

GUÍA PEDAGÓGICA N°22 DE RETROALIMENTACIÓN – GRUPO 3

Escuela: Gral. Martín Miguel de Güemes

CUE: 700034500

Docente: Pablo Aballay

Grado: Quinto

Turno: Mañana

Áreas: Matemática, Ciencias Naturales, Educación Tecnológica y Educación Física.

Título de la Propuesta: “Nos preparamos juntos.”

CONTENIDOS

Matemática: Estrategias de cálculo. Proporcionalidad directa. Fracciones.

Ciencias Naturales: Alimentación, dieta equilibrada y salud. Nutrientes.

Educación Tecnológica: Reconocimiento por las normas de uso y seguridad en la manipulación de máquinas simples.

Educación Física: Elaboración de acciones motrices y sus aspectos saludables, con ajuste a situaciones problemáticas.

Indicadores de evaluación para la nivelación:

- Interpreta información para resolver problemas.
- Identifica y grafica fracciones.
- Utiliza relaciones de proporcionalidad.
- Interpreta y resuelve consignas con distintos algoritmos.
- Identifica los nutrientes (proteínas y carbohidratos) que necesita el cuerpo.
- Nombra alimentos y relaciona con las proteínas y carbohidratos.
- Propone soluciones a situaciones problemáticas.
- Establece relaciones entre la patineta, el deporte y la buena salud.
- Manifiesta disponibilidad motriz en las prácticas corporales saludables.

Desafío: Elaboración de consejos para que los chicos puedan mantener una buena salud.

DÍA 1 MATEMÁTICA

1-Lee la siguiente información

Según el último censo (2010), Pocito contaba con 1243 habitantes entre mujeres y hombres de 10 años de edad, si es aconsejable pesar alrededor de 32Kg a esta edad. Piensa y resuelve los siguientes enunciados.

- Si la cantidad de mujeres es de 634 ¿Cuántos hombres había?
- ¿Cuánto pesan en total todos los jóvenes de 10 años?
- De un total de 50 chicos/as que pesan 1750kg ¿Cuánto pesa cada uno aproximadamente?

CIENCIAS NATURALES

1-Lee la siguiente información

La OMS nos advierte sobre el consumo de bebidas azucaradas en el siguiente texto expositivo:

El consumo de bebidas con azúcar viene aumentando de manera rápida en nuestro país, con un promedio de 137 litros por persona al año, lo cual representa un aporte de 13 kilos de azúcar. En Argentina incrementó el consumo en un 70% en los últimos 20 años, lo cual no es aconsejable, según un estudio de Cesni de 2016.

2-Marca con una x las opciones para evitar el consumo de las bebidas azucaradas.

- Consumir agua potable o segura
- Consumir jugos en sobres
- Consumir jugos de frutas
- Consumir agua con rodajas de frutas como el limón

3-Une con flechas según corresponda y escribe lo que piensas.

- Energía que necesita el cerebro
- Vitaminas o sales minerales
- Nutrientes
- Proteínas
- Agua

- Proporcionan energía
- Componentes básicos para dar forma a los huesos y los músculos
- Carbohidratos
- Facilita funciones como la digestión o la eliminación de residuos
- Reparan y renuevan el organismo
- Intervienen en las funciones nerviosas

EDUCACION TECNOLOGICA

1-Lee el siguiente texto

La patineta es un dispositivo mecánico. Para las personas que la usan les sirve a mantener un buen estado físico porque se queman calorías. Recuerda que siempre debes ser responsable si usas patineta. Usar la protección correspondiente y circular por lugares permitidos.

2-Observa la imagen y coloca sus partes según corresponda. Marca los beneficios que aporta el uso de la patineta (skate) para una buena salud.

	1- Una hora de skate te permite quemar hasta 600 calorías
	2-Fortalece tus pulmones y corazón
	3- Mejora el estado de ánimo
	4-Hace pensar más rápido

DIA 2: MATEMATICA

1-Lee la siguiente información

Según PROSANE en 2019 los adolescentes de 13 a 18 años tenían estos hábitos:

- La mitad consume bebidas azucaradas diariamente.
- Un tercio realiza bajo nivel de actividad física.
- El consumo promedio de hortalizas no feculentas y frutas fue de 182 gramos por día, siendo aconsejable 400 g diario.

2-Piensa y resuelve:

- Escribe la fracción que representan cada uno de los 2 primeros hábitos no saludables.
- Si una persona debe consumir 400 g de hortalizas y frutas. Entonces las familias conformadas por las siguientes cantidades de personas ¿Cuánto debería consumir? Escribe ¿Cómo lo resolviste?

Cantidad de Personas		2		5
Gramos de hortalizas y frutas	800		1600	

CIENCIAS NATURALES

1-Lee los consejos para personas con elevada cantidad de glucemia (azúcar) en sangre:

- Consumir pan de centeno (Prohibido para diabéticos)
- Consumir arándanos y manzanas.
- Consumir nueces y avena.

2-Verifica y marca cual enunciado es verdadero o falso:

V/F	Los seres humanos somos omnívoros. Nos alimentamos de alimentos de origen animal y vegetal.	V/F	Los seres humanos somos omnívoros. Nos alimentamos de alimentos de solo origen animal.
-----	---	-----	--

Aporta información de que piensas de la digestión.

EDUCACION FÍSICA:

1-Marque con un círculo verdadero o falso según corresponda

- El sedentarismo es bueno para nuestra salud. V – F
- Realizar ejercicio físico 3 veces por semana favorece a una vida saludable. V – F
- Dormir 4 horas diarias es beneficioso para nuestro cuerpo. V – F
- Lavarse las manos periódicamente previene enfermedades V – F
- Dos comidas al día favorecen a una dieta saludable. V – F
- Beber un litro de agua al día es suficiente para nuestro organismo. V – F

DÍA 3: MATEMÁTICA

1- Lee consejos de cómo debe estar compuesto un plato de alimentos

- La ½ del plato tanto en el almuerzo como en la cena debería estar compuesta por verduras crudas y/o cocidas.
- Un ¼ ocupado por el grupo de las carnes (vaca, pollo, cerdo, pescado) o 1 huevo (1 unidad diaria es suficiente).
- El ¼ restante, por alimentos del grupo de legumbres, cereales, papa, pan y pastas.

-Se aconseja agregar a las comidas 1 cucharada de aceite, frutas secas o semillas.

-Como postre, lo ideal es una fruta.

2-Analiza y resuelve:

-Escribe como se leen las fracciones de las porciones de verduras y las legumbres.

-Grafica las fracciones que representan las verduras y las carnes.

CIENCIAS NATURALES

1-En un cuadro enumera y escribe una serie de consejos para mantener una buena salud.

Teniendo en cuenta la información aportada por las actividades anteriores.

Consejos para mantener una buena salud.	
1)-	
...	

2-Envía un audio por WhatsApp diciendo tu apellido, nombre y leyendo los consejos para mantener una buena salud.

3-Analiza y responde:

-¿Qué actividades te costaron más?

-¿Cuáles actividades te parecieron más simples de resolver?

Cuando termines la guía de retroalimentación, en todas las hojas coloca tu nombre y saca fotos con buena iluminación, para que se vea bien el trabajo realizado para enviar por WhatsApp.

Directora: Claudia Manrique