

GUÍA PEDAGÓGICA DE RETROALIMENTACIÓN Nº 23 (2)

Escuela: Dr. Guillermo Rawson

CUE: 7000601-00-

Docentes Víctor Manuel. Espejo/ / Yanina. Malla/ Josefa. Miranda/ Nadia Aguirre.

Grado: Sexto "A" Y "B" Ciclo: Segundo Nivel: Primario Turno: Mañana

Áreas curriculares: Matemática./ Lengua/ Cs. Soc. / Cs. Nat./ Tecnología/ Educ. Física/ Música/ Artes Visuales.

Título de la propuesta: "¡Cuánto hemos aprendido!

Contenidos: Matemática: Números naturales. Cálculos mentales. Escritura equivalente de un número. Situaciones problemáticas que involucren las cuatro operaciones. Fracciones. Ciencias Naturales: Los seres vivos: diversidad, interrelación y cambios. Los seres vivos y el ambiente nivel de organización de la naturaleza. Educ. Física: Elaboración y puesta en práctica de respuestas a situaciones problemáticas que involucren habilidades motrices manipulativas, combinadas y específicas, coordinación óculo manual. Exploración y disfrute de actividades para el cuidado del propio cuerpo, del otro y cuidado del ambiente natural.

Indicadores de logro: Matemática: Lee, escribe y compara números naturales, decimales y fracciones. Resuelve situaciones problemáticas aplicando con los números aprendidos. Ciencias Naturales: establece relaciones entre recursos alimenticios y la alimentación saludable. Educ.Física: explora y disfruta de la actividad física la cual contribuye al una vida sana. Artes Visuales: reconoce y trabaja con diferentes formas figurativas.

Desafío: Crear un video o que implique interpretar y resolver para una vida saludable.

Docentes Victor. Manuel. Espejo/ Carla. Gallardo / Yanina. Malla/ Antonella. Garrotti/ Josefa. Miranda .

MATEMÁTICA

Numeración

- Descubro qué número es.
- a) Estoy entre 5000000 y 7000000. Tengo tres unidades de mil. Tengo 6 unidades de millón. La cifra de las centenas es un el doble de 4.
- b) Ordeno los números anteriores de mayor a menor.

Proporcionalidad directa.

- Resuelvo las siguientes situaciones problemáticas.

La leche es un alimento vital en nuestra alimentación.

3. Una vaca da 65 litros de leche en 4 días
¿Cuántos litros debe dar en 16 días?
Si su producción es constante.

Litros de leche	Número de días
65	
130	
195	
260	

Proporcionalidad inversa

Pienso y resuelvo:

- A- Para mantener limpio el comedor de la escuela y que sea un entorno saludable, 4 porteros demoran 3 horas en limpiarlo. ¿Cuánto demorarán 8 porteros? Pienso y resuelvo:
- B- Para llevar una dieta adecuada, 10 familias tardan 16 días en consumir 150 kilos de frutas y verduras. ¿Cuánto tardarán 20 familias? ¿Y 40? Esa misma cantidad.

Familias	Días
10	16
20	
40	

- C- Para mantener limpio el comedor de la escuela y que sea un entorno saludable, 4 porteros demoran 3 horas en limpiarlo. ¿Cuánto demorarán 8 porteros?

Fracciones

- D- Pienso y resuelvo.
- E- a) Tres amigos se reunieron a comer una pizza. Alex comió $\frac{1}{2}$ de la pizza, Franco $\frac{2}{6}$ y Luis $\frac{1}{6}$. ¿Cuántas porciones comieron los tres juntos? ¿Sobró pizza?

Docentes Victor. Manuel. Espejo/ Carla. Gallardo / Yanina. Malla/ Antonella. Garrotti/ Josefa. Miranda .

ARTES VISUALES: Forma Figurativa

Observo el cuadro de alimentación saludable.

Dibujo en la hoja N 5.

Divido la hoja en cuatro partes. Hacer una viñeta; con sus dibujos y textos.

Pinto con fibras; marcadores; lápices de colores

CIENCIAS NATURALES:

Promoción de entornos saludables. Alimentación saludable.

- Leo con atención la información.

Alimentación saludable

Alimentarse en forma saludable significa comer una variedad de alimentos para que su hijo reciba los nutrientes (como **proteínas**, **carbohidratos**, **grasas**, **vitaminas** y **minerales**) que necesita para un crecimiento normal. Si su hijo come una gran variedad de alimentos básicos en forma regular, estará bien nutrido.

¿Qué tipos de nutrientes existen y cuáles son sus funciones?

Los nutrientes cumplen básicamente con tres funciones en el organismo: proporcionan energía para las actividades diarias, reparan y renuevan el organismo y, por último, regulan las reacciones químicas que se producen en las células.

Ahora bien, si se trata de describir los tipos de nutrientes que existen y sus principales cualidades, dicha lista debe incluir algunos como:

- ✚ **Hidratos de carbono:** también llamados *azúcares simples*, proporcionan energía al organismo, aunque su consumo debe ser moderado. Se encuentran en alimentos como el arroz, el pan o las pastas, entre otros.
- ✚ **Lípidos o grasas:** constituyen una fuente directa de energía para el cuerpo. Además, los tejidos adiposos protegen y sostienen los órganos vitales.
- ✚ **Proteínas:** son uno de los componentes básicos para dar forma a los huesos y los músculos, así como para suministrar energía al organismo. Están relacionadas también con el control del peso y la regulación del colesterol.
- ✚ **Vitaminas o sales minerales:** las encontramos principalmente en las frutas y las verduras. Intervienen en las funciones nerviosas y en la buena función y el correcto desarrollo de los músculos.
- ✚ **Agua:** es el principal componente del cuerpo humano, además de ser al que le corresponde facilitar funciones como la digestión o la eliminación de residuos. Se puede consumir directamente o en productos derivados.

Docentes Victor. Manuel. Espejo/ Carla. Gallardo / Yanina. Malla/ Antonella. Garrotti/ Josefa. Miranda .

Elijo dos alimentos recomendados que me falta comer y los incluyo en mi dieta diaria.

Completo la frase:

Una alimentación saludable me sirve para...

Escribe ¿Qué nos permite tener una alimentación saludable?

- Observo el siguiente cuadro, ¿incluí esos alimentos en mi dieta diaria?

<p>Desayuno Lácteos: Un yogur, un poco de queso o un vaso de leche. Cereales: Una tostada de pan con aceite de <u>oliva</u>(la mejor grasa que pueden tomar). Fruta.</p>	<p>Almuerzo Cereales: pasta, arroz, patatas o legumbres son ideales para preparar el primer plato. También un poco de pan para acompañar. Proteínas: de segundo, carne o pescado, fomentando el consumo del segundo. Nunca deben faltar a la hora de la comida. Verduras: para acompañar o formar parte del primero y el segundo plato. En verano, el gazpacho es lo más completo. Agua: debe ser la bebida habitual del niño. Los refrescos se reservarán para ocasiones especiales. Sal: usar preferentemente la yodada y no abusar de ella. Grasa: el aceite, siempre de oliva Fruta: para el <u>postre</u> una pieza o un zumo natural.</p>
<p>Merienda Lácteos: si por la mañana se ha tomado yogur, ahora un vaso de leche o queso, para que el niño coma variado. Cereales: unas galletas, frutos secos o un bocadillo. Fruta.</p>	<p>Cena Verduras: en <u>ensalada</u>, menestra, puré, crema... cualquier forma es válida. Proteínas: <u>huevo</u> (uno al día) , carne, pescado... Es bueno, cambiar respecto a la proteína que se ha comido al medio día. Fruta: de postre o en un zumo natural para acompañar la comida.</p>

- **Teniendo en cuenta el cuadro anterior completo el siguiente:**

Tiempo de comida	Allmentos y bebidas
Desayuno	
Refrigerio	
Almuerzo	
Refrigerio	
Cena	
Otros alimentos, bebidas y golosinas	

:

:

- Busco una receta de una comida saludable y con recortes de revista la presento en una hoja y la decoro con elementos que tenga en casa.

EDUCACIÓN FÍSICA

Docentes Victor. Manuel. Espejo/ Carla. Gallardo / Yanina. Malla/ Antonella. Garrotti/ Josefa. Miranda .

Incorpora 2-3 frutas diarias, vegetales y abundante agua. **Evita** las grasas y alimentos procesados como patitas, chichitos, fiambres.



Realiza diariamente ejercicio.

Entrar en calor: Realiza el trabajo específico de la guía anterior para recordar lo visto y hecho. Hacer 20 abdominales, 20 espinales y 20 sentadillas.

Trabajo específico: Comenzar con una pelota (en lo posible que pique) y algunas botellas para usarlas de marcas:

- Avanza hacia atrás 5 pasos picando la pelota con una mano y al trote, volver picando hacia adelante normal. Repite 10 veces el ejercicio.
- Coloca en el piso marcas cada 2 metros en línea. Hacer lo más veloz posible zigzag hacia adelante y volver despacio hacia atrás también en zigzag.
- Con las mismas marcas en el piso hacer zigzag y al llegar a la última marca hacer un lanzamiento a algún elemento (Ej. Una botella).



DIRECTORA: MARÍA. ESTELA. CARBAJAL.

VICE-DIRECTORA: SILVIA. OVIEDO

Docentes Victor. Manuel. Espejo/ Carla. Gallardo / Yanina. Malla/ Antonella. Garrotti/ Josefa. Miranda .