

**GUÍA PEDAGÓGICA N° 24 DE RETROALIMENTACIÓN (2)**

-Escuela: “Fray Justo Santa María de Oro” CUE: 700060000

-Docentes: González, Estela - Acosta, Florencia- Albarracín, Belén- López, Eliana

-Grados: 3º A y B Turno: Mañana Ciclo: Primero

-Áreas: Matemática, Ciencias Naturales, Tecnología y Educación Física

-Título de la propuesta: **¡Nos informamos del cuidado de la Salud!**

-Contenidos: Matemática: Lectura y escritura de números. Encuadramiento. Situaciones problemáticas. Ciencias Naturales: El cuidado del cuerpo humano. La alimentación saludable. Hábitos para el cuidado de la salud. Educación Física: Dominancia lateral (Derecha e Izquierda). Nociones Témpero espaciales. Tecnología: Producción de texto instructivo: tareas, pasos a seguir, insumos y cantidades.

-Indicadores de evaluación para la nivelación:

-**Matemática:** Lee y escribe números. Resuelve situaciones problemáticas.

-**Ciencias Naturales:** Comprende la importancia del cuidado del cuerpo. Reconoce distintos hábitos para el cuidado de la salud.

-**Tecnología:** Identifica a qué tipo de instructivo debe recurrir para obtener la información necesaria para “saber hacer”. Utiliza vocabulario técnico del área.

-**Educación Física:** Resuelve situaciones ludo motrices. Valora y disfruta la participación en juegos.

Desafío:

Al realizar esta guía, te propongo que armes una lámina informativa en la que puedas dibujar, pegar imágenes o escribir consejos sobre cómo tener una buena salud y un buen cuidado de nuestro cuerpo, teniendo en cuenta lo que aprendiste: hábitos saludables, alimentación sana, ejercicios físicos, etc.

**Actividades:**

## MATEMÁTICA

1. Lee con atención el siguiente texto: **¡Niños saludables!**

Poner en práctica los hábitos saludables, todos los días es muy importante para mantener sano nuestro cuerpo.

Consumir alimentos sanos, es de gran importancia para que nuestro organismo funcione correctamente. Los alimentos que consumimos frecuentemente aportan a nuestro cuerpo gran cantidad de nutrientes y además contienen distinta cantidad de calorías. Una caloría es una manera de describir la cantidad de energía que podría recibir nuestro cuerpo al consumir un alimento.

Según estudios de los nutricionistas, explican cuántas calorías deben consumir los niños, según su edad en sus alimentos diarios:

Edad	Energía en calorías
1 a 3 años	1.250
4 a 5 años	1.700
6 a 9 años	2.000
10 a 12 años	2.450

Ahora que ya conoces la importancia de alimentarse saludablemente ¿Qué alimentos vas a tener en cuenta para nutrirtte correctamente? ¡No olvides que, para tener una buena salud, también es importante realizar ejercicios físicos, higienizarse todos los días y descansar las horas necesarias!



2. Responde:

Según la tabla, ¿Los niños de qué edad deben consumir **menos** calorías? ¿Y de qué edad deben consumir **más** calorías?

3- Escribe **con letra** la cantidad de calorías que deben consumir los niños de 1 a 3 años y de 4 a 5 años según la tabla.

4- Lee y resuelve:

## Escuela Fray Justo Santa María de Oro – 3º Grado A y B – Áreas Integradas

a- Para preparar una pizza se necesitan 3 cucharadas de sal. ¿Cuántas cucharadas debo agregar en total si quiero preparar 4 pizzas?

b- Sergio sale a correr 2 horas todos los días para estar saludable. Si repitió este ejercicio durante 7 días ¿Cuántas horas corrió en total?

5- Observa el cuadro numérico y pinta: con verde la fila del 6.000, con amarillo tres números que estén después del 5.400 y con color celeste el número: **cuatro mil setecientos**

4.000	4.100	4.200	4.300	4.400	4.500	4.600	4.700	4.800	4.900
5.000	5.100	5.200	5.300	5.400	5.500	5.600	5.700	5.800	5.900
6.000	6.100	6.200	6.300	6.400	6.500	6.600	6.700	6.800	6.900

### CIENCIAS NATURALES

1- Lee lo que dice cada niño y completa:

Antes de cocinar las verduras las lavo con agua potable.



Escucho música a alto volumen siempre.



Tres días a la semana, después de almorzar, salgo a caminar con mi hermano.



Yo, todos los días, ayudo en las tareas de la casa y luego duermo las horas necesarias para descansar.



- Pinta de color verde los cuadros en los cuales los niños nombren hábitos saludables y de color naranja en los que nombren hábitos no saludables.

2- Responde: ¿Qué hábitos pones en práctica para cuidar tu salud todos los días?

.....

3- Escribe cinco consejos para tener una buena salud:

.....

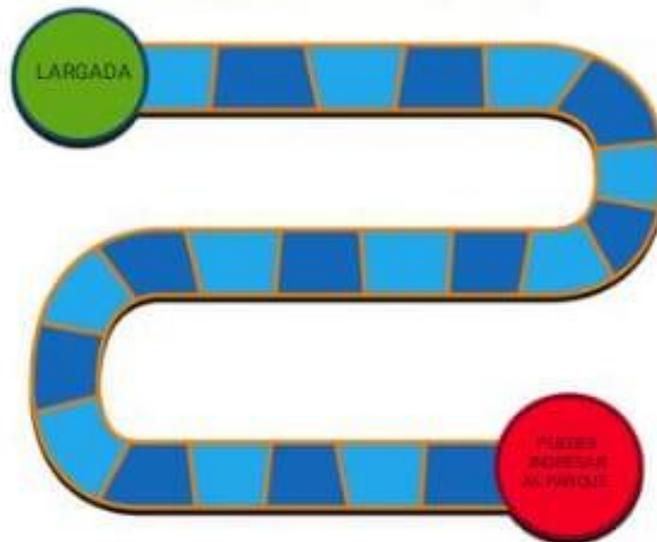
.....

## EDUCACIÓN FÍSICA

1- A través de un juego de preguntas y actividades, armar un camino ilustrativo con las respuestas y soluciones.

2- Imagina que estás en un gran parque de diversiones. Allí quieres subir a todos los juegos que son muy divertidos. para poder ingresar al parque, debes armar un camino con las respuestas del siguiente cuestionario, esto te dará el pase hacia todos los juegos. ¿Te animas a armar tu propio camino para poder subir al juego? ¡Bien...comencemos!

- Busca una hoja grande en blanco que es donde armarás a tu gusto, tu propio camino. si quieres puedes guiarte con el modelo de la foto.
- Lee atentamente las consignas y Comienza a ubicar en el camino las siguientes respuestas:
  - ✓ **Casillero 1- Escribe** tu nombre.
  - ✓ **Casillero 2- Dibuja** 5 pelotas de diferentes tamaños.
  - ✓ **Casillero 3- Responde Si o No** ¿Es necesario que te laves las manos antes y luego de cada actividad física? **Escribe** ¿Por qué?
  - ✓ **Casillero 4-** Levanta 2 veces tu mano derecha y dos veces tu mano izquierda. Responde y **Escribe** ¿Cuál es tu mano hábil?
  - ✓ **Casillero 5-** Salta 8 veces con el pie derecho y luego 8 veces con el pie izquierdo. **Escribe** ¿Cuántas veces saltaste en total?
  - ✓ **Casillero 6-** Salta con los dos pies alrededor de una silla. **Cuenta y responde:** ¿Cuántas veces saltaste?
  - ✓ **Casillero 7-** Gira alrededor de la mesa y pasa por debajo de la misma. Cuando termines **Escribe** LOGRADO.
  - ✓ **Casillero 8- Responde y escribe** Si o No: ¿Crees que es importante la actividad física para tener una vida saludable?
  - ✓ **Casillero 9-** El profesor de Educación Física al finalizar la clase, le entrega a cada alumno una fruta y una botellita de agua. **Escribe** un ejemplo de cómo cuidar el medio ambiente en la clase de Educación Física.
  - ✓ **Casillero 10-** Estás a punto de obtener el pase para subir a los juegos, para que sea posible, **escribe un deseo que tengas para el próximo año.**



## TECNOLOGÍA

1- Lee la siguiente receta: Barritas de cereales

### Ingredientes:

- Granola orgánica (avena, frutos secos, semillas, pasas de uva) 200grs.
- Coco rallado 4 cucharadas.
- Miel orgánica dura 2 cucharadas.
- Azúcar integral 2 cucharadas.

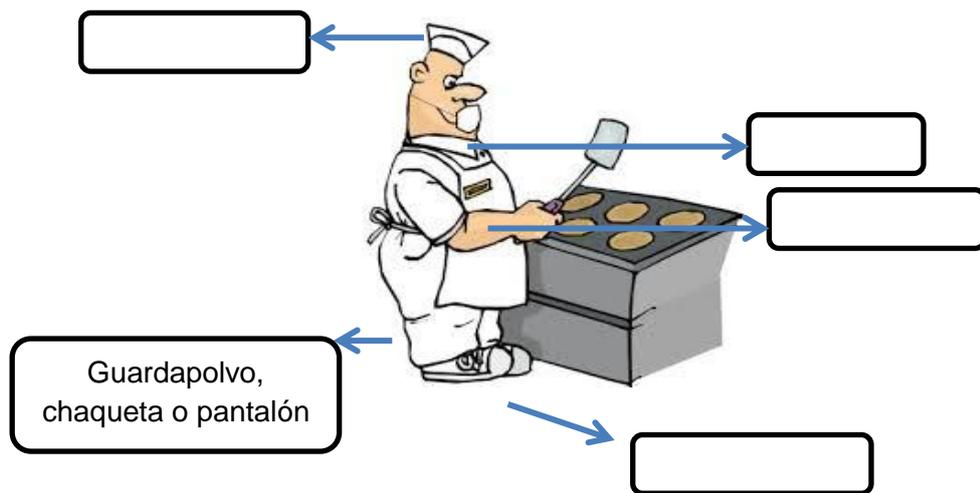
### Procedimiento.

- A fuego bajo, mezclar todos los ingredientes en una cacerola con cuchara de madera hasta que estén bien incorporados.
- Tomar una fuente rectangular con film o siliconada y colocar la mezcla presionando bien para formar una plancha.
- Dejar enfriar y cortar barritas.

2. Completa el siguiente cuadro

Herramientas	Máquinas	Instrumentos

3. Escribe el nombre de cada una de las prendas del chef.



4. Escribe un consejo de **alimentación saludable**.

**FECHA DE PRESENTACIÓN: MIÉRCOLES 25 DE NOVIEMBRE**

**DIRECTORA:** Trigo Dora