

Escuela Nocturna Primaria para Jóvenes y Adultos Fray Justo Santa María de Oro

Docente: Marcela Irrazabal

C.A.P.

Turno: Vespertino

Áreas: Lengua- Matemática- Ciencias Naturales

Título: ¡NOS INFORMAMOS!

Contenidos:

- **Comprensión Lectora. Fichas de Lectura**
- **Medidas de Longitud. Situaciones problemáticas.**
- **La Salud. Concepto. Derecho a la Salud.**

Guía Pedagógica N°3

Actividades:

1) Observe las ficha de lectura 1 y 2 y responda:

FICHA DE LECTURA N°1



OBSERVO Y CONTESTO:

1. ¿Cuál es la marca de este producto?
2. ¿Qué capacidad tiene este recipiente?
3. ¿Cuáles son sus dos principales componentes?
4. ¿Qué vitaminas contiene?
5. ¿Cuántos gramos de proteínas aporta por vaso?
6. ¿Es apta para celíacos? Redondee el logo que identifica a los productos aptos para celíacos.

FICHA DE LECTURA N°2

TOMATES RELLENOS CON ARROZ Y ATÚN:

Ingredientes:

- 6 tomates redondos (tamaño: medio, no muy maduros)
- 2 latas de atún
- 3 tazas de arroz blanco cocido frío
- 1/2 taza de aceitunas
- 1/2 cebolla picada fina
- 1 taza de mayonesa
- Sal a gusto
- Pimienta a gusto



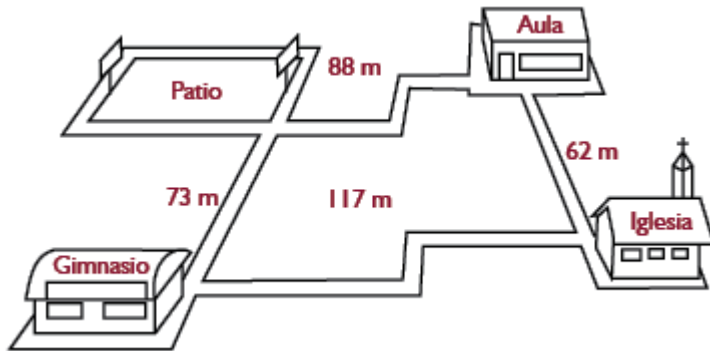
Preparación:

1. Lo primero que vamos a hacer es tomar, uno a uno los tomates, y les vamos a cortar la parte superior como si le fuéramos a hacer una tapa.
2. Luego, con una cuchara, haremos un hueco en el centro de cada tomate y quitaremos la pulpa y las semillas.
3. Una vez vacíos pondremos todos los tomates boca abajo sobre una asadera cubierta con servilletas de papel para que se escurran bien.
4. Por otra parte tomamos un recipiente de vidrio o plástico en el cual colocaremos el atún bien escurrido, el arroz blanco cocido, la cebolla picada, las aceitunas picadas, la mayonesa.
5. Mezclamos bien todos los ingredientes y condimentamos con sal y pimienta.
6. Ahora tomamos los tomates, los condimentamos por dentro con sal y los rellenamos con una cuchara.
7. Decoramos con hojas de laurel u hojas de lechuga o cebolla de verdeo picada.
8. Conservamos en la heladera.

OBSERVO Y CONTESTO:

1. A simple vista, ¿qué tres ingredientes son los más importantes de esta receta?
2. ¿Por dónde cortaremos los tomates?
3. La servilleta de papel, ¿para qué la utilizaremos?
4. ¿Se come fría o caliente?
5. ¿Cómo adornaremos al finalizar la preparación?

2) Imagine que está en el patio y debe ir a la iglesia. ¿Cuál es la ruta que le conviene tomar para llegar más rápido?



Observamos dos rutas que puede tomar:

* Calculamos, aproximando las distancias:

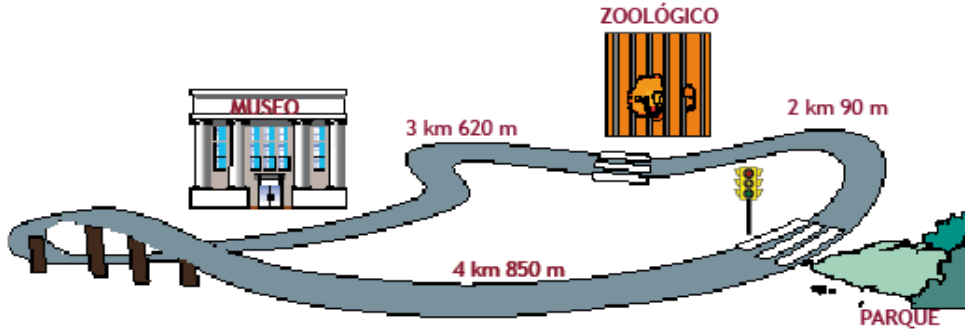
– Ruta por el aula: _____

– Ruta por el gimnasio: _____

* Comparamos: <

Le conviene tomar la ruta _____

3) Complete las distancias entre los lugares indicados:



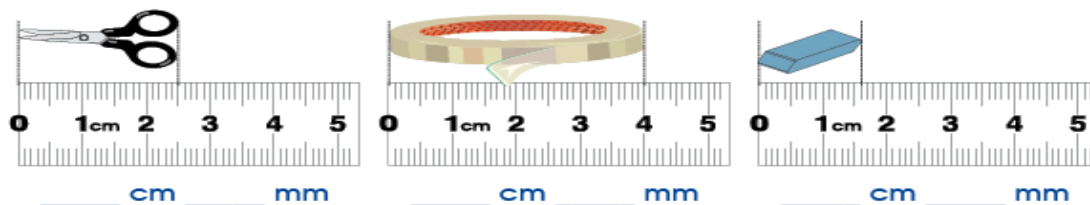
Del museo al parque, pasando por el zoológico _____ km y _____ m = _____ m

Camino del zoológico al museo: _____ km y _____ m = _____ km

Camino del parque al zoológico: _____ km y _____ m = _____ m

Camino del museo al parque sin pasar por el zoológico: _____ km y _____ m = _____ km

4) Observe cuánto miden estos objetos y complete.



Tres amigos recorrieron la siguiente distancia. Lea y convierta cada distancia a metros y conteste:

- Luis recorre: 2 km, 8 m y 40 cm

- María recorre: 4 km, 9 m y 60 cm

- Inés recorre: 5 km, 67 m y 90 cm

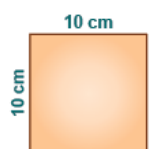
- a) ¿Cuántos metros recorrió Luis menos que Inés?

- b) ¿Cuántos metros recorrió María más que Luis?

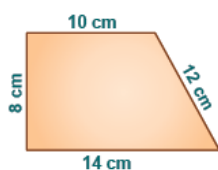
- c) Luis quiere recorrer 4 km. ¿Cuántos metros le faltan por recorrer?

“El perímetro (p) de una figura cualquiera, es igual a la suma de las medidas de sus lados.”

5) Calcule el perímetro.



p = _____
 p = _____



p = _____
 p = _____



p = _____
 p = _____

¿QUÉ ES LA SALUD?

Cuando hablamos de salud no solo se trata de la ausencia de enfermedades o de no sentir dolores y malestares físicos. La salud es un concepto amplio que comprende la posibilidad de gozar de una adecuada calidad de vida que incluya bienestar a nivel físico (tener acceso a la atención de la salud, a una alimentación suficiente y variada, etc.), psicológico (sentirnos bien emocionalmente, gozar de autoestima, etc.) y social (contar con una vivienda adecuada, con espacios de recreación y esparcimiento, con mecanismos de participación política, un trabajo digno, etc.)

6) Escriba las palabras en la columna que considere adecuada:

DIGNIDAD	CALIDAD DE VIDA	ACCESO A LA SALUD	PARTICIPACIÓN
SENTIRSE BIEN	EMOCIONES	AUTOESTIMA	TRABAJO
VIVIENDA	RECREACIÓN	ALIMENTACIÓN SUFICIENTE Y VARIADA	

BIENESTAR FÍSICO	BIENESTAR PSICOLÓGICO	BIENESTAR SOCIAL

¿La salud es un derecho?

La salud es un derecho humano que tiene toda persona. No importa la nacionalidad, la religión, el origen étnico, las ideas políticas, la situación social o económica

A partir del fragmento de la Declaración Universal de Derechos Humanos, reflexionar acerca de las situaciones de la vida cotidiana de una persona y su familia relacionadas con el derecho a la salud.

El Artículo 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos (Naciones Unidas) dice:
“Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad”

7) Hacer una lista de los derechos que se mencionan en el texto y agregar otros derechos que crea están relacionados con el derecho a la salud:

“El derecho a la salud está íntimamente relacionado y depende del ejercicio de otros derechos humanos, como el derecho a la vida, a estar libre de toda discriminación, a la igualdad, a la libertad personal, a la integridad personal, a la asociación, a reunirse y a la movilización, a la alimentación, a la vivienda, al empleo y a la educación”.

.....
.....
.....
.....
.....

8) Para intercambiar ideas con la familia y escribir:

Las personas con discapacidad son un grupo cuya **vulnerabilidad** requiere programas especiales, que permitan el acceso a centros de salud y a bienes y servicios sin discriminación.

¿Qué grupos de personas conocidas de su barrio, familia, entorno, etc. le parece que necesitan una protección especial? ¿Por qué?

.....
.....
.....
.....
.....

DIRECTORA: MARCELA IRRAZABAL