

**GUÍA PEDAGÓGICA DE RETROALIMENTACIÓN GRUPO N° 1**

**Escuela:** Diógenes Perramón Anexo CUE: 7000531\_01

**Docente:** Fuentes Mirta Noemí

**Grado:** Quinto Turno: Tarde

**Título:** “ **CUERPO SANO, MENTE SANA**”



**Áreas:** Matemática – Lengua -Ciencias Sociales – Ciencias Naturales – Formación Ética y Ciudadana – Educación Física –

**Contenidos:**

**Área Lengua:** Comprensión Lectora – Técnica de estudio: cuadro sinóptico Producción escrita

**Área Matemática:** Situaciones problemáticas – Proporcionalidad directa – Fracciones – Estadística: gráficos de barra.

**Área Ciencias Naturales:** Alimentos – Nutrientes – Dieta equilibrada y salud.

**Área Ciencias Sociales:** Nuevas organizaciones Sociales: Entidades internacionales - ONG

**Área Formación Ética y Ciudadana:** Opiniones y sentimientos frente a las problemáticas éticas abordadas: Derecho humano: Salud – Valor de la Responsabilidad –

**Área Educación Física:** Capacidades condicionales y frecuencia cardiaca

**Desafío:** Realizar un afiche informativo sobre “Cuidado de la Salud”

**Indicadores de evaluación para la nivelación:**

**Área Lengua:** - Diseña un afiche informativo.

- Organiza la información obtenida más relevante haciendo uso adecuado de la ortografía, prolijidad y claridad en el trabajo.

**Área Matemática:** -Resuelve problemas reales apoyándose en representaciones gráficas y comunicando resultados obtenidos.

**Área Ciencias Sociales:** - Identifica de forma clara instituciones que ayuden con problemáticas sociales reflexionando sobre sobre su importancia.

**Área Ciencias Naturales:** - Reconoce acciones responsables respecto al cuidado de la salud

**Área Formación Ética y Ciudadana:** - Justifica sus opiniones o plantea interrogantes sobre el tema de estudio.

**Área Educación Física:** - Reconoce qué es frecuencia cardiaca. – Toma su propia frecuencia cardiaca.

Actividades Lunes 9 de noviembre Área Ciencias Naturales

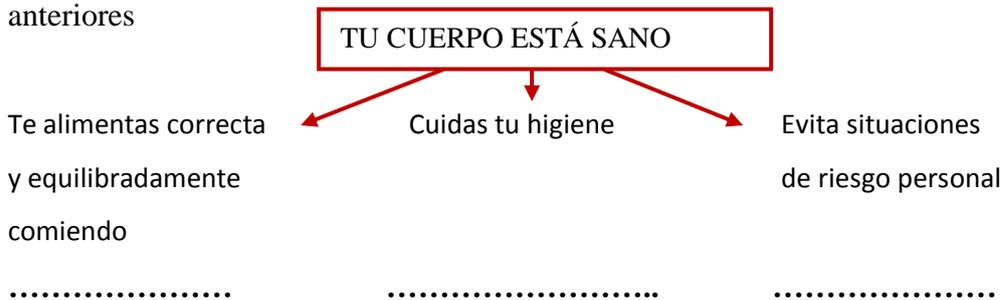
1)- Con lo trabajado en las guías anteriores reflexiona y contesta según tu opinión.

a) ¿Qué es cuidar la salud ?¿ por qué ?

b) Observa atentamente las siguientes imágenes, luego lee su explicación.



c) Completa el esquema con los cuidados para estar sano, que aparecen en las imágenes anteriores



2) **Desafío:** a) Te desafío al finalizar la guía a realizar un **afiche informativo**” Cuidado de la salud” donde colocarás lo más importante que aprendiste .

3) Para hacerlo recuerda los pasos a seguir para su organización.

a) *Define el tema a trabajar : “ Cuidado de la Salud “*

b) *Los subtemas o temas derivados del tema central , o temas visto en cada área de esta guía*

c) *Usa conectores para unir ideas o temas como llaves , flechas , palabras , etc.*

d) *Coloca por lo menos una imagen central.*

e) *Organiza el espacio en el papel: Definición de salud -Dieta equilibrada – Higiene - Resultado de la encuesta de forma gráfica -Entidades que ayudan o encargan del problema – Opinión sobre el tema – Imágenes –*

4.- Explica tu trabajo con una grabación , videollamada o un audio ( debes hacer toda la

guía de retraalimentación

## Martes 10 de noviembre : Ciencias Naturales

1) Teniendo en cuenta las guías N° 5 ,6, 10 y el siguiente material ,realiza las siguientes actividades

a) Confecciona un menú saludable que consumes en un día : desayuno- almuerzo – merienda – cena.

b) Escribe 5 normas de higiene para cuidar tu cuerpo.

c) Escribe otros 5 ejemplos para mantener un cuerpo sano .

## Miércoles 11 de noviembre

Áreas: Lengua -Ciencias Sociales – Formación Ética y Ciudadana.

1) En el cuaderno de Lengua:1) a) Pega el texto: Observa las imágenes con mucha atención. Lee el título y los subtítulos.

b) Lee el texto de forma completa y las veces que sea necesario (del siguiente texto podrás obtener la definición de salud y las ideas más importantes para realizar el afiche).

## El derecho a la salud

**Uno de los Derechos Humanos más importantes, estrechamente relacionado con el derecho a un nivel de vida digno y a un medio ambiente sano, es el derecho a la salud. La Organización Mundial de la Salud ha dado la siguiente definición: “Salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Este concepto amplio de salud permite considerar un conjunto de elementos que van desde la necesidad de asegurar la atención médica universal y gratuita hasta la importancia de la prevención y la convivencia solidaria, así como las políticas sociales que satisfagan las necesidades de la población, ya sean urgentes o de largo plazo.**

### UN ASUNTO DE TODOS

**E**l hecho de que las tres cuartas partes de la población mundial padezca hambre o esté subalimentada nos da la medida de un problema que nos incumbe a todos.

También nos hace pensar que, si no hay cambios profundos en las estructuras económicas, políticas y sociales del mundo, los problemas de alimentación y de salud continuarán y aun se agravarán.

Salud y alimentación: dos términos que no pueden separarse, ya que la salud de las personas está determinada por el hecho de que su demanda nutricional se vea garantizada.

### ¿PERO QUIÉN DEBE GARANTIZAR EL DERECHO A LA SALUD?

**C**orresponde a los gobiernos garantizar a los habitantes de su país el derecho a la protección de la salud, y el acceso general y universal a los servicios médicos.

Les incumbe también garantizar las condiciones de una **vida sana**, tanto en la ciudad como en el campo, promoviendo la **prevención** y el **deporte**, llevando a cabo **campañas de vacunación**, y asegurando **calidad ambiental** y el acceso a una **alimentación balanceada**.

### EL PAPEL DE LOS ORGANISMOS INTERNACIONALES

**O**rganismos internacionales como la OMS (Organización Mundial de la Salud), la FAO (Organización para la Alimentación y la Agricultura), la **UNICEF** (Fondo de las Naciones Unidas para ayuda de la infancia) y la Cruz Roja Internacional realizan una labor permanente de información, concientización y difusión de los problemas básicos concernientes al tema de la salud y el bienestar.

Asia y África son dos continentes azotados por el hambre y la miseria. Los organismos internacionales trabajan en ellos en forma permanente.



2) Luego de leer realiza las actividades que se indican.

- a) ¿Según la organización mundial de la salud, ¿qué es el DERECHO A LA SALUD”?
- b) ¿Qué fracción de la población padece de hambre o subalimenta?
- c) ¿Quiénes deben garantizar el derecho a la salud?
- d) ¿A través de qué se garantiza una vida sana?
- e) ¿Qué organismos internacionales puedes nombrar y qué función cumple frente a estos problemas?

3) Realiza un cuadro sinóptico, (actividades realizadas en la guía N° 9, N° 15 y N° 16) con el texto leído. Organiza las siguientes ideas importantes.

**Derecho a la salud – asunto de todos – garantizar el derecho – Organismos internacionales.**

4) a) Teniendo en cuenta el texto “El Derecho a la Salud”, escribe tu **opinión** con respecto a las acciones responsables para el cuidado del cuerpo y preservación de la salud. (Respetar las mayúsculas, los signos ortográficos) b) Realiza en borrador de tu producción, revisa, lee y pasa en limpio.

**Jueves 12 de noviembre: Ciencias Sociales:**

Copia, lee e investiga según se indica (1) En el texto “El Derecho a la salud “, se hizo referencia a Organismos internacionales: **OMS** (organización de la salud) **FAO** (organización para la alimentación y la agricultura) **UNICEF** (fondo de las Naciones Unidas para la ayuda de la infancia) y la **Cruz Roja** Internacional.

- a) Investiga las principales funciones de cada organismo (forma breve).
- b) Investiga qué son las **ONG** y escribe lo más importante \* Nombra algunas ONG de la Argentina. Elige una ONG y escribe a qué se dedica.

**Viernes 13 de noviembre:**

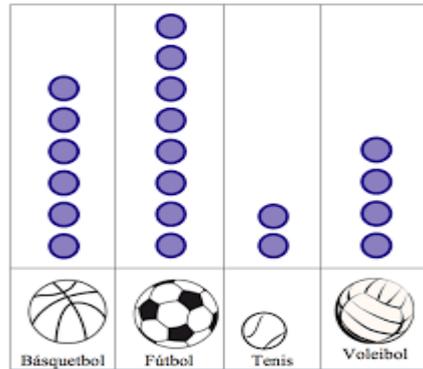
**Área Matemática:**

1) Teniendo en cuenta al deporte como un aspecto fundamental para tener un cuerpo sano, explica a tu familia lo visto hasta el momento y completa el gráfico de barra según la tabla de frecuencia. (Deberá estar presente en el afiche).

- En un club de Rivadavia se encuestó a muchas personas preguntando el deporte favoritos, sobre los seleccionados fueron: fútbol – vóley – básquet -tenis .

En la siguiente tabla están expresado los resultados teniendo en cuenta que:

Cada  representa 10 personas que respondieron a la encuesta.



Contesta

- ¿Cuál fue el deporte que MÁS eligieron?
- ¿Cuál MENOS elegido? ¿Cuántas personas fueron encuestadas?
- ¿Cuántas personas fueron encuestadas?

90				
80				
70				
60				
50				
40				
30				
20				
10				
0	BASQUET	FÚTBOL	TENIS	VOLEY

2) a) Expresa las cifras de forma gráfica en los círculos

Las tres cuartas partes del planeta tiene problemas de alimentación



Casi la mitad de los niños en Argentina no realiza actividad física



b) Piensa y Resuelve: Un niño de 1 a 9 años debe consumir 2 vasos de leche diariamente, recomendado por la asociación de Pediatría, si el vaso tiene la capacidad de 250 mililitros, ¿Cuánto **litros** debe tomar por día? ¿Cuántos litros debe tomar en una semana?

c) Completa el cuadro teniendo en cuenta lo recomendado por pediatras

Días	1	2	3	5	10	30
Cantidad en litros	1/2					

d) Lee, realiza los cálculos en tu cuaderno de matemática, resuelve y contesta:

El litro de leche cuesta \$ 80 ¿Cuánto dinero debo tener para comprar 10 litros?

### **Área Educación Física**

**Maestra de especialidades:** Solange Albornoz

**Contenidos:** Capacidad condicional. Frecuencia cardiaca.

Se conoce como frecuencia cardiaca (F.C.) al número de pulsaciones (latidos del corazón) por unidad de tiempo. Esta frecuencia se toma contando los latidos del corazón por minuto, cuyo número normal variará si se está en actividad o reposo. El pulso puede tomarse en distintos puntos corporales.



### **Capacidades condicionales y frecuencia cardiaca.**

#### **Actividades**

Para esta actividad debes tomar tu F.C antes de comenzar de la siguiente forma: elige uno de los puntos que muestra la imagen y cuenta los latidos de tu corazón durante 30 segundos, luego anota el resultado. Después dibuja una línea recta en el suelo o coloca una soga y salta de un lado al otro (como el juego mar y tierra), completando un tiempo de 30 segundos.

Cuando termines, corre a máxima velocidad una distancia de 6 metros (o lo que te permita el espacio físico de tu casa), ida y vuelta. Repite el ejercicio completo 4 veces (saltos más carrera). Vuelve a tomar la F.C durante 30 segundos.

Repite la actividad 2 días seguidos en la mañana y en la tarde. Recuerda tomar tu F.C antes de la actividad.

Registra los datos.

Días	1 antes de la actividad	2 antes de la actividad
Mañana		
Tarde		

Directora: Bigoglio, María Cristina