

Esc. Faustina Sarmiento de Belín - Quinto Grado - Nivel Primario - Retroalimentación

Guía Pedagógica N° 22 de Retroalimentación- Grupo 3-

ESCUELA: Faustina Sarmiento de Belín.

CUE: 700027500

DOCENTE: Ana María Turell

GRADO: 5º

CICLO: Segundo

Nivel: Primario

Turno: Tarde

ÁREAS INTEGRADAS: Lengua .Matemática. Formación Ética y Ciudadana, Ciencias Naturales.

Título: "Día a día, soy más saludable"

Contenidos:

Lengua: Escritura de textos con un propósito comunicativo determinado: Texto expositivo e instructivo. Planificación el texto en función de los parámetros de la situación comunicativa y del texto en sí. La participación en conversaciones sobre de interés general, sosteniendo el tema de conversación, realizando aportes que se ajusten al contenido y al propósito (dar su opinión y justificarla, formular preguntas y respuestas.). **Matemática:** operaciones. Situaciones Problemáticas. Operaciones. **Formación Ética:** El diálogo argumentativo como solución en situaciones conflictivas. La argumentación. **Ciencias Naturales:** Funciones de nutrición: Alimentos y nutrientes. Importancia de una dieta equilibrada para la alimentación adecuada. **Artes Visuales:** Formas geométricas. Colores: primarios y secundarios; fríos y cálidos. Técnica collage.

Indicadores de evaluación para la nivelación:

Lengua: Produce variados textos en situaciones de escritura teniendo en cuenta lo solicitado. Describe de manera escrita situaciones, objetos o procedimientos. Expone de forma clara y sencilla tareas realizadas. **Matemática:** Diseña diferentes alternativas de solución a problemas utilizando los cuatro tipos de operaciones. **Formación Ética:** Expresa de distintos modos sus conocimientos y argumenta, para explicar algún aspecto de la realidad en busca de soluciones. **Ciencias Naturales:** Comprende los beneficios de una alimentación saludable. Organiza una dieta equilibrada semanal. Advierte la importancia de incorporar una dieta balanceada a la vida diaria. **Artes Visuales:** Crea imágenes bidimensionales. Utiliza la línea, el color, y el collage para la creación de su producción. Diseña una agenda de menú saludable.

Desafío: Organizar y diseñar, una agenda semanal de dieta saludable, que incluya un decálogo de hábitos diarios, que contribuyan a la modificación y/o erradicación de hábitos alimenticios, no saludables y potencie buenos hábitos.

ACTIVIDADES:

DÍA 1: Lengua- Ciencias Naturales- Formación Ética.

1-Lee el texto de la siguiente página.

2- Extrae las ideas principales del texto y escribe un decálogo con consejos que te parezcan más importantes, para convertir el día, en una jornada saludable. Coloca el decálogo en la primera hoja de tu agenda semanal para no olvidar y practicar los consejos. Envía fotos del borrador para ayudarte en el proceso de escritura.



AGENDA DIARIA SALUDABLE

Empieza el día temprano, no seas de los que se levanta con el tiempo justo, para prepararse y salir a trabajar, o a la escuela. No duermas toda la mañana, hasta medio día porque pierdes el desayuno. Al levantarte lo haces con una actitud positiva, levántate feliz, con buena predisposición. Es muy saludable beber agua en ayunas, esperando alrededor de una hora para continuar con un buen desayuno. Dale más importancia al desayuno, ya que es la energía que necesitas para empezar el día. Hacer ejercicio por la mañana es muy importante. Sal a correr, o dar una caminata de media hora. Ya estás listo para salir al trabajo, o a la escuela y verás cómo todo es muy diferente.

Durante el día, no dejes pasar ninguna oportunidad para caminar, o subir escaleras. Realiza compras o mandados caminando, usa más tus piernas para moverte por la ciudad, cada día. No utilices ascensor, la escalera es muy buen ejercicio físico. Respeta el horario de las comidas. Es bueno hacer una colación entre comidas, por ejemplo, comer frutas, a media mañana y a media tarde. Comer ensaladas como primer plato en cada comida, con abundantes verduras y un buen aceite de oliva. No olvides de tomar agua, durante todo el día, acostúmbrate a llevar una botellita de agua, que puedas ir recargando. Toma dos litros aproximadamente para mantenerte hidratado.

Después de las obligaciones diarias en casa y en el trabajo, o en la escuela, busca momentos para jugar con amigos, hacer deporte, andar en bici, mirar alguna película buena, charlar con tu familia. Esto reduce el estrés y el cansancio del día a día.

Es importante tener fuerza de voluntad y motivación, sobre todo al principio. Toma la determinación de empezar a llevar una vida saludable. La voluntad y la motivación son los motores que nos van a dar la fuerza para continuar con nuestros propósitos. ¿Está dispuesto a cumplir con esta agenda diaria de hábitos saludables?

2- Completa el decálogo con consejos que falten y te parezcan importantes, para convertir tu día, en una jornada saludable. Coloca el decálogo completo, en la primera hoja de tu agenda semanal para no olvidar y practicar diariamente, estos consejos.

a-Recuerda: ¿Qué es un decálogo?

Un decálogo es un **texto que contiene diez frases, expresiones u oraciones, con las principales reglas y normas, que se deben seguir para el buen ejercicio de una actividad o profesión. El término decálogo proviene del griego “deka”, que es el número diez, y “logo” que se refiere a expresión o palabra.**

b-¿Qué otro tipo de decálogos conoces? ¡Manos a la obra! Ayúdate con las imágenes.

DECÁLOGO DE AGENDA DIARIA SALUDABLE

- 1- Levántate temprano en la mañana, para no perder el desayuno, ya que constituye la comida más importante del día.
- 2- Bebe agua en ayunas, una hora antes de tu desayuno.
- 3- Levántate con buena predisposición y alegría para comenzar el día.
- 4- Realiza las compras o mandados caminando, usa más tus piernas para moverte por la ciudad.
- 5- Realiza colaciones entre las comidas principales, media mañana y a media tarde.
- 6-
- 7-
- 8-
- 9-
- 10-

Envía fotos del decálogo completo.

3-Responde: a-¿Según el texto leído, cuál es la comida más importante?

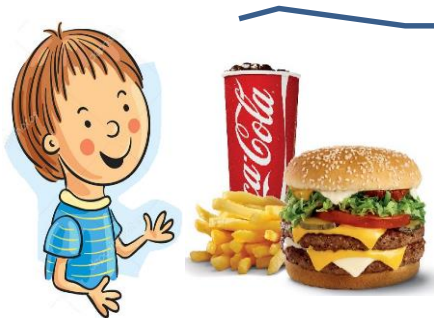
b-¿Qué son las colaciones?

d- ¿Cómo debes levantarte?

e-¿Cuántos litros de agua aproximadamente debemos consumir al día. ¿Por qué?

f- Escribe tres oraciones en un texto breve expositivo, explicando las ventajas de cumplir con una agenda diaria saludable. Envía foto del borrador para poder guiarte en el proceso de escritura.

g- Reflexiona y debate en familia. Tu mejor amigo insiste y discute sobre este menú:



¡Este es el mejor menú del mundo y el más saludable!

¿Qué le dirías? ¿Qué menú le propondrías para que resulte saludable? ¿Con qué bebida podía acompañar la comida? Con lo aprendido, defiende tu postura.

Día 2: Ciencias Naturales- Matemática

1-Cada integrante de la familia necesita una dieta para su necesidad ¿Puedes ayudarlos?

a- Sol



Yo necesito alimentos que me ayuden a crecer.

b-Federico





Yo necesito que mi cuerpo funcione mejor y se nutra mi cerebro para poder trabajar en mi oficina.

Esc. Faustina Sarmiento de Belín - Quinto Grado - Nivel Primario - Retroalimentación

2- Piensa un desayuno nutritivo para cada uno. Presta especial atención en el desayuno que constituye la comida más importante. Averigua los precios para poder realizar cálculos. ¿Cuánto se gasta en cada uno? ¿En quién se gasta más? ¿Cuánto más se gasta?

3- Les encantan estos desayunos:

<p>a- SOL</p>  <p>\$ 20 \$ 80</p>	<p>b- FEDERICO</p>  <p>Promoción desayuno: \$ 120</p>
---	---

a-Sol desayuna todos los días lo mismo. ¿Cuánto gasta su mamá para el desayuno de tres días y de cinco?

b-¿Si agrega una mandarina para adicionar cítricos a la dieta, cuánto gasta por desayuno? La mandarina cuesta \$ 15.

c- Federico trabaja en su oficina de lunes a viernes y desayuna inmediatamente al llegar, en el bufet de la misma. ¿Cuánto gasta en cinco días, en desayunos? Su jefe le entrega un vale de \$ 950 a la semana. ¿Le alcanza? ¿Le sobra? ¿Cuánto?

3- Te propongo variar el desayuno de Sol. A partir de la lista de productos con sus precios...

a-Confecciona otro menú nutritivo, para variar, y calcula sus costo.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						
\$ 20	\$ 25	\$ 30	\$29	\$25	\$ 30	\$ 67
						\$ 80
						¿?
						\$ 266

b- Distribúyelos, por día a las dos variedades de desayunos (la variedad propuesta, más la que tú creaste) y calcula el gasto de dos días.

ATENCIÓN: El cereal alcanza para siete desayunos. ¿Cuál sería el valor de la porción? El valor del jugo dependerá de la cantidad de naranjas o pomelos que utilices.

Día 3: Artes Visuales

Agenda para planificar una dieta saludable.

Para armar la agenda busca 2 pedazos de cartón de tamaño A4, esas serán las tapas. Luego pega en cada una hojas blancas, que sirvan de base para armar el diseño. Realiza 2 perforaciones en el costado izquierdo, para luego poder agregar hojas. Realiza un marco a la tapa, aplicando la técnica collage. Luego escribe el título, por ejemplo “Mi agenda saludable” y

Esc. Faustina Sarmiento de Belín - Quinto Grado - Nivel Primario - Retroalimentación

tu nombre. Ubica esos datos donde más te guste. Pinta con colores primarios y secundarios.



Para el resto de la tapa agrega distintos tipos de líneas y formas y pinta con colores fríos y cálidos. Si lo deseas puede agregar más materiales para obtener textura. Agrega hojas adentro, para poder escribir tu dieta saludable. Une todo con cinta, cordón o ganchos de carpeta. Las imágenes pueden servirte de ejemplo.

¡Crea tu propio diseño!

Día 4: Lengua

1- Trabajamos con el interior de la agenda por día. La primera hoja llevará el decálogo que completaste sobre hábitos saludables. En la segunda hoja deberás completar lo que falta, para cumplir con las cuatro comidas principales. Redacta un consejo saludable al pie de la hoja como muestra el modelo.

Recuerda que para realizar todas las actividades debes tener en cuenta lo que aprendiste y trabajaste con las guías anteriores, no dudes en revisarlas para aclarar ideas.



2- En el pie de la página, escribe un consejo o una frase que sea importante tener en cuenta.

Mira el ejemplo:



3- ¡Es hora de mostrar lo que aprendiste! Tu semana saludable.

- Coloca distintos colores para los días que acompañarás la dieta con ejercicios físicos.
 - Esfuézate en cumplirla para que todos sigan tu ejemplo.
 - Envía evidencias (fotos) a la seño que demuestren que cumpliste con el desafío propuesto.
- Expone en audio.

Día 5: Educación Musical

Docentes: Herrera, Jorge Abel

Docentes: Ana María Turell. Abel Herrera. Florencia Echenique.

Grado: 5º

Ciclo: segundo

Nivel: Primario

Turno: tarde

Área: Educación Musical

Título de la propuesta: “los instrumentos musicales de aplicación folclórica”

Contenidos: patrimonio cultural local, regional y/o nacional. Clasificación instrumental: cordófono, aerófono, idiófono, membranófono (según el elemento vibrante). Organología: diseño y construcción de instrumentos musicales. Clasificación vocal: femeninos o masculinos, adulto o infantil. Los modos y medios expresivos: la voz hablada y cantada.

Indicadores de evaluación para la nivelación:

Identifica diversas características de los instrumentos musicales de aplicación folclórica y la ubicación regional en que se utilizan tradicionalmente.

Desafío: elaborar una ficha informativa de un instrumento musical a elección, de la región cultural cuyo, identificando la clasificación, a la que pertenece el instrumento y sus partes.

Actividades:

1-Dibuja y nombra las partes del bombo y la guitarra. (Información en las guías N°18 y 19).

2-Nombra 3 instrumentos utilizados tradicionalmente en la región de cuyo y clasifícalos con los siguientes términos: idiófono, aerófono, cordófono o membranófono. (Guías N° 9 y N°17)

3-Nombra 3 instrumentos utilizados tradicionalmente en la región central y clasifícalos con los siguientes términos: idiófono, aerófono, cordófono o membranófono. (Guías n° 9 y 17)

4- Con lo estudiado, elabora una ficha informativa de un instrumento musical que elijas de los usados tradicionalmente en la región de Cuyo. Enumera su información (Nombre del instrumento, región en que se utiliza, clasificación a la que pertenece, material de construcción).

Nota: Si puedes, toma fotografías de la tarea terminada y compártela con tu docente de música.



Directora: Claudia Marisa Montoro