

GUÍA PEDAGÓGICA DE RETROALIMENTACIÓN N° 23 (2)

Escuela: Dr. Guillermo Rawson

CUE: 7000601-00-

Docentes Víctor Manuel. Espejo/ / Yanina. Malla/ Josefa. Miranda/ Nadia Aguirre.

Grado: Sexto "A" Y "B" Ciclo: Segundo Nivel: Primario Turno: Mañana

Áreas curriculares: Matemática./ Lengua/ Cs. Soc. / Cs. Nat./ Tecnología/ Educ. Física/ Música/ Artes Visuales.

Título de la propuesta: "¡Cuánto hemos aprendido!"

Contenidos: Matemática: Números naturales. Cálculos mentales. Escritura equivalente de un número. Situaciones problemáticas que involucren las cuatro operaciones. Fracciones. Ciencias Naturales: Los seres vivos: diversidad, interrelación y cambios. Los seres vivos y el ambiente nivel de organización de la naturaleza. Educ. Física: Elaboración y puesta en práctica de respuestas a situaciones problemáticas que involucren habilidades motrices manipulativas, combinadas y específicas, coordinación óculo manual. Exploración y disfrute de actividades para el cuidado del propio cuerpo, del otro y cuidado del ambiente natural.

Indicadores de logro: Matemática: Lee, escribe y compara números naturales, decimales y fracciones. Resuelve situaciones problemáticas aplicando con los números aprendidos. Ciencias Naturales: establece relaciones entre recursos alimenticios y la alimentación saludable. Educ.Física: explora y disfruta de la actividad física la cual contribuye al una vida sana. Artes Visuales: reconoce y trabaja con diferentes formas figurativas.

Desafío: Crear un video o que implique interpretar y resolver para una vida saludable.

MATEMÁTICA

Numeración

- Descubro qué número es.
- a) Estoy entre 5000000 y 7000000. Tengo tres unidades de mil. Tengo 6 unidades de millón. La cifra de las centenas es un el doble de 4.
- b) Tengo 8 unidades de millón y 3 unidades. La cifra de las decenas es la mitad de 18. Tengo 5 centenas.
- c) La cifra de las unidades de millón es el triple de 3. Tengo 6 centenas de mil. Tengo 4 centenas.
- Ordeno los números anteriores de mayor a menor.
 - Escribo el anterior y posterior del menor de todos.
- Proporcionalidad directa.**

- Resuelvo las siguientes situaciones problemáticas.

La leche es un alimento vital en nuestra alimentación.

3. Una vaca da 65 litros de leche en 4 días
¿Cuántos litros debe dar en 16 días?
Si su producción es constante.

Litros de leche	Número de días
65	
130	
195	
260	

Para preparar la comida, el comedor de la escuela requiere 18 kilos de carne cada 4 días.
¿Cuántos kilos necesitará para 28 días?

Proporcionalidad inversa

- Pienso y resuelvo:
- a) Para llevar una dieta adecuada, 10 familias tardan 16 días en consumir 150 kilos de frutas y verduras. ¿Cuánto tardarán 20 familias? ¿Y 40?

Familias	Días
10	16
20	
40	

Docentes Victor. Manuel. Espejo / Yanina. Malla/ Josefa. Miranda .

- b) Para mantener limpio el comedor de la escuela y que sea un entorno saludable, 4 porteros demoran 3 horas en limpiarlo. ¿Cuánto demorarán 8 porteros?

ARTES VISUALES: Forma Figurativa

Observa el cuadro de alimentación saludable.

Dibuja en la hoja N 5.

Divide la hoja en cuatro partes. Hacer una viñeta; con sus dibujos y textos.

Pinta con fibras; marcadores; lapices de colores

CIENCIAS NATURALES:

Promoción de entornos saludables. Alimentación saludable.

- Leo con atención la información.

Alimentación saludable

Alimentarse en forma saludable significa comer una variedad de alimentos para que su hijo reciba los nutrientes (como **proteínas**, **carbohidratos**, **grasas**, **vitaminas** y **minerales**) que necesita para un crecimiento normal. Si su hijo come una gran variedad de alimentos básicos en forma regular, estará bien nutrido.

¿Qué tipos de nutrientes existen y cuáles son sus funciones?

Los nutrientes cumplen básicamente con tres funciones en el organismo: proporcionan energía para las actividades diarias, reparan y renuevan el organismo y, por último, regulan las reacciones químicas que se producen en las células.

Ahora bien, si se trata de describir los tipos de nutrientes que existen y sus principales cualidades, dicha lista debe incluir algunos como:

- ✚ **Hidratos de carbono:** también llamados *azúcares simples*, proporcionan energía al organismo, aunque su consumo debe ser moderado. Se encuentran en alimentos como el arroz, el pan o las pastas, entre otros.
- ✚ **Lípidos o grasas:** constituyen una fuente directa de energía para el cuerpo. Además, los tejidos adiposos protegen y sostienen los órganos vitales.
- ✚ **Proteínas:** son uno de los componentes básicos para dar forma a los huesos y los músculos, así como para suministrar energía al organismo. Están relacionadas también con el control del peso y la regulación del colesterol.
- ✚ **Vitaminas o sales minerales:** las encontramos principalmente en las frutas y las verduras. Intervienen en las funciones nerviosas y en la buena función y el correcto desarrollo de los músculos.
- ✚ **Agua:** es el principal componente del cuerpo humano, además de ser al que le corresponde facilitar funciones como la digestión o la eliminación de residuos. Se puede consumir directamente o en productos derivados.

Elijo dos alimentos recomendados que me falta comer y los incluyo en mi dieta diaria.

Docentes Victor. Manuel. Espejo / Yanina. Malla/ Josefa. Miranda .

Completo la frase:

Una alimentación saludable me sirve para...

Escribe ¿Qué nos permite tener una alimentación saludable?

- Observo el siguiente cuadro, ¿incluí esos alimentos en mi dieta diaria?

<p>Desayuno Lácteos: Un yogur, un poco de queso o un vaso de leche. Cereales: Una tostada de pan con aceite de <u>oliva</u>(la mejor grasa que pueden tomar). Fruta.</p>	<p>Almuerzo Cereales: pasta, arroz, patatas o legumbres son ideales para preparar el primer plato. También un poco de pan para acompañar. Proteínas: de segundo, carne o pescado, fomentando el consumo del segundo. Nunca deben faltar a la hora de la comida. Verduras: para acompañar o formar parte del primero y el segundo plato. En verano, el gazpacho es lo más completo. Agua: debe ser la bebida habitual del niño. Los refrescos se reservarán para ocasiones especiales. Sal: usar preferentemente la yodada y no abusar de ella. Grasa: el aceite, siempre de oliva Fruta: para el <u>postre</u> una pieza o un zumo natural.</p>
<p>Merienda Lácteos: si por la mañana se ha tomado yogur, ahora un vaso de leche o queso, para que el niño coma variado. Cereales: unas galletas, frutos secos o un bocadillo. Fruta.</p>	<p>Cena Verduras: en <u>ensalada</u>, menestra, puré, crema... cualquier forma es válida. Proteínas: <u>huevo</u> (uno al día) , carne, pescado... Es bueno, cambiar respecto a la proteína que se ha comido al medio día. Fruta: de postre o en un zumo natural para acompañar la comida.</p>

- **Teniendo en cuenta el cuadro anterior completo el siguiente:**

Tiempo de comida	Allmentos y bebidas
Desayuno	
Refrigerio	
Almuerzo	
Refrigerio	
Cena	
Otros alimentos, bebidas y golosinas	

:

- Busco una receta de una comida saludable y con recortes de revista la presento en una hoja y la decoro con elementos que tenga en casa.

EDUCACIÓN FÍSICA

Incorpora 2-3 frutas diarias, vegetales y abundante agua. **Evita** las grasas y alimentos procesados como patitas, chichitos, fiambres.

Docentes Victor. Manuel. Espejo / Yanina. Malla/ Josefa. Miranda .



Realiza diariamente ejercicio.

Entrar en calor: Realiza el trabajo específico de la guía anterior para recordar lo visto y hecho.
Hacer 20 abdominales, 20 espinales y 20 sentadillas.

Trabajo específico: Comenzar con una pelota (en lo posible que pique) y algunas botellas para usarlas de marcas:

- Avanza hacia atrás 5 pasos picando la pelota con una mano y al trote, volver picando hacia adelante normal. Repite 10 veces el ejercicio.
- Coloca en el piso marcas cada 2 metros en línea. Hacer lo más veloz posible zigzag hacia adelante y volver despacio hacia atrás también en zigzag.
- Con las mismas marcas en el piso hacer zigzag y al llegar a la última marca hacer un lanzamiento a algún elemento (Ej. Una botella).



DIRECTORA: MARÍA. ESTELA. CARBAJAL.

VICE-DIRECTORA: SILVIA. OVIEDO

Docentes Victor. Manuel. Espejo / Yanina. Malla/ Josefa. Miranda .