

Escuela: Nocturna Monseñor Audino Rodríguez y Olmos

Docente: Marisa Gomez

Ciclo: 1º y 2º

Turno vespertino

Guía N°3

Título: “Cuidamos nuestro cuerpo y la salud”

Contenidos:

Lengua: Coherencia y cohesión de los textos. Paratexto: Lectura de imágenes. Lecturas de textos informativos (ESI). Sonidos iguales que pueden escribirse con dos o más letras (c, k; b, v; y, ll).

Matemática: Reconocimiento de números naturales hasta 100. (2º Ciclo hasta 1.000). Representación de la serie numérica. Valor posicional. Operaciones: adición y sustracción. Elaboración de escalas ascendentes y descendentes de 2 en 2, de 5 en 5 y de 10 en 10. Figuras geométricas: Características y elementos.

Ciencias Sociales: La casa y la escuela como espacios geográficos vividos. Las actividades económicas de la zona o barrio.

Ciencias Naturales: Conozcamos nuestro cuerpo (ESI). Cambios corporales.

Tecnología: Reciclado de material descartable.

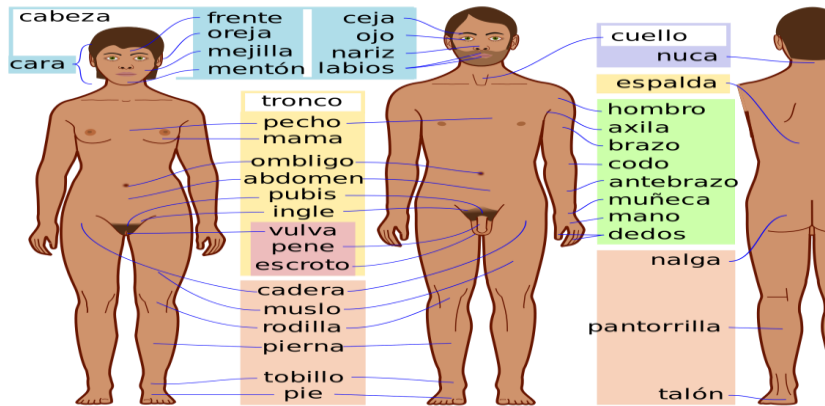
Formación Ética y Ciudadana: Resolución de conflictos a través del diálogo y el respeto. Valores sobre su cuerpo y el de los demás.

Formación para el trabajo: Trabajadoras y Trabajadores.

.....

Actividades

Observa la siguiente imagen y estudia con atención las distintas partes del cuerpo.

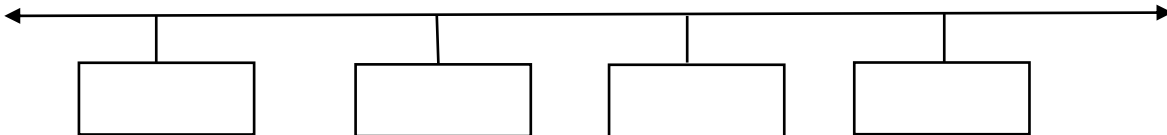


Si no puedes imprimir la imagen, te invito a que realices el dibujo o recortes y pegues de revistas o diarios, una imagen del cuerpo humano femenino y masculino. Luego anotes las distintas partes del cuerpo como indica la imagen de referencia.

Lee la siguiente información

La adolescencia es una etapa más de la vida en cada persona. La primera es la infancia, continúa con la adolescencia y sigue con la edad adulta y la vejez.

Anota en la siguiente línea del tiempo las etapas del ciclo de la vida.



Aprendo más:

Cambios biofisiológicos

Cambios masculinos:	Cambios femeninos
Aparece bello facial (bigotes y barba) Posible acné La voz falla y se hace más grave Los hombros se ensanchan	La piel se vuelve más grasa Aumenta el peso y la altura Aparece el bello en las axilas Crece el vello púbico

-Produce en tres oraciones los cambios que pudiste observar en tu cuerpo. Puedes anotar otros cambios que no aparecen en el punto anterior.

-Lee el siguiente texto con mucha atención, es un fragmento de una autora llamada Dani, extraído de su blog "Amor propio".

Cómo aprendí a amar mi cuerpo sin cambiarlo

Un día vi un meme que decía “Cuando te desvistes antes de tomar un baño y das un vistazo de ti mismo en el espejo” y tenía una foto de una masa sin forma, llena de llantitas. Y yo pensé “jaja sí, totalmente”. Me sentí identificada y estoy segura que un montón de chicas más también.

Acostumbramos reírnos de nuestros “defectos” porque eso los hace manejables, y está bien. ¡Hay que saber reírse de uno! Pero ser rellenita, tener llantas, celulitis, o más bien ser muy delgadita no es un defecto. Es una característica de nuestro cuerpo, pero eso no significa que no lo podamos amar igual. No lo hace mejor ni peor, solo diferente.

1) Hice una lista de las cosas que yo sentía que estaban bien, más o menos, o mal, en mi cuerpo.

Gracias a esa lista me di cuenta de que:

1. No eran tantas cosas como yo pensaba las que estaban mal.
2. La lista era más extendida del lado de las cosas buenas.
3. Las “malas” no eran realmente “malas” ni tampoco nada grave como para sentirme mal por eso.

Eso me puso a pensar que tal vez mi imagen propia Sí estaba dañada y que probablemente la forma negativa en la que me estaba valorando era errónea.

2) Empecé a repetirme afirmaciones positivas sobre mi cuerpo, sobre todo de las partes que no me gustaban.

Al principio, como les dije, se sentía ridículo. Decirme a mí misma “¡me encanto! ¡hoy amanecí demasiado linda! ¡amo mis brazos, amo mis piernas, amo mi cuerpo!”.

Hasta que luego, casi que, por magia, mis palabras abrieron el camino a los pensamientos positivos y me lo empecé a creer.

-Realiza una lista mental, al igual que Dani, de cosas que te parece que están bien, más o menos, y mal en tu cuerpo. Luego llega a una conclusión, y escríbela en cuatro oraciones.

Mis espacios

- Desde casa realicé una compra por internet, antes de continuar con la operación tuve que llenar los siguientes datos acerca de mi domicilio para que llegue a casa en forma correcta.

Domicilio

Código postal:

Calle: *

Número: * Sin número.
Usa solo números.

Datos adicionales:
Ej.: Piso 8, Departamento 6.

Entre Calles:
O alguna referencia que creas útil para que encontremos el lugar.

Referencia:
Ej: fachada verde, puerta blanca.

Provincia: *

Barrio: *

Nombre de contacto: *
Ingresa el nombre y apellido de quien recibirá el producto

Teléfono: *
Puede ser fijo o móvil. Ej: (11) 4323-4556.
Estará impreso en la etiqueta de envío por si el correo necesita contactarse.

- Realiza un plano de la escuela, teniendo en cuenta la distribución de los distintos espacios.
- Realiza una lista de los espacios que ubicaste en el plano. Luego ordena las palabras alfabéticamente.
- Anota las personas que trabajan en la escuela y qué funciones cumplen en la misma.

Ej. Directora	Organiza y coordina la escuela

Aprendo más

- Lee y memoriza las siguientes (reglas ortográficas) para escribir correctamente.

✓ Escribir, y todos los verbos que acaben en bir, (percibir, concebir, sucumbir etc.), se escriben con b, menos los verbos, hervir, servir y vivir, que se escriben con v.

✓ Como sabemos, para escribir usamos las palabras, y las palabras son la unión de las sílabas, si las relacionamos entre sí, será más fácil recordar que las tres palabras (y sus derivados), escribir, palabra y sílaba se escriben con b.

✓ ¿Se fijaron que las estaciones del año se escriben con v? Invierno, primavera, verano.

✓ ¿Sabes que todos los números, nueve, diecinueve, veintinueve, etc. son todos con v?

✓ ¿Y qué los meses del año se escriben con b? Febrero, abril, septiembre, octubre, noviembre, diciembre. (noviembre lleva la v y la b), porque las palabras que contienen las sílabas, bra, bre, bri, bro, bru siempre se escriben con b.

Hay palabras como es el caso de botar o votar, que según se escriban con v o con b tienen diferente significado, por eso debemos poner mucho cuidado y prestar atención al contexto de la frase para escribirlas bien. Por ejemplo:

Fuimos a votar a las urnas, (dar nuestro voto a alguien).

- ¿V O B? Completa con la letra correcta las siguientes oraciones.

No dejes que las __erduras hier__an mucho tiempo. Las acompañaremos con hue__os re__ueltos.

El __ueno de Bernardo __ino a __uscar su li__reta para escri__ir un dictado.

Mi __ecina siempre lo dice: "Vi__e y deja __ivir".

Perci__o un cierto olor a quemado que pro__iene de aquella vi__ienda.

Sigo aprendiendo otras reglas ortográficas.

Se escriben con Y, las formas de los verbos terminados en uir.

Ejemplos: contribuir - contribuyo, distribuir - distribuyen, construir - construyen.

Se escribirá Y, al inicio del sonido yer.

Ejemplos: yerno, yerbal, yerbatero, yerba, yermar, yerro

Se escriben con LL, las palabras terminadas en illo, illa, sus compuestos y derivados.
Ejemplos: cepillo, vainilla, maravilla, palillo, cuchillo, semilla, peinilla, vajilla.

-Tacha la palabra incorrecta.

CABALLO- LLEGUA- YOGA- YORAR- JOLLA- CAMELLO- YUVIA- LLAMA- MALLOR- PLAYA

-Recorta y pega 5 números de dos cifras y 5 números de tres cifras. Luego anota la escritura de cada número.

-Pide a un miembro de tu familia que te dicte 6 números. Luego ordena los números dictados de mayor a menor.

-Escribe en el cuadro los resultados de estas sumas.

$$10+5= \quad 30+5= \quad 50+5=$$

$$70+5= \quad 90+5= \quad 20+5=$$

$$40+5= \quad 60+5= \quad 80+5=$$

-Escribe en el cuadro los resultados de estos cálculos.

$$71+10= \quad 70+1=$$

$$71-10= \quad 70-1=$$

$$49+10= \quad 50+1=$$

$$49-10= \quad 50-1=$$

- ¿Qué número hay que sumarle a 57 para obtener 67?.....

- ¿Qué número hay que restarle a 82 para obtener 72?.....

- ¿Qué números hay que sumarle o restarle a 18 para obtener 8? ¿Y 19? ¿Y 28?.....

- ¿Es cierto que, si a 25 le sumas 20, el resultado es un número que termina en 5?.....

A TENER EN CUENTA: UNA DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS PARA COMBATIR LA PANDEMIA COVID-19 ES QUEDARTE EN CASA.

Situaciones problemáticas en algunos hogares.

-Lee con atención y resuelve

Graciela envasó 25 frascos de dulce de tomate, 10 de dulce de durazno y 5 de dulce de frutilla. ¿Cuántos frascos envasó en total?

Planteo

Respuesta: _____

-En casa de Martín, sus hermanos y él para estar saludables realizaron la lista de ejercicios que el profesor les envió. En la mañana hicieron 30 abdominales, en la tarde 42 flexiones de brazos y por la noche 25 saltos en la soga. ¿Cuántos ejercicios hicieron en total?

Planteo

Respuesta: _____

-Anota en forma de lista las figuras geométricas vistas en actividades anteriores. Escribe una o dos características de cada figura.

-Ahora dibuja cada figura geométrica, y anota un hábito saludable para el cuidado de tu cuerpo y salud.

-Completa los números que Martín repetía en escalas de 2 en 2, de 5 en 5, y de 10 en 10 mientras saltaba en la soga.

0- 2-.....-.....-10-.....-.....16-.....-20.

0- 5-.....-.....-.....-30-.....-40-.....50-60.

1-10-.....-30-.....40-.....60-.....80-.....100.

ACTIVIDAD 3

Cuando usted desea conocer a una persona seguramente se hace una serie de preguntas. Además de su nombre y su apellido, además de su edad y el lugar donde vive es muy probable que a usted le interese saber en qué trabaja esa persona.



¿Por qué, para conocer a una persona, es importante saber en qué trabaja?

En nuestro país, millones de personas trabajan diariamente.

Algunas de ellas tienen la misma ocupación durante toda la vida. Otras cambian varias veces de empleo. Hay personas que tienen una única ocupación. Otras trabajan en dos o tres empleos.

También es cierto que hay muchas personas que actualmente no tienen trabajo. Algunas de estas personas quedaron sin empleo. Otras buscan conseguir su primera.

ACTIVIDAD 4

Usted seguramente es ama de casa, obrera u obrero, empleada o empleado, trabaja por su cuenta o no tiene, por ahora, trabajo.

Si usted actualmente tiene empleo, ¿cuál es su trabajo?

Si usted por ahora no tiene empleo, ¿ha trabajado anteriormente? ¿En qué actividades?

Si hasta el momento no ha trabajado, ¿en qué trabajo usted cree que podría desempeñarse?

Charla con un miembro de tu familia:

¿Qué hacen con las sustancias orgánicas, por ejemplo, yerba usada, cáscaras de verduras y frutas, restos de comida, saquitos de té?

PARA SABER MÁS El compost es una mezcla de materia orgánica y minerales para fertilizar y acondicionar la tierra.

MANOS A LA OBRA Con material reciclado arma un compost en casa. La seño te envía un artículo con los pasos para realizarlo. (como armar una abonera en 5 pasos)

<https://intainforma.inta.gob.ar/como-armar-una-abonera-en-5-pasos/>