



- **ESCUELA:** E.E.E Y FORMACIÓN LABORAL ALFREDO FORTABAT
- **DOCENTE:** FRANOVICH MARIA BELÉN
- **GRADO:** 2º GRADO “B”
- **CICLO:** 2020
- **NIVEL:** PRIMARIO
- **TURNO:** TARDE
- **ÁREA CURRICULAR:** ÁREAS INTEGRADAS
- **DÍAS:** LUNES Y MARTES - JUEVES Y VIERNES
- **TÍTULO DE LA PROPUESTA:** **“Pronto estaremos todos juntos”**
- **CONTENIDOS:**
Óvalo nutricional – Lectura comprensiva - Uso del diccionario- Separación de palabras en sílabas – Situaciones problemáticas – Sistema Monetario Argentino.

Actividad 1:

Lee y observa la siguiente lectura.

“Óvalo nutricional”

El **Óvalo Nutricional**, refleja la variedad de alimentos que debemos incorporar a diario en nuestra dieta. La forma de lectura de dicho óvalo, se conforma por 6 grupos y su consumo debe ser en mayor cantidad, los primeros grupos, en menor cantidad los últimos y como mayor consumo entre ellos el **AGUA**:

1º Grupo: Lo conforma las **legumbres secas** (arvejas, lentejas, porotos, soja, garbanzos), **cereales** (arroz avena, cebada, maíz y trigo), **y pastas** (harina, fideos, pan o galletitas).

2º Grupo: Verduras y frutas.

3º Grupo: Leche, yogur y queso.

4º Grupo: Carnes, pescados y huevo.

5º Grupo: Aceites y grasas.

6º Grupo: Dulces Y azúcares.

El consumo recomendado, de cada uno de estos grupos dependerán de la energía que gasta cada persona, teniendo en cuenta; edad, sexo y actividad física.



A- Busca en el diccionario la palabra nutrición

NUTRICIÓN:.....
.....

B-Responde

- ✓ ¿Qué refleja el óvalo nutricional?
- ✓ ¿Cuántos grupos hay?
- ✓ ¿Es importante consumir agua? ¿por qué?

C- Separa en sílabas las siguientes palabras.

Pasta – jugo- pollo - helado

ACTIVIDAD 2

A- Escribe 3 alimentos saludables, y 3 no tan saludables.

B-Una según corresponda, cada alimento según su grupo.

Leche	6º grupo
Fideos	2º grupo
Lenteja, poroto	5º grupo
Arveja	1º grupo
Tomate, melón	3º grupo
Pan, arroz	4º grupo

B- Recorta, pega o dibuja, 2 alimentos que consumís frecuentemente y escribe el número al grupo que pertenece.

ACTIVIDAD 3

Resuelve

- A- Carla compró, 1 paquete de arroz a \$45, un paquete de sal fina a \$15, y tres naranjas a \$30.
- ¿Cuánto se gastó en total?
 - ¿Si pagó con un billete de \$100, cuánto le dieron de vuelto?
- B- Dibuja los billetes o monedas, según indique el precio de los siguientes alimentos.



\$50



\$53



\$82

ACTIVIDAD 4

- A- Busca, recorta y arma una rueda de los alimentos.
(Podes recortar imágenes en diarios, revistas o podes dibujarlos)

“ACORDATE DE TENER EN CUENTA LOS 6 GRUPOS”

ACTIVIDADES DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA

Actividad N°1: Movimientos articulares y circuito de fuerza” (Días lunes y viernes).

Entra en calor: Realizo círculos con brazos, primero derecho y después izquierdo, igual con piernas. 5´ (min).

1-Trote alrededor del espacio que tenga cada uno 10min.

2-Circuito de abdominales (25), fuerza de brazos (25), y espinales (25), y repito 3 veces. Elongación como en la actividades anteriores. 10min

Actividad N°2: Reglamento de hándbol

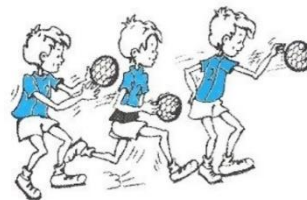
(Días lunes y viernes).

Duración del partido

1-El partido se divide en 2 partes, que a su vez se subdividen en 2 períodos de 10 minutos de juego, con 2 minutos de descanso entre ellos y 6 minutos entre parte y parte.

2-Disponen de todo este tiempo para disfrutar y pasarlo bien con sus compañeros. Pensar que el resultado es lo de menos; lo que realmente importa es conocer bien las reglas.

Está permitido mantener la pelota bajo control no más de 3 segundos y/o 3 pasos.



ACTIVIDADES DEL ÁREA TEATRO

Seguimos trabajando con *REGISTRO CORPORAL, ATENCIÓN Y COMUNICACIÓN*. Es importante para realizar ejercicios corporales, que dispongas tu cuerpo. Busca un lugar de tu casa que sea cómodo. Esta vez vas a requerir de un espacio amplio para poder desplazarte un poco, y la ayuda de un familiar, quien será el *coordinador* de esta actividad.

- 1) “*Desplazamiento*”. Comienza a caminar en una velocidad media por el espacio en diferentes direcciones (hacia adelante, atrás, izquierda, derecha). A las siguientes consignas tendrás que:

PALABRA STOP: TE DETIENES EN EL LUGAR

1 GOLPE DE PALMAS: SIGO CAMINANDO

2 GOLPES DE PALMAS: SALTO EN EL LUGAR Y SIGO CAMINANDO

3 GOLPES DE PALMAS: TOCO EL PISO Y SIGO CAMINANDO

El *coordinador* puede ir intercalando y variando las consignas de arriba. Cuando es STOP el cuerpo tiene que estar totalmente detenido, este ejercicio es para caldear el y movilizar el cuerpo por el espacio, puedes repetirlo hasta que recuerdes cada consigna con la acción que tienes que realizar.

a) Puedes realizar todas las acciones juntas, seguidas. Y si te animas con distintas calidades: *lento, rápido, cortado, stop*.

2) “*Acciones*”. Teniendo en cuenta los movimientos que realizaste anteriormente (salto, toco el piso, me detengo), ahora realizarás acciones en las cuales puedes incorporar estos movimientos. Por ejemplo: *Salto para alcanzar un libro de la biblioteca; Salto para*

cabecear la pelota; Me detengo para atender el teléfono; Me detengo para verme al espejo y arreglarme la camisa; Me agacho para atarme los cordones; Tomo del piso una moneda que encontré; Arreglo la rueda del auto; Levanto las hojas del piso que se me cayeron del cuaderno.

- a) Puedes agregar más acciones totalmente distintas a estas o similares. La idea es que juegues creando tus movimientos y acciones.
- b) También puedes realizar una representación con todas las acciones anteriores, le puedes sumar objetos reales a las mismas.

ACTIVIDADES DEL ÁREA MÚSICA

- 1) En las actividades Musicales de hoy seguirán aprendiendo el ritmo con la percusión corporal, a través de este video: <https://www.youtube.com/watch?v=lr3C8tSv0U>. Como ven en el video son 5 ritmos, lo que sugiero es practicar un ritmo por día para lograr aprenderlo bien, luego del 5to día comenzarán a unirlos.
Aprendiendo
- 2) Aprendiendo los ritmos anteriores, pueden buscar una canción movida que les guste e incorporar alguno de estos ritmos con el cuerpo. También pueden agregar algún instrumento o golpear en un objeto para lograr sonidos distintos. El objetivo de esta actividad es ser creativos, no hacer las cosas bien ni perfectas, sino descubrir sonidos que les gusten y divertirse haciéndolo.
- 3) Una vez hayan hecho algo divertido y que les guste deben grabar un minuto de su creación y enviarla junto con la guía realizada.

Directora: Giovanna Marino