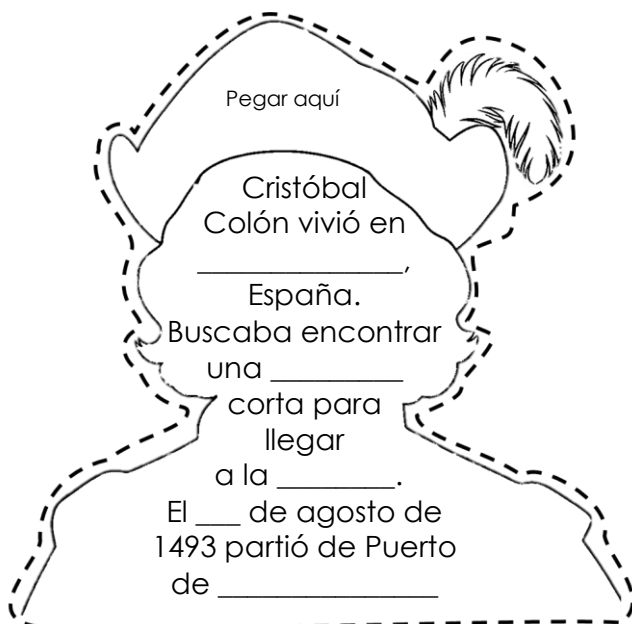


Observa el siguiente video y completa con la información

https://www.youtube.com/watch?v=hopFe0F_C0E

Profa Kempis 12 de octubre Descubrimiento de América

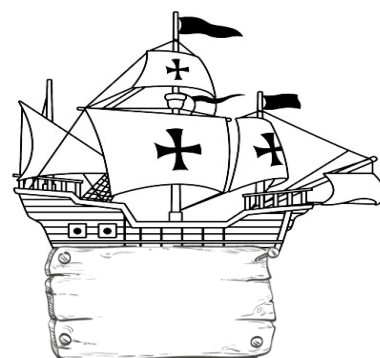
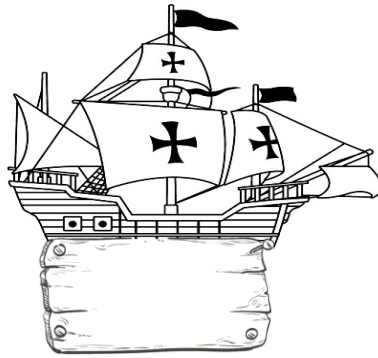
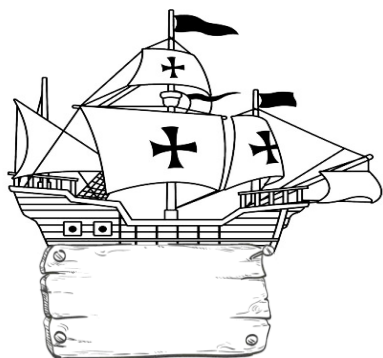
Recorta las imágenes marcadas con líneas punteadas y pégalas uno sobre otro, colocando al final la imagen de Cristóbal Colón.



Profa. Kempis



Escribe el nombre de las carabelas y el nao.



Anexo 23: Emociones, sentimientos y estados de ánimo



¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el video y resuelve las actividades:

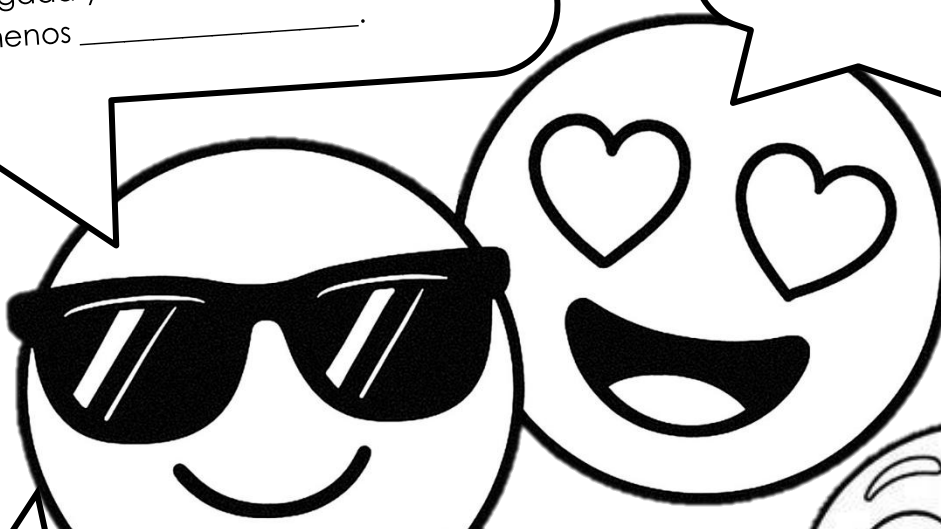
<https://www.youtube.com/watch?v=peN859y32Vo>



Profa. Kempis Emociones, sentimientos y estados de ánimo

Los estados de _____ son la
_____ o disposición emocional que
poseemos. Representa nuestro estado
_____. El cual a diferencia de los
_____ y las emociones, los cuales
pueden ser _____, con duración
más prolongada y con un proceso de cambio
menos _____.

Los sentimientos son las
_____ de las
_____, por lo
tanto son más
pueden _____ y se



Profa. Kempis

Escribe un
sentimiento positivo:

Las emociones son estados
_____ que todos
experimentamos.
Se caracterizan por ser una
alteración del _____
de _____ de
_____ duración.

Escribe un
sentimiento
negativo:

¿Cuáles son las
emociones básicas?

Anexo 24: Día mundial de la alimentación

¿Cómo buscarlo en YouTube?



Observa el siguiente video y completa con la información
https://www.youtube.com/watch?v=HnV9_OvboeQ

Profa Kempis Día mundial de alimentación

Recorta los alimentos marcados con líneas punteadas y pégalos arriba de los alimentos con la misma forma que están dentro de la olla



Pegar aquí

El ____ de octubre de 1945, 42 países se reunieron en Quebec, _____, para crear la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Profa. Kempis

Pegar

aquí

Una alimentación es saludable si es:

- ♦ ____: porque aporta calorías y nutrientes suficientes
- ♦ ____: porque proporciona los nutrientes en proporciones recomendadas
- ♦ ____

Pegar aquí

DESNUTRICIÓN

Es la carencia de nutrientes esenciales (____, carbohidratos, grasas, ____ y ____)

causas:

- ♦ ____ socioeconómicos
- ♦ Problemas de ____

Tener una alimentación fundamental para la salud porque proporciona los nutrientes necesarios para el ____

para el

Pegar aquí

Pegar aquí

Acciones para la sostenibilidad alimentaria

- ♦ Elige alimentos locales y de Temporada
- ♦ reduce el ____ de alimentos

Pegar

aquí

¿Cómo saber si tienes una alimentación saludable?

- ♦ Evalúa si consumes una dieta ____ y equilibrada, basada en el ____ del ____ comer
- ♦ Tomar ____ natural

Materiales Profa. Kempis

MATERIAL GRATIS
TODO EL CICLO ESCOLAR



**Dosificación
anual de
proyectos**



**Programa
analítico
trimestral**



Planeaciones



**Cuadernillo de
actividades**



**Exámenes
trimestrales**



**Libros de
lectoescritura**



**Cuadernillos de
matemáticas**

**Otros materiales
educativos**

FACEBOOK

Descarga todo el material de manera gratuita en la página de Profa Kempis en Facebook

<https://www.facebook.com/Profa-Kempis-105813251593792>



YouTube

Busca los videos
educativos en el canal de
PROFA. KEMPIS

<https://www.youtube.com/channel/UC4mKdEYyM->