

Dosificación del 11 al 22 de enero de 2027 · 3°

2 semanas · Material gratuito de Didaula · didaula.com/dosificacion/3-grado/dosificacion-3-grado-el-cuerpo-humano-y-la-alimentacion/

Grado: 3° **Fase:** 4

Distribución de los contenidos de los cuatro campos formativos en las dos semanas del proyecto, con las evidencias de cada semana.

Campo formativo	Semana 1 (11 al 15 de enero)	Semana 2 (18 al 22 de enero)
Lenguajes	Registro escrito de lo que comemos (S1). Lectura de textos informativos sobre el cuerpo y el plato, en pares (S2 a S4). Vocabulario del tema con tarjetas. Entrevista «La receta de mi familia» de tarea (S5).	La receta como texto instructivo: propósito, partes, verbos de acción y pasos numerados (S7, ficha de Lenguajes). Escritura, revisión entre equipos y versión final de la receta (S9). Presentación oral del recetario (S10).
Saberes y pensamiento científico	Sistema digestivo: recorrido y función de los órganos (S2). Sistema locomotor: huesos, músculos y articulaciones (S3). Plato del bien comer: tres grupos y agua simple (S4). Multiplicación como suma repetida y arreglo; tablas del 2 al 5 (S5, partes A y B de la ficha de cálculo).	Tabla del 6 y parte C de la ficha de cálculo. Porciones de la receta para 10 y 30 personas (S8). Repaso de las tablas del 7 al 9 en el bloque de cálculo. Examen de cierre (jueves 21).
Ética, naturaleza y sociedades	Diagnóstico de lo que se come en las familias del grupo (S1). Recuperación de platillos familiares por medio de la entrevista (S5).	Platillos de la comunidad y su valor (S6). Lectura de sellos de advertencia y consumo responsable: mercado, temporada, menos empaques (S6). Elección de la receta familiar con un cambio saludable (S6).
De lo humano y lo comunitario	Cuidado del cuerpo: lavarse las manos, masticar despacio, tomar agua simple (S2). Postura, mochila y actividad física con rutina de estiramiento (S3). Trabajo en equipos fijos.	Hábitos saludables para la escuela y la casa (S6). Trabajo colaborativo en el recetario y el cartel (S9). Presentación a otro grupo o a las familias y autoevaluación (S10).
Evidencias	Hoja «Lo que comí ayer», ficha de Saberes, partes A y B de la ficha de cálculo, cuartos del cartel y entrevista.	Tabla de sellos, ficha de Lenguajes, parte C de la ficha de cálculo, recetario, cartel, examen y autoevaluación.

Cómo usarla: lee cada fila como lo que avanza un campo en cada semana. La letra S y el número indican la sesión de la planeación donde se trabaja. Si pierdes un día por suspensión o evento escolar, no recortes la sesión 6 ni la 9: la primera da la receta del equipo y la segunda produce la versión final. Junta en su lugar la sesión 3 con la 4 (locomotor y plato) en una sola de 90 minutos. Marca con una palomita cada celda que completes y anota al margen lo que se recorrió, para que la dosificación te sirva también como registro del periodo.