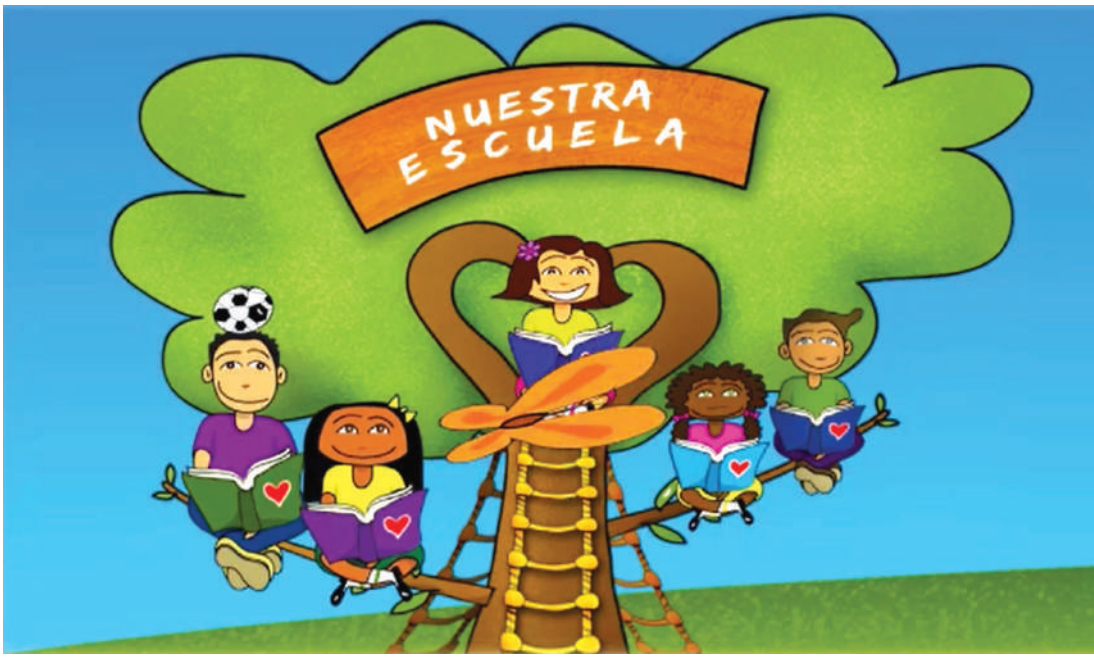
6º

SEXTO Primaria

Guía del Estudiante 5



Nuestra Escuela del Cuidado

FE Y ALEGRIA

RADIO SANTA MARÍA

Fe y Alegría República Dominicana
Javier Vidal, s.j.
Director Nacional

Coordinación pedagógica de la producción
Sonia Adames
Elvis Rodríguez
Rhadaisa Neris

Elaborada por:
Tatiana Merán Contreras
Cristina Dolores Ciprián
Fátima Yudelka Marmolejos
Jaqueline Martínez Abreu
Lissette Colón
Ydelisa Coplin
Ecolástica Hernández
Milagros Piñeyro
Israel Bautista
Sarah Mejía
Yesica Carolina Santana
Evelin Santos Díaz

Fe y Alegría República Dominicana
Calle Cayetano Rodríguez No. 114 Gascue.
Santo Domingo. D.N.
República Dominicana
www.feyalegria.org.do

Radio Santa María
Ave. Pedro A. Rivera Km 1.5
Aptdo. 55, La Vega
República Dominicana
www.radiosantamaria.net

Impreso en Santo Domingo, D.N
Julio, 2021.

Nuestra Escuela del Cuidado

Guía del Estudiante 5

FE Y ALEGRIA

RADIO SANTA MARÍA

Sexto de primaria

Cuidando la alimentación y la nutrición

Competencias específicas:

Lengua Española:

- **Comprensión y producción oral:** Comprende recetas que escucha para saber cómo se preparan platos del recetario mundial. Produce oralmente recetas para dar a conocer cómo se preparan platos del recetario mundial.
- **Comprensión y producción escritas:** Comprende recetas que lee para saber cómo se preparan platos culinarios del recetario mundial. Produce de forma escrita recetas para preparar platos culinarios del recetario mundial.

Matemática:

- **Comunica:** Comunica de forma oral y escrita sus razonamientos matemáticos donde interviene la utilización de números naturales.
- **Razona y argumenta:** Mide y estima la capacidad de diferentes recipientes.

  Mide y estima temperaturas utilizando termómetros graduados en grados Celsius, Fahrenheit y Kelvin

Ciencias de la Naturaleza:

- Diseña y aplica estrategias para comprender la nutrición con los sistemas del organismo.

Ciencias Sociales:

- **Localiza y analiza la hidrografía de los continentes**. Utiliza herramientas geográficas diversas para profundizar sus conocimientos sobre la hidrografía y el clima del mundo.

Expresión Artística:

- Utilizo diversas técnicas artísticas, al comunicar ideas, sentimientos y vivencias, ejercitando la imaginación creadora.
- **Apreciación Estética y Artística:** Analizo distintas expresiones artísticas, entendiendo las técnicas utilizadas, al valorarlas como medio de intercambio de ideas y de promoción de valores estéticos, humanos y sociales.

Educación Física:

- **Dominio Motriz:** Muestra dominio corporal en la realización de diversas actividades motrices en relación armónica y saludable con el espacio que le rodea y con las demás personas.

Formación Humana y Religiosa:

- Valoración de la vida y la dignidad humana en apertura a la trascendencia.

Lengua extranjera (Inglés):

- **Comprensión oral y escrita:** Produce discursos muy breves y sencillos, referentes a necesidades inmediatas y temas muy cotidianos.
- **Producción oral y escrita:** Produce discursos muy breves y sencillos, referentes a necesidades inmediatas y temas muy cotidianos.

Contenidos

Área	Concepto	Procedimientos	Actitudes y Valores
Lengua Española	La receta: función y estructura (título, ingredientes y preparación). Uso del se impersonal y de la tercera persona del presente de indicativo como forma de cortesía hacia el interlocutor al indicar los pasos de la preparación de la receta sin usar los mandatos directos. Uso de conectores de orden.	Utilización de la estructura de la receta (título, ingredientes, preparación), del se impersonal y de la tercera persona del presente de indicativo y conectores de orden, para comprender su contenido. Investigación sobre platos culinarios del recetario mundial en distintos libros de recetas. - Selección del plato que desea preparar. Enumeración de los ingredientes necesarios para preparar la receta. Escritura de borradores de la receta, ajustándose a la intención y estructura (título, ingredientes, preparación).	Aprecio de la importancia de conocer recetas para preparar platos nutricionales del recetario mundial que ayuden a conservar la salud. Aprecio hacia otras culturas a través de sus tradiciones culinarias. Respeto por el orden que deben llevar las instrucciones al llevar a cabo una receta.

Matemática	Patrones numéricos, números triangulares y cuadrados. Criterios de divisibilidad. Unidades de capacidad: la taza, la pinta, el galón, la onza fluida. Temperatura - Unidades de temperatura: grados Celsius, Kelvin, Fahrenheit	Identificación de patrones numéricos en los números naturales. Medición y estimación de temperaturas utilizando termómetros graduados en grados Celsius y Fahrenheit	Interés por comunicar ideas matemáticas de forma clara y coherente. Mide y estima la capacidad. Valoración de la utilidad de medir temperaturas y de conocer diferentes escalas para medirla.
Ciencias de la Naturaleza	Energía y conservación Nutrición.	Descripción y análisis sobre la relación entre la nutrición y la energía. Clasificación de los nutrientes de acuerdo a los tipos de alimentos.	Demuestra interés y curiosidad por los sistemas de órganos.
Ciencias Sociales	Hidrografía y clima de: Europa Asia África Oceanía	Investigación y lectura sobre la diversidad climática de las distintas regiones de los continentes Identificación de la relación de causalidad entre clima e hidrografía en el modo de vida de su población. Elaboración de maquetas y dibujos de las principales características del relieve e hidrografía de los continentes estudiados.	Actitud crítica ante la diversidad climática e hidrográficas de los contenidos.
Educación Artística	La composición visual: línea, punto, imagen, color, espacio	Dibujo y pintura utilizando la línea, punto, imagen, color y espacio como elementos de la composición visual.	Describe elementos de la composición visual, al apreciar una obra.
Educación Física	Habilidades motrices básicas: Manipulativas (lanzar, picar, rodar, halar, empujar, golpear, patear, atrapar, controlar objetos con diferentes partes del cuerpo).	Combinación de movimientos, formas, formaciones, direcciones y trayectorias de forma creativa. Aplicación de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas en la resolución de situaciones motrices cotidianas, deportivas y recreativas.	Reconocimiento de la importancia de la realización de actividades físicas para su desarrollo, bienestar y conservación de la salud.

Formación Integral Humana y Religiosa	Características de la niña y del niño.	Lectura interactiva de Mateo 18, 1-5, destacando la preferencia de Jesús por los niñas y niños. Elaboración de un listado de características de la niña y del niño por las que Jesús les pone como ejemplo.	Características de la niña y del niño.
Inglés	Hablar sobre hechos históricos Expresar Gramática - Verbo *be* en el pasado simple Verbos regulares en el pasado: *Salome Ureña founded the first school for young ladies in Dominican Republic.*	Narrar acciones y hechos pasados Identificación de personajes históricos y sus aportes más relevantes.	Motivación para aprender Ingles

Indicadores de logro:

Lengua Española

- Responde a preguntas (literales e Inferenciales) orales y escritas relacionadas con el contenido de la receta.
- Selecciona recetas de platos culinarios del recetario mundial para su elaboración y las realiza tomando en cuenta sus ingredientes y preparación.
- Escribe uno o varios borradores de las recetas de platos culinarios del recetario mundial, en los que se perciben cambios de forma y contenido en relación con la versión inicial y final del escrito.

Matemática

- Se interesa por comunicar ideas matemáticas de forma clara y coherente.
- Mide y estima utilizando medidas de capacidad.
- Construye y utiliza el termómetro en la medición de temperaturas en grados centígrados.

Ciencias de la Naturaleza

- Describe el proceso de nutrición como fuente de energía para los seres vivos, relacionando el metabolismo y la homeostasis.
- Asimismo, argumenta sobre la importancia de una dieta variada y saludable, y los riesgos de consumir sustancias que afectan la salud.

Ciencias Sociales

- Ubica en el mapa las principales cuencas hidrográficas de los continentes.
- Caracteriza el uso y el abuso de los recursos naturales y reconoce las propuestas para su protección.

Educación Artística

- Esmero en la aplicación de efectos artísticos en sus pinturas y dibujos.

Educación física

- Realiza diversas combinaciones de movimientos integrándolos en la ejecución.
- Salta realizando giros diversos sobre su eje vertical con piernas cerradas y abiertas y alternando un modo y otro en el despegue y la salida.
- Ejecuta movimientos de tonificación muscular tensionando y relajando los músculos de los segmentos corporales.
- Realiza de forma autónoma movimientos simples o combinados de sus segmentos corporales sin hacer pausa para ello.

Formación Integral Humana y Religiosa:

- Indica los riesgos y abusos a que se exponen las niños y niños que son sometidos a trabajo infantil.

Inglés:

- Solicita y pide información sobre acciones y hechos del pasado, utilizando frases y oraciones muy breves y sencillas.

Recursos:

Internet, computadora, celular, cámara, láminas, fotos, hojas sueltas, colores, textos, cuadernos de trabajos, materiales audiovisuales, diccionario, cartón, envases plásticos, mangueras o tubos, pistolas de silicón, colorantes alimenticios, agua, pinceles, temperas de color rojo y azul.

Motivación:

¡Hola, mis amigos y amigas de sexto grado!, Hoy es un día grandioso.

Continúo en este viaje del conocimiento, tengo buenas expectativas, pues acabo de salir de la cuarta guía con nuevos aprendizajes. Investigaré los títulos de los temas que voy a aprender durante este recorrido, me dijeron que en esta ocasión voy a profundizar el cuidado

en la alimentación y la nutrición; para esto, prepararé recetas de cocina para determinar la funcionalidad de los textos instructivos para comprenderla mejor. Es importante cuidar el uso de los conectores de orden y el verbo en su forma imperativa.

Por otro lado, conoceré patrones numéricos, números triangulares y cuadrados, criterio de la divisibilidad, y algunas medidas de capacidad, peso y temperatura que se usan al preparar las recetas. Profundizaré también sobre la importancia de una buena alimentación y nutrición; en ciencias sociales al ver la hidrografía de los continentes, me detendré en el uso y preservación de recursos naturales como el agua y su importancia para garantizar la nutrición en los organismos. También veré la composición visual: línea, punto, imagen, color, espacio y tendré juegos para seguir desarrollando las habilidades motrices manipulativas y además características de la niña y el niño.

¡Ven, acompáñame! Tenemos que seguir moviéndonos, para aprender más. Todo desde el punto de vista de “Maltrato cero, cuidado infinito”.

Preparo mi mochila

Actividad 1. Lo que esconde la imagen

Observo bien la imagen y relato con mis propias palabras lo observado.

Vuelvo a observar la imagen 1 y escribo ¿cuáles alimentos se consideran saludables y cuáles no son saludables?

Saludables	No saludables

Actividad 2. Rescatando mis conocimientos

Respondo las siguientes preguntas.

¿Qué alimentos puedo preparar utilizando estos ingredientes?

¿En cuáles alimentos de la imagen se observan las siguientes formas?:

Cuadrados: _____

Triángulos: _____

¿Qué son los alimentos?

¿A qué se llama alimentación?

¿Qué son los nutrientes?

¿En qué consiste la nutrición?

Agrupo los alimentos de la imagen 1 según su origen:

Origen animal	Origen vegetal	Origen mineral

Me pongo en marcha

Pre-lectura

Actividad 3. El Mangú dominicano

Respondo las preguntas

¿Cómo prepara mi familia el mangú?

_____

_____

_____

¿Qué sé del Mangú?

_____

_____

_____

¿Cuáles ingredientes lleva el mangú?

_____

_____

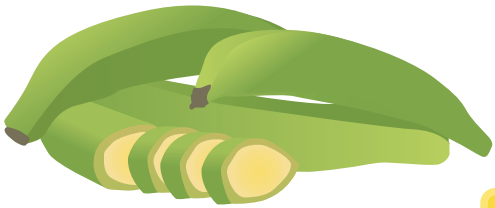
_____

Actividad 4. A preparar mangú

Leo y aprendo

Mangú

Tiempo de preparación:
20 minutos
para 3 personas



Ingredientes

- 6 plátanos verdes
- 1 cucharada de mantequilla o aceite de oliva.
- Media taza del agua donde se hirvieron los plátanos o media taza de leche
- Una cebolla morada mediana
- Sal al gusto

Preparación

- **Primero**, pon a hervir agua. Luego, pela los plátanos, lo cortas en mitades y lo echas en el agua que ya está en el fuego.
- **Segundo**, agrega la sal y deja hervir los plátanos hasta que ablanden.
- **Tercero**, separa los plátanos del agua y agrega un poco del agua donde se cocinaron los plátanos o puedes agregar un poco de leche, después, aplasta los plátanos hasta que se forme una crema, y agrega la mantequilla o un poco de aceite de oliva.
- **Por último**, corta la cebolla morada en tiras o rodajas y sofríe con un poco de aceite y vinagre y seguidamente, agrega al mangú.
- **Y listo…** Se puede acompañar con salami, huevos, queso, etcétera...

Actividad 5. Las recetas de cocina

Leo y profundizo:

Los textos instructivos

El texto instructivo tiene el propósito de orientar los procedimientos en forma detallada, clara y precisa para realizar alguna actividad ya sea simple o compleja. **Tipos de textos instructivos:** Recetas de cocina, manuales de uso, reglas de juego y procesos de experimentos.

Recetas de cocina

Es un tipo de texto instructivo donde se indican las diferentes maneras de preparar platos. La receta debe llevar una estructura o tres partes importantes:

- El título donde se indica el nombre del plato.
- Los ingredientes que se utilizarán en la preparación con las cantidades a utilizar.
- Las instrucciones de la elaboración, indicando el modo del prepararse.
- También se incluye información acerca del tiempo que necesita el plato para prepararse, el número de porciones, generalmente, una foto y en algunas ocasiones el modo de servirse.

Recomendaciones para escribir una receta

Primero, es importante definir el plato a preparar. Posteriormente, hay que hacer una lista de los ingredientes que se van a utilizar y, para terminar, se entregan las instrucciones, paso a paso, de cómo prepararlo.

En este tipo de texto no se hace ninguna referencia espacial o temporal, su lenguaje es más bien imperativo, lo cual hace referencia a las órdenes para alguna preparación, como, por ejemplo; “revuelve”, “hornea”, “bate”, etc., o en infinitivo como, por ejemplo; “sazonar”, “mezclar”, “servir’, etc. Así, se utilizará la segunda persona singular para referirte al lector.

Esta forma verbal permite que las personas que preparan recetas se mantengan atentos y consideren verbos específicos para actividad culinaria.

Finalmente es necesario establecer coherencia entre cada actividad a realizar, estableciendo un orden lógico en la secuencia de los hechos para la preparación de cualquier alimento.

Después de la lectura

Luego de leer el texto respondo algunas preguntas:

- ¿Qué observo?
- ¿Qué fue lo nuevo que aprendí en la lectura?
- ¿Cuál es el tema principal de la lectura?

Actividad 6. ¡Los verbos en la cocina!

Recuerdo

Los verbos son palabras que expresan la acción que ejecuta, el sujeto o el estado o proceso en el que se encuentra.

Verbos en infinitivo: es el verbo sin conjugar, es decir, esos verbos que terminan en **AR, ER, IR**. En la cocina se utilizan para indicar la acción de **Cocinar, hervir, pelar, amasar**, etc.

	AR	ER	IR
	cocinar	**comer**	**Hervir**
Yo	Cocino	Como	Hiervo
Tu	Cocinas	Comes	Hierves
Él/ Ella	Cocina	Come	Hierve
Nosotros	Cocinamos	Comemos	Hervimos
Ustedes	Cocinan	Comen	Hierven
Ellos/ Ellas	Cocinan	Comen	Hierven

Actividad 7. Verbos en infinitivo usados en la cocina

Busco la definición de estos verbos en el diccionario.

Agregar _____

Añadir _____

Asar _____

Cocinar _____

Colar _____

Cortar _____

Freír _____

Guisar _____

Hervir _____

Hornear _____

Mezclar _____

Pelar _____

Picar _____

Poner _____

Sacar _____

Sazonar _____

Verter _____

Actividad 8. Verbos en imperativo

Leo sobre los verbos que se utilizan en la cocina

El imperativo se utiliza para expresar órdenes, consejos, instrucciones o pedidos.

Dar instrucciones: agrega la mantequilla.
Dar consejos: cuida tu salud

Dar órdenes: lava los platos
Pedidos: ven a mi casa a cenar

Este modo no tiene conjugaciones en distintos tiempos verbales porque se formula en tiempo de la enunciación (mientras se está dando la orden).

Además, los verbos en imperativo no pueden formularse en primera persona ya que no se puede formular órdenes hacia uno mismo. Los verbos en imperativo se pueden formular de dos formas:

1. **Imperativo positivo:** expresa una orden
2. **Imperativo negativo:** expresa una prohibición

Imperativo +	Imperativo −
Cocine	No Cocine
Vierta	No Vierta
Coloque	No Coloque

Actividad 9. El imperativo en las recetas de cocina

Escribo el modo imperativo de estos verbos en infinitivo.

Agregar _____

Añadir _____

Asar _____

Cocinar _____

Colar _____

Cortar _____

Freír _____

Guisar _____

Hervir _____

Hornear _____

Mezclar _____

Pelar _____

Picar _____

Poner _____

Sacar _____

Sazonar _____

Verter _____

Actividad 10. Los conectores en la receta de cocina

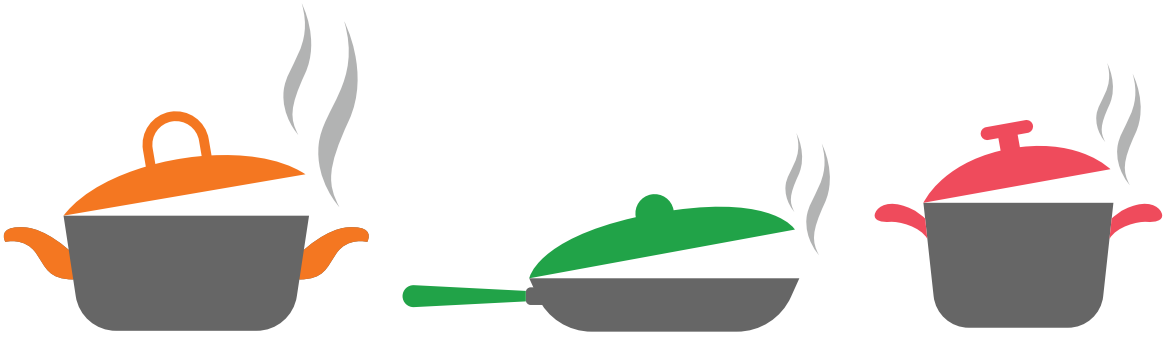
Leo detenidamente sobre los conectores de orden.

Los Conectores de Orden en las recetas de cocina son aquellas palabras o grupos de palabras que unen oraciones o grupos de palabras e indican orden. Ejemplos:

Primeramente
Seguidamente
En primer lugar
En segundo lugar
Entonces
Eventualmente
A la larga
A continuación
Y, por último.

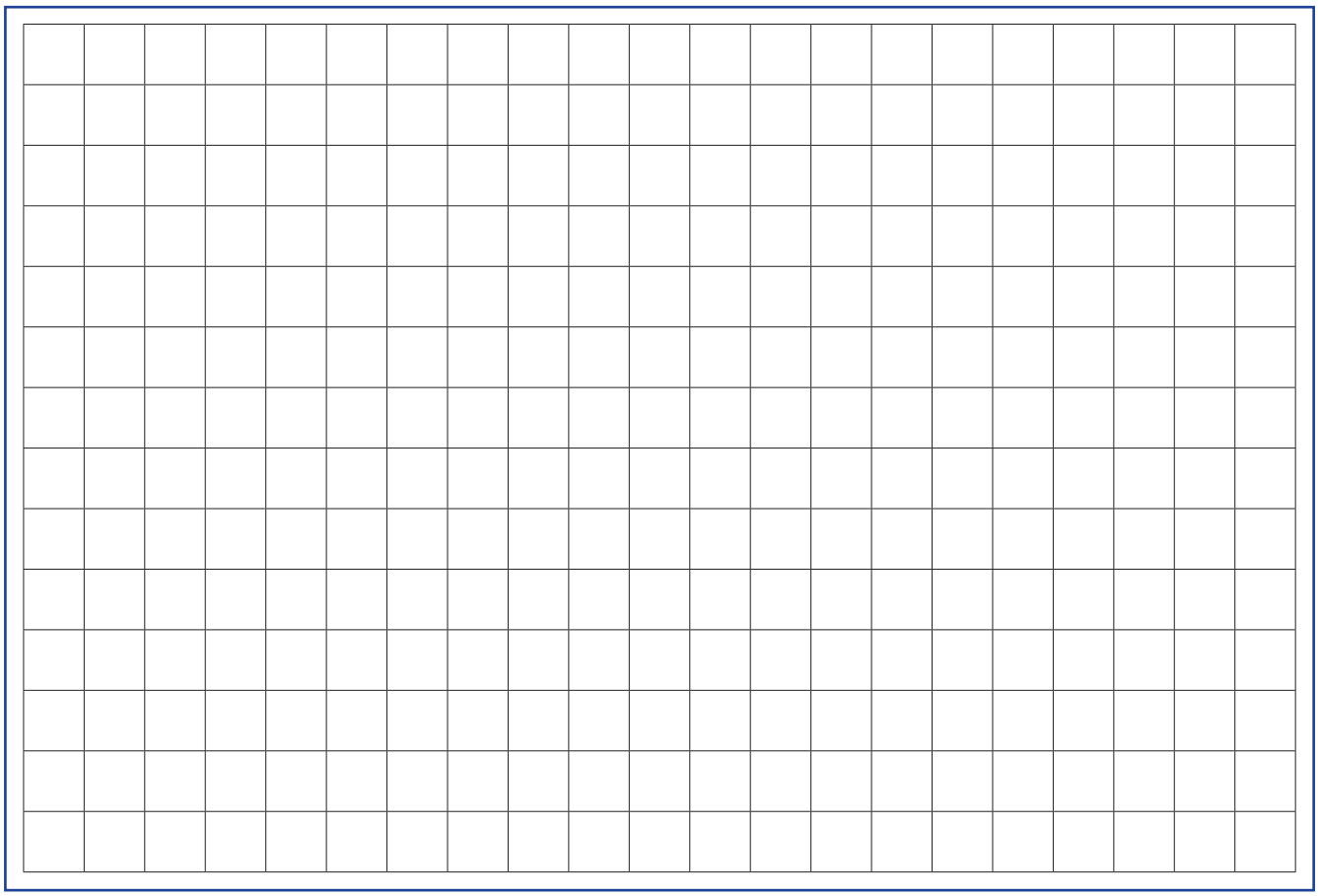
Escribo los conectores de orden que aparecen en la receta del mangú dominicano descrita anteriormente.

1	**4**
2	**5**
3	**6**



Actividad 11. Mi plato preferido

Utilizo la cuadrícula para dibujar la comida que comí o comeré hoy.



Actividad 12. Alimentos en mi plato

Describo cada uno de los alimentos que están en el plato que acabo de dibujar.

Actividad 13. El valor nutricional de mi plato preferido

Investigo sobre el valor nutricional de los alimentos, luego escribo en las líneas de abajo el valor nutricional de cada uno de estos alimentos que tiene mi plato favorito.

Alimentos	Valor nutricional

Actividad 14. Mi receta preferida

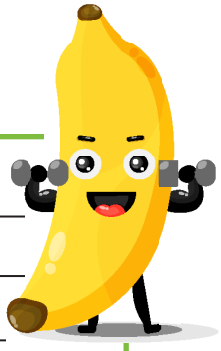
1. Escribo la receta para preparar mi plato favorito: ingredientes e indicación o preparación.

Ingredientes

Preparación

Actividad 15. Los verbos y conectores de mi receta

Escribo los verbos y los conectores que utilicé en la receta para preparar mi plato favorito.



verbos

conectores

Actividad 16. Los adjetivos y adverbios

Recuerdo:

Los adjetivos: son cualidades que se atribuyen a personas, animales o cosas. En esas cualidades se encuentran esas características que nos dan informaciones sobre quien se habla en determinados momentos, por ejemplo:

- Comida **buena**
- Mangú **delicioso**
- Menú **saludable**
- Papa **amarilla**
- Cebolla **morada**

Estas cualidades que están acompañando estos nombres definen sobre su persona.

El adverbio: es la parte invariable de la oración que modifica el significado del verbo, del adjetivo, de otro adverbio, por ejemplo:

Karla comió **aquí**. (de lugar)

El abuelo preparó mangú **hoy**. (de tiempo)

Leo para aprender sobre los adverbios.

Clases de Adverbios		
Tiempo	Expresan información sobre el momento en que se realiza la acción del verbo	Ahora, antes, mañana, tarde, mientras, aún, recién, cuándo, jamás, después, anoche, luego, siempre, ya, ayer, anteayer, entonces, temprano, todavía, hoy, antenoche, pronto, nunca.
Lugar	Expresan información sobre el lugar donde se realiza la acción del verbo	Acá, arriba, encima, afuera, adonde, aquí, cerca, abajo, junto, allí, allá, lejos, fuera, delante, enfrente, alrededor, atrás, dondequiera, dónde, ahí, dentro, detrás, debajo, donde.
Modo	Expresan información sobre la manera en que se realiza la acción del verbo	Bien, mal, despacio, rápido, fácil, apenas, deprisa, así.
Orden	Explican la manera en la que se realiza la acción en el verbo	Ante todo, para comenzar, primeramente, por último, en suma, finalmente, para resumir, por otro lado, por otra parte, a continuación, acto seguido, después, luego, desde (que), desde (entonces), a partir de, antes de, antes que, hasta que, en cuanto, al principio, en el comienzo, a continuación, por último.
Afirmación	Expresan certeza sobre la acción del verbo	Sí, cierto, verdaderamente, claro, realmente, ciertamente, seguramente, también.
Negación	Expresan negación sobre la acción del verbo	No, nada, tampoco, nunca, jamás.
Cantidad	Expresan información sobre la cantidad que implica la acción del verbo	Mucho, casi, menos, demasiado, mitad, más, excepto, salvo, cuanto, poco, tanto, algo, sólo bastante, medio, además, tan, muy, nada.
Duda	Expresan duda sobre la acción del verbo	Quizá, acaso, tal vez.

Actividad 17. Adjetivos para describir comidas

Construyo oraciones con los siguientes adjetivos.

Aceitoso_____

Ácido _____

Agrio _____

Amargo_____

Caliente _____

Crudo_____

Crujiente _____

Delicioso_____

Dulce_____

Duro _____

Frío _____

Grasoso _____

Insípido _____

Ligero _____

Picante_____

Quedado _____

Rico _____

Salado _____

Saludable _____

Sano_____

Seco _____

Actividad 18. Vamos a describir comidas

Uso los adjetivos para describir cómo están mis comidas.

Desayuno	Almuerzo	Cena
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Actividad 19. Los adverbios

Selecciono y escribo el adverbio que corresponda a cada oración.

1. La sopa está _____ de la mesa (Arriba, bonita, alto).

2. La estufa está _____ de la casa (demasiado, saltando, dentro).

3. _____ comí sancocho en la casa de mis abuelos (mañana, ayer, mucho).

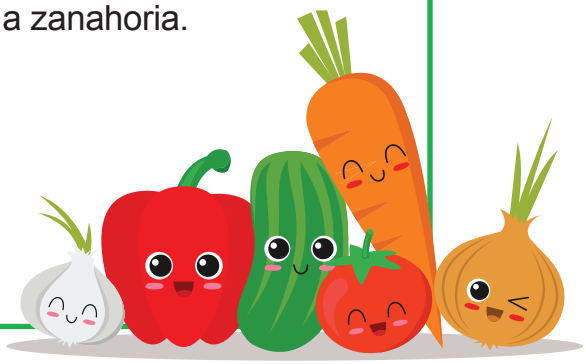
4. Mi mamá preparó _____ el Mangú para la cena (rápidamente, saltando, abajo).

5. El gato está_____ de mi plato (cerca, grande, poco).

Actividad 20. Adjetivos y adverbios

Completo las siguientes oraciones con los adjetivos o adverbios que se muestran a continuación. (Nunca, rojo, tarde, tampoco, más, cerca, bastante, agotada, mucho, muy, siempre, tal vez).

1. El ají morrón es **rojo** como la sangre.
2. Carlitos _____ irá a la fiesta de su amigo Luis, que vive _____ del parque.
3. Papi tardó _____ en el baño y mami necesitaba _____ dinero para ir al supermercado hacer la compra.
4. _____ olvidaré lo rica que estaba la zanahoria. _____ triste y _____.
5. Karla _____ Pueda ayudarte con tu receta _____,

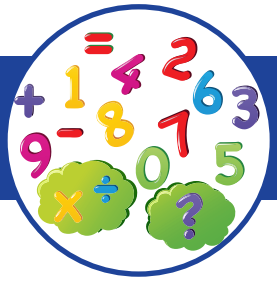


Actividad 21. Convertir adjetivo

Leo el texto y luego escribo el adverbio de estos adjetivos.

Un adjetivo puede convertirse en un adverbio si añadimos la terminación-**mente**. Por ejemplo: **tranquila** (adjetivo), **tranquilamente**(adverbio), **feliz** (adjetivo), **felizmente** (adverbio).

Adjetivos	Adverbios
Sano	_____
Fácil	_____
Amable	_____
Rápido	_____
Lenta	_____
Tranquila	_____
Ágil	_____



Actividad 22. Ortografía: Uso de la mayúscula

Aprendo ortografía, con el uso de la mayúscula.

Se escriben con letra inicial mayúscula:

- **Al iniciar un texto**
- **Después de un punto:**
- **Al escribir nombres propios:**

  Carlos, López, Perú, La Romana, Av. Los Mártires, Universidad UASD.
- **Después del saludo de la carta:**

  Querida amiga: Te escribo para saber cómo esta.
- **Al empezar a escribir una cita textual:**

  En el zoológico, Juan dijo: “¡Qué grande!”

Leo el siguiente texto y corrijo letras que deben ir en mayúscula.

1. ya es tarde. es hora de comer.
2. a teresa, marcos, miguel y maría les gusta hacer recetas.
3. querido carlitos: te escribo para preguntar cómo se prepara el sancocho.
4. luis abinader es el presidente de la república dominicana.
5. al presidente le gusta el mangú.

Actividad 23. Unidades de capacidad

Leo y aprendo

Unidades de capacidad: la onza líquida, la pinta, el cuarto, la taza y el galón

La **Capacidad** es igual a la cantidad de líquido que una vasija puede contener cuando se llena. Cuando un líquido, como la leche, se representa en galones o cuartos, esto es una medida de capacidad.

El sistema métrico tradicional que se utiliza como referencia es el de los Estados Unidos. Las principales medidas asociadas a este sistema métrico son: la onza líquida, la pinta, el cuarto, la taza y el galón.

Al ser la 'onza' también una unidad de medida de peso, al usarla debo hacerlo junto a la palabra ´líquida´ sobre todo cuando haga referencia a capacidad, aunque algunas veces no es necesario mencionar la palabra 'líquida' cuando el contexto aclara que es una medida de capacidad y no de peso.

Estas medidas las puedo utilizar para describir la capacidad de un objeto, pero tiene más sentido utilizar ciertas unidades para ciertos propósitos. Por ejemplo: Tiene más sentido describir la capacidad de una cisterna en galones y la capacidad de un perfume en onzas líquidas.

Algunas veces se requiere convertir entre unidades de medida. Por ejemplo, podría necesitar expresar 5 galones de jugo de limón en onzas para determinar cuántas porciones de 8 onzas líquidas puedo servir.

Actividad 24. Equivalencias más comunes

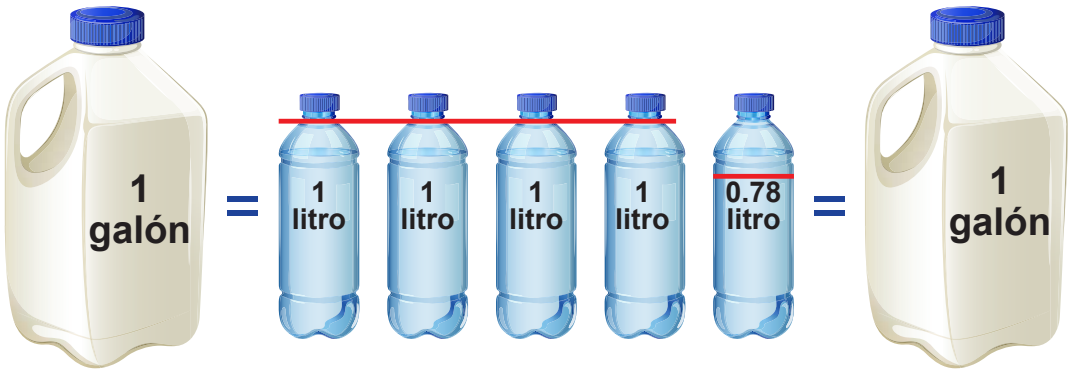
Observo la imagen y aprendo

1 taza = 8 onzas líquidas

1 pinta = 2 tazas o 16 onzas liquidas

1 cuarto de galón = 2 pintas

1 cuarto de galón = 4 tazas



1 Galón: Una unidad equivalente a 4 cuartos, 16 tazas, 128 onzas líquidas o 3.78 litros.

Actividad 25. Convirtiendo entre unidades de capacidad

Para la conversión existen diferentes formas de hacerlo. puedo utilizar el método de cancelación de unidades para convertir de una unidad de capacidad a otra. Como se muestra a continuación:

Problema: Mi familia hizo dos galones y medio de jugo de limón para tomar durante la semana. ¿Cuántas onzas tenemos disponibles para tomar durante la semana?

Procedimiento: Dos galones y medio se representan 2.5 que es equivalente a_____ onzas. Para resolver esta operación se empieza razonando la respuesta. Un galón es más grande que una onza. La tabla anterior muestra que: 1 gal =128 fl. Oz.

Así que para convertir de galón a onzas liquidas tomo la primera unidad 2.5 galones y lo voy a multiplicar por 128 onzas y lo divido entre un galón. Como muestra el ejemplo:

$$2.5\ \text{gal}\ x\left(\frac{128\ \text{fl.}\ \text{Oz}}{1\ \text{gal}}\right)=$$

Luego tacho la unidad galón con galón.

$$2.5 \text{ gal } x \left(\frac{128 \text{ fl. Oz}}{1 \text{ gal}} \right) = 320$$

y me queda 2.5 x 128 onzas líquidas

$$2.5 \, x \left(\frac{128 \text{ fl. Oz}}{1} \right) =$$

Respuesta: ¿Cuántas onzas tenemos disponibles para tomar durante la semana? Tenemos **320 fl. Oz** disponibles para para tomar durante la semana.

$$2.5 \, x \, 128 = \mathbf{320 \text{ fl. Oz}}$$

Actividad 26. La salsa de pizza

Resuelvo problemas de unidades de capacidad.

Mi padre está haciendo salsa de pizza. Sigue una receta para hacer 34 tazas. Tiene un recipiente de 3 cuartos y uno de 2 galones y está tratando de determinar si la salsa va a caber en uno de esos recipientes. ¿Calculo en cuál recipiente podrá guardar la salsa de pizza? Y luego selecciono la respuesta correcta.

Procedimiento:

A) La salsa no cabrá en ninguno de los recipientes.
B) La salsa cabrá en cualquiera de los recipientes.
C) La salsa cabrá sólo en el recipiente de 5 cuartos.
D) La salsa cabrá sólo en el recipiente de 2 galones.

Actividad 27. ¡A tomar agua!

Resuelvo:

Cada día tomo cinco termos de agua. Mi termo tiene una capacidad para 12 onzas. ¿Cuál es la cantidad de agua que estoy tomando al día expresada en galón?

Procedimiento:

Actividad 28. Medidas de capacidad

Busco agua y algunas medidas de capacidad como: un galón vacío y litro de refresco vacío para responder las siguientes preguntas:

a) ¿Cuántos litros de agua contiene tres galones?

b) ¿Cuántos galones son 50 litros de agua?

c) ¿Cuántos cuartos de agua contiene medio galón?

d) ¿Cuántos vasos de agua de 8 onzas tomo al día? Lo convierto en galón. Recuerdo que ocho onzas liquidas es igual a una taza.

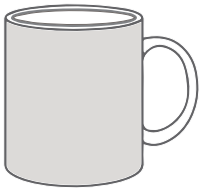
Actividad 29. El litro

Observo los recipientes y completo.

Un litro

Medio litro

Un cuarto de litro



1. Con dos vasos puedo llenar _____ litros.
2. Con dos tazas puedo llenar _____ vaso.
3. Con dos jarras se puede llenar _____ vaso.
4. Con cuatro tazas se puede llenar _____ jarra.
5. Escribo tres productos que se venden en litros: _____, _____ y _____.

Actividad 30. La cubeta de agua

¿Dibujo la cantidad de jarras de agua que caben en la cubeta?

¿Dibujo la cantidad de vasos de agua que caben en la cubeta?

Actividad 31. Midiendo recipientes

Observo la capacidad de los recipientes y completo.

Actividad 32. Medidas de peso

Leo y aprendiendo.

Equivalencias en peso	
1 gramo	0.0353 onzas
1 onza	28.35 gramos
1 libra	16 onzas
1 libra	454 gramos
1 kilogramo	2.2 libras
1 Kilogramo	1000 gramos
1 quintal	100 libras
1 tonelada	2,000 libras

Además de las medidas de capacidad también existen las medidas de Peso como: **onzas, libras, gramos y kilo**. En los colmados utilizan estas medidas para vender algunos productos como: azúcar, arroz, detergentes, carnes, entre otros.

En las recetas, los ingredientes (salvo los huevos o los líquidos) vienen especificados en estas medidas. La más utilizada es el gramo.

Actividad 33. Comprando arroz

Calculo:

Mi madre compró 105 libras de arroz para la compra del mes. ¿Cuál es su equivalencia en gramos?

Actividad 34. Dulce de coco

Calculo:

En la dulcería compraron 47 libras de azúcar para hacer dulce de coco. ¿Cuál es su equivalencia en onzas?

Actividad 35. El bizcocho de la abuela

Calculo:

La abuela tiene 48 onzas de harina para preparar un rico bizcocho. ¿Cuál será el aproximado en libra del bizcocho?

Actividad 36. El peso de Karla y Carlitos

Calculo:

Carlitos pesa 1,362 gramos más que Karla. Sabiendo que Karla pesa 70 libras ¿cuál es el peso de Carlitos?

Actividad 37. ¿Cuál es mi peso?

Investigo cuál es mi peso en libras y luego busco su equivalencia en kilogramos.

Actividad 38. Unidades de temperatura

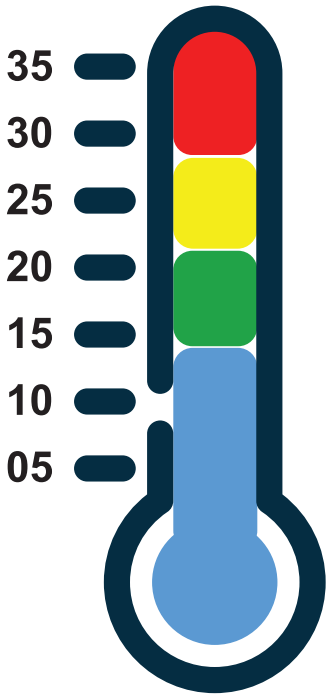
Leo y aprendo

La temperatura es una magnitud física que indica la energía interna de un cuerpo, de un objeto o del medio ambiente en general, medida por un termómetro.

Dicha energía interna se expresa en términos de calor y frío, siendo el primero asociado con una temperatura más alta, mientras que el frío se asocia con una temperatura más baja.

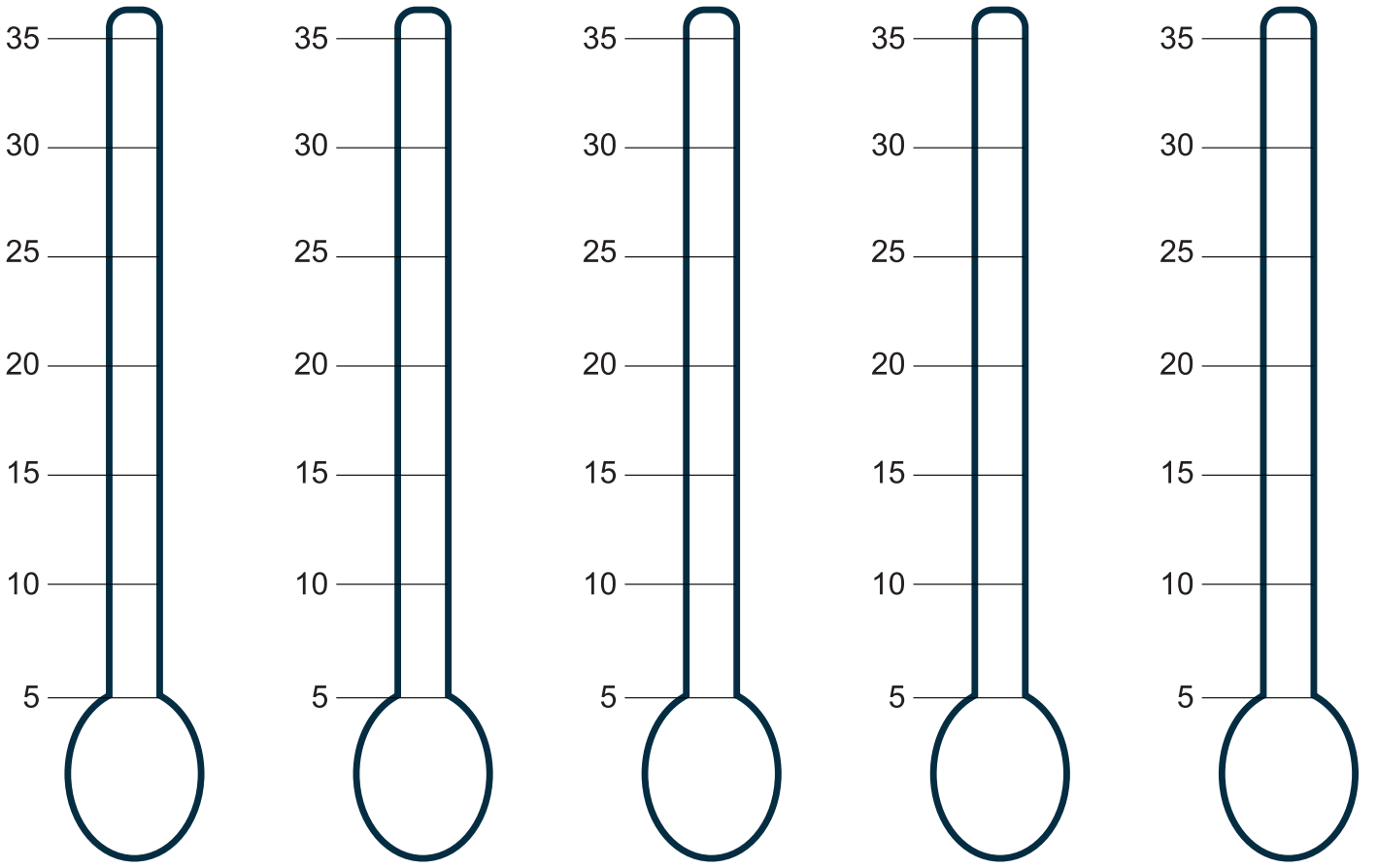
Las unidades de medida de temperatura son los grados Celsius (ºC), los grados Fahrenheit (ºF) y Kelvin (K).

Para medir la temperatura se utiliza el termómetro que está formado por depósito pequeño de vidrio que tiene unas pequeñas rayas llamados grados.



Actividad 39. La temperatura de la semana

Registro en los termómetros la temperatura de esta semana en grados Celsius (ºC).

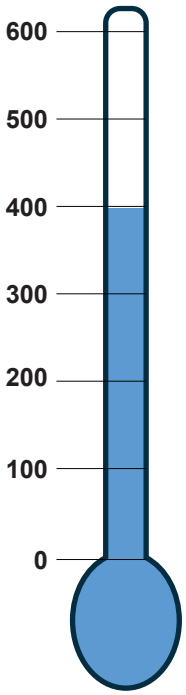


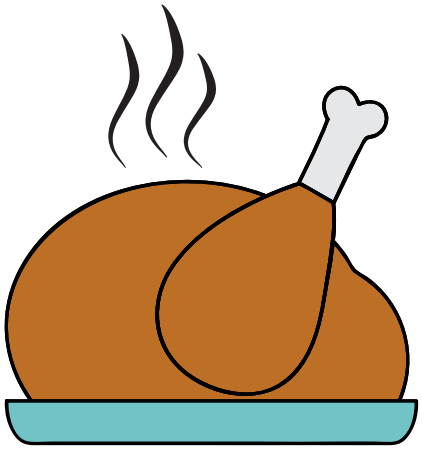
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes

Actividad 40. Temperatura de los alimentos

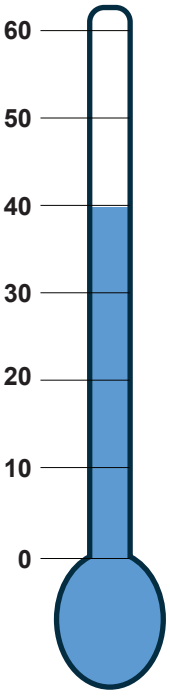
El color azul del termómetro indica la temperatura a la que se encuentra cada alimento. Observo los termómetros e identifico la temperatura.

1. La abuela sacó el pollo y este tenía una temperatura como indica el termómetro. ¿Qué temperatura tenía el pollo en grados Fahrenheit (ºF)?

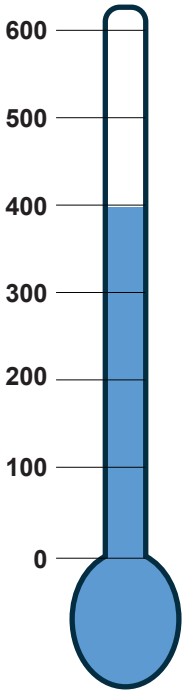




2. Mi padre sacó la lechosa de la nevera para hacer una rica ensalada de frutas. ¿Qué temperatura tiene la lechosa expresada en grados Celsius?



3. Ayer mi abuelo estaba asando batatas en el horno. ¿A cuántos grados Celsius ajustó el horno para obtener un buen asado?



Actividad 41. La energía y la conservación de la nutrición

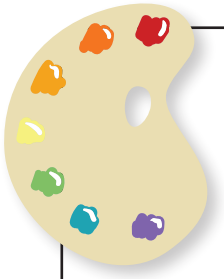
Reconozco: Como proceso de análisis e introducción al tema nuevo que voy a ver en esta semana, me cuestiono lo siguiente:

1.- Comento y escribo lo que comí en el desayuno o el día de ayer en un tiempo de comida específico, (desayuno, comida o cena).

2.- Escojo dos de los alimentos que consumí y elaboro un flujograma donde se incluya el origen o procedencia del alimento, incluyendo los cambios que ha sufrido, hasta llegar a ser consumidos. **Nota**: puedo investigar con mis padres acerca de la procedencia de los alimentos.

3.- Comento y explico de qué animal o de qué planta se ha obtenido el alimento seleccionado anteriormente.

4.- Dibujo lo que conozco sobre lo que come el animal, de dónde procede el alimento o las plantas u otros elementos necesitados por las plantas para vivir.



Actividad 42. Apuntes conceptuales de la energía y conservación de la nutrición

Leo y Analizo: he trabajado lo anterior, ahora estoy en disposición de leer y analizar el contenido a trabajar.

La Alimentación y la Nutrición

Los términos de Nutrición y alimentación son confundidos y suele llamárseles como sinónimos, sin embargo, estos dos conceptos describen dos procesos que, aunque están íntimamente relacionados, son totalmente diferentes en muchos aspectos.

La **Nutrición** es la ciencia de los alimentos que se encarga de estudiar los procesos mediante

el cual el organismo utiliza, transforma e incorpora a sus propios tejidos sustancias nutritivas que cumplen tres funciones básicas:

1.- Aportan energía para mantener la integridad y el buen funcionamiento del cuerpo.

2.- Proporcionan material para la formación de estructuras propia de cuerpo y,

3.- Suministran las sustancias que regulan el metabolismo.

Por el contrario, la **Alimentación** es el conjunto de procesos que permite a los organismos utilizar y transformar los nutrientes para mantenerse vivos.

Nota importante:

No debo confundir alimentación con nutrición, ya que esta última se da a nivel celular y la primera es la acción de ingerir cualquier tipo de alimento sin importar su ficha nutricional.

Los alimentos son un producto de origen animal, vegetal y mineral que contiene valor nutricional. Proceden de la naturaleza y son manipulados por el ser humano para su alimentación y nutrición.

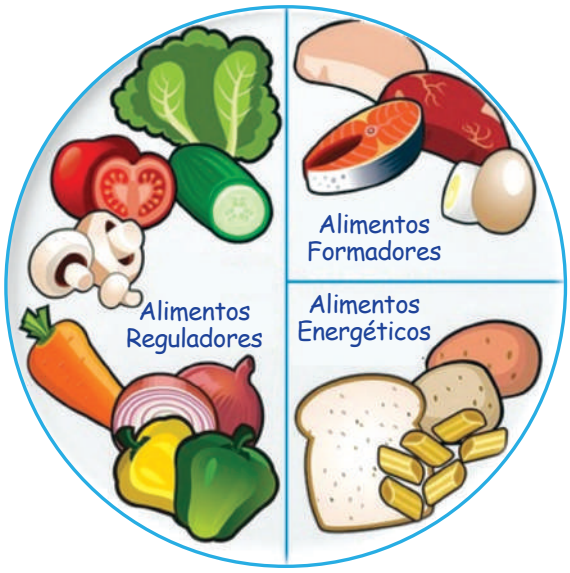
Ningún alimento posee todos los nutrientes que el cuerpo necesita; por eso, hay que llevar una dieta saludable diaria para una buena asimilación de dichos alimentos.

Actividad 43. Origen de los alimentos

Investigo y agrupo los alimentos según su origen en la tabla siguiente:

Origen animal	Origen vegetal	Origen mineral

Actividad 44. Clasificación de los alimentos



Leo sobre la clasificación de los alimentos según sus nutrientes.

Al clasificar los alimentos según los nutrientes, estos se pueden especificar en: **hidratos de carbono, proteínas, grasas, vitaminas y minerales y agu**a.

Pero al clasifícalos según su función, los alimentos se agrupan en: **alimentos energéticos**: proveen energía para el movimiento físico. **alimentos formadores** contienen las proteínas necesarias para la formación y reparación de los tejidos. Y **alimentos reguladores**: Se encargar de abastecer al organismo de vitaminas y minerales necesarios para la asimilación de otros alimentos y la buena marcha del organismo.

Actividad 45. El cuidado de la alimentación y nutrición

Hago una lista de los alimentos que consumo diariamente y los clasifico en: energéticos, formadores y reguladores.

Energéticos	Formadores	Reguladores

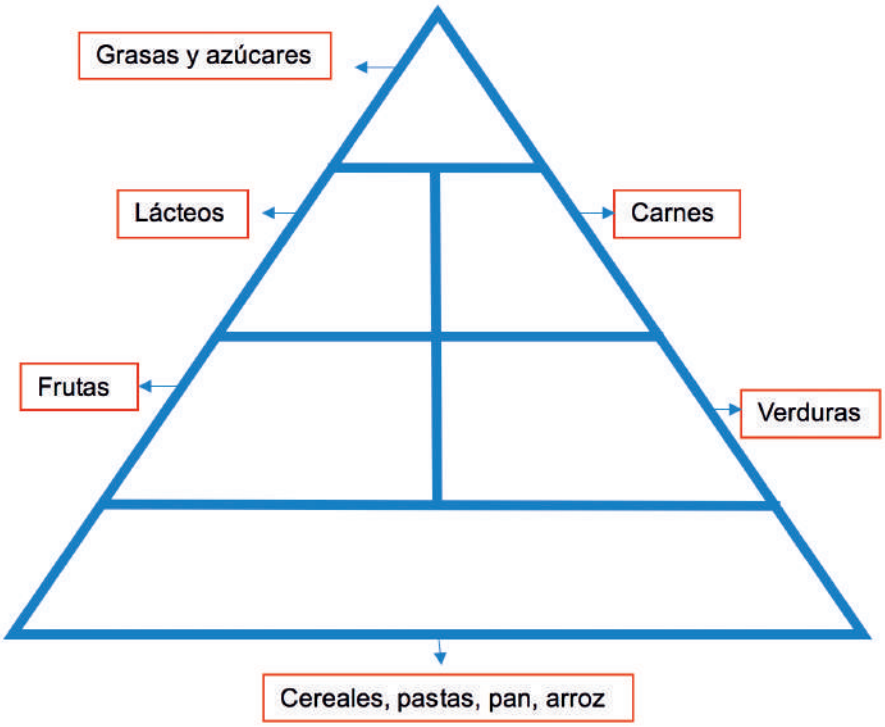
Escribo alimentos saludables que puedo comer según el momento:

Desayuno	Almuerzo

Cena	Merienda

Actividad 46. La pirámide alimenticia

Investigo y dibujo los alimentos correspondientes a cada nivel en la pirámide alimenticia.

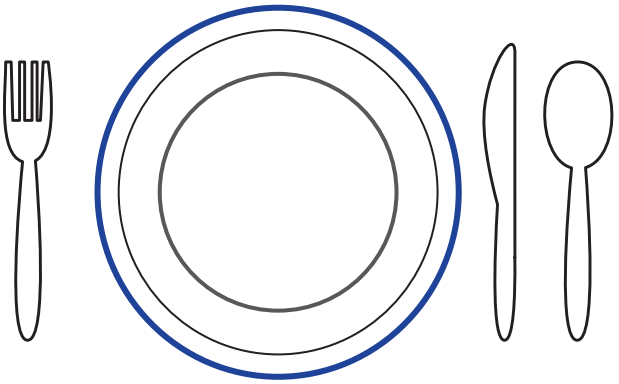


Actividad 47. El menú

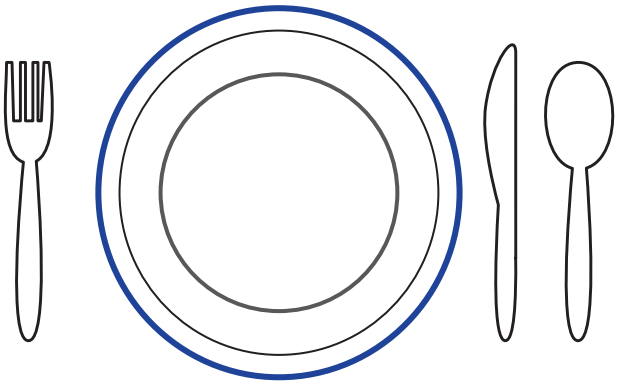
Investigo qué es un menú y dibujo o escribo un menú saludable para cada momento.

¿Qué es un menú?

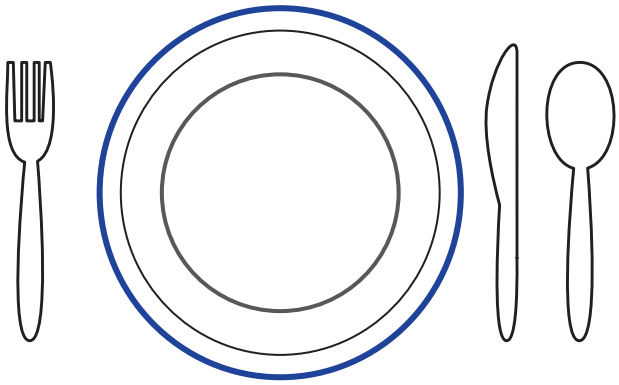
Desayuno



Almuerzo



Cena



Actividad 48. Alimentos que proporcionan energía

Observo el video "12 Alimentos que proporcionan energía". Que encuentro en el siguiente enlace: https://cutt.ly/Fn3CetM

Luego, respondo las siguientes preguntas:

¿Qué nos aportan los alimentos?

_____

_____

¿Qué es la comida?

_____

_____

¿En qué nos ayudan los alimentos?

_____

_____

Enumera los alimentos que nos proporcionan energía.

_____

_____

¿A qué nos ayudan las proteínas?

_____

_____

¿Qué es la nutrición?

_____

_____

Actividad 49. Energía y conservación de la nutrición

Leo y analizo el texto ¿qué es la nutrición celular? que también encuentro disponible en el siguiente enlace: https://cutt.ly/8n3CJ0x

¿Qué es la nutrición celular?

Clásicamente, la nutrición celular se ha definido como:
"Conjunto de procesos mediante los cuales las células obtienen la materia y la energía necesarias para realizar sus funciones vitales".

En el ser humano la nutrición es heterótrofa, lo que significa que la célula se nutre de materia orgánica ya formada, al contrario de la nutrición autótrofa, característica de las plantas, que utilizan material inorgánico como sales minerales. En la nutrición heterótrofa las células son capaces de producir su propia energía, pero hay más: crean otras sustancias orgánicas complejas, como las proteínas que nos permiten crecer, restaurar estructuras y tejidos dañados.

¿Cómo ocurre la nutrición celular?
Todo comienza cuando ingerimos alimentos, a partir de ahí se suceden una serie de eventos en nuestro organismo que llevan a la nutrición celular. La digestión, en sus diferentes fases, descompone los alimentos ingeridos en unidades más simples que pueden ser utilizadas por las células, como la glucosa o los aminoácidos. Estas moléculas son llevadas por la sangre hasta los diferentes grupos celulares, en un proceso dirigido por el sistema nervioso. De la sangre pasa al líquido intercelular, donde quedan a disposición de las células.

Después de leer el texto respondo las siguientes preguntas:

¿Qué es la nutrición celular?

¿Cómo ocurre la nutrición celular?

Actividad 50. Fases de la nutrición celular

Leo y continúo profundizando sobre las fases de la nutrición celular.

Se pueden identificar varias **fases de la nutrición celular:**

Incorporación de sustancias: mediante estructuras específicas, como las vacuolas, las células llevan los nutrientes a su interior.

Digestión de sustancias: similar a lo que sucede en el estómago y en el intestino, una vez los nutrientes están dentro de la célula, en forma de vacuolas, son descompuestos en unidades aún más simples gracias a las enzimas que vierten los lisosomas, unos orgánulos celulares. Estas sustancias más simples atraviesan las paredes de las vacuolas y se distribuyen por el citoplasma de la célula.

Metabolismo: tal vez la fase más importante y por la cual ha ocurrido todo lo anterior. Tiene lugar en el citoplasma. Consiste en una serie de reacciones químicas que llevan a la producción de energía que necesita la célula para funcionar y, además, se sintetizan sustancias orgánicas esenciales para nuestro cuerpo. El metabolismo celular cuenta con dos procesos fundamentales:

a. Catabolismo: con el oxígeno que incorporamos del medio y parte de la materia orgánica generada durante la digestión se produce la energía bioquímica. En este proceso también se generan compuestos que la célula tiene que expulsar porque son tóxicos, como el dióxido de carbono. El catabolismo también es conocido por el término de respiración celular.

b. Anabolismo: con la energía creada y las sustancias orgánicas sencillas, se sintetizan grandes moléculas orgánicas.

Eliminación de residuos: ya mencionamos que en las fases anteriores no solo se producen sustancias y energías indispensables para la vida, sino además compuestos que pueden resultar tóxicos y que se expulsan al exterior a través de la membrana celular.

Actividad 51. La científica y el científico casero

El almidón aparece en diferentes cantidades en los alimentos como en vegetales y frutas; a medida que estos van madurando, el almidón se empieza a desvanecer, así forma elementos que dan ese sabor dulce a los frutos maduros. El almidón emerge

al utilizar el yodo ya que al entrar en contacto uno con el otro se forma una sustancia de color morado.

Nota: Recuerdo pedir la ayuda a un adulto para realizar este experimento.

Materiales

- cuchillo,
- tabla para picar,
- gotero,
- agua,
- alcohol yodado o yodo
- fuente de vidrio,
- Al menos cuatro de los siguientes ingredientes, combinando que haya productos vegetales y animales: salchicha, guineo maduro, plátano verde, pedacitos de carnes pequeñitos, apio, papa, zanahoria.

Procedimiento:

1.- Tomo una fuente de vidrio y mesclo 100 ml de agua con 2 ml o 40 gotas de alcohol yodado o yodo.

2.- Muevo despacito.

3.- Corto los vegetales y la carne, en cuadritos pequeños en la tabla de picar.

4.- Con el gotero coloco tres gotas de alcohol yodado mesclado con el agua a cada ingrediente.

5.- Observo si aparece una coloración azul, esto muestra que el alimento tiene almidón.

A continuación, escribo mi informe de científica o científico casero, completando la información:

Informe

Como científica o científico casero el día ____ del mes ____ del año ____ en compañía de _____ realicé mi experimento, el cual consistió en: _____

_____

_____

Para realizar este experimento hice lo siguiente:

1) _____
2) _____
3) _____
4) _____
5) _____
6) _____
7) _____

Las conclusiones de mi observación son: _____

Explico qué sucede cuando se mezcla el agua con el yodo y cae en los vegetales y la carne.

_____

_____

_____

_____

¿Qué nombre le pondría a este experimento? _____

Durante el experimento me sentí: _____

Lo que más me gustó de este experimento fue:

_____

_____

_____

_____

_____

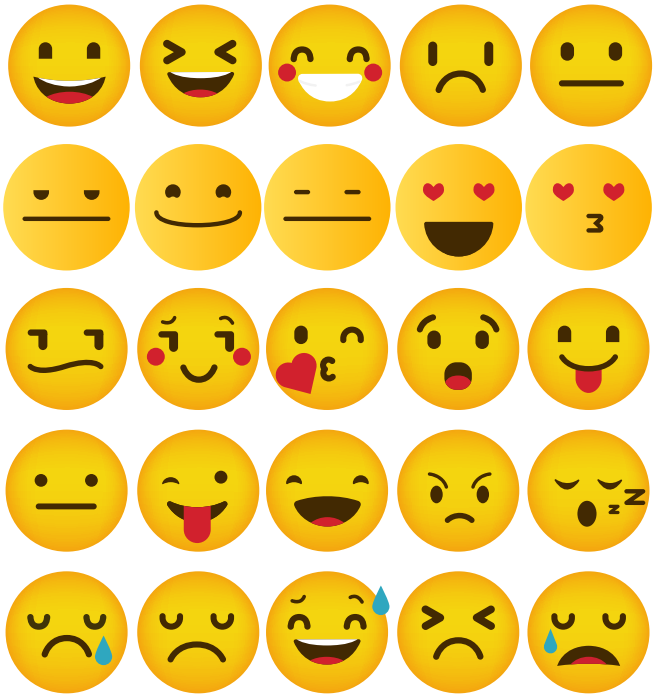
_____ _____

Firma de la científica / científico Firma de la persona acompañante

Actividad 52. Así me siento

Con las informaciones que he obtenido hasta el momento, considero importante ver cómo avanzo en mis aprendizajes, así que voy a evaluarme, y de paso a verificar las informaciones que me ha dado mi profe de ciencias.

Para este proceso, voy a utilizar un elemento que me gusta mucho al momento de escribir chats con mis amigas y amigos de la escuela, usaré los emojis. ¡Siiiiiiii!



Respondo a la pregunta dibujando el Emoji que mejor exprese cómo me he sentido.

¿Cómo valoro las informaciones que me ha brindado mi profe de ciencias?

¿Cómo valoro lo que he aprendido?

¿Cómo valoro el contenido planteado o las informaciones dadas?

Actividad 53. Hidrografía de los continentes

Pienso y luego respondo:

Escribo todo lo que sé sobre la hidrografía:

¿De dónde viene el agua que utilizo?

Actividad 54. La hidrografía

Leo los conceptos para ampliar mis conocimientos. También puedo leer los principales conceptos de hidrografía en el siguiente enlace: https://cutt.ly/Xn8ksaQ

La hidrografía es la disciplina que **estudia todas las formas en las que se encuentra el agua dentro de los continentes:** ríos, lagos y algunas aguas subterráneas.

El término hidrografía proviene del siglo XVI, como un intento de establecer una **analogía** con la geografía, pero aplicado al porcentaje del mundo que se encuentra bajo el agua (geo= tierra/hydro = agua).

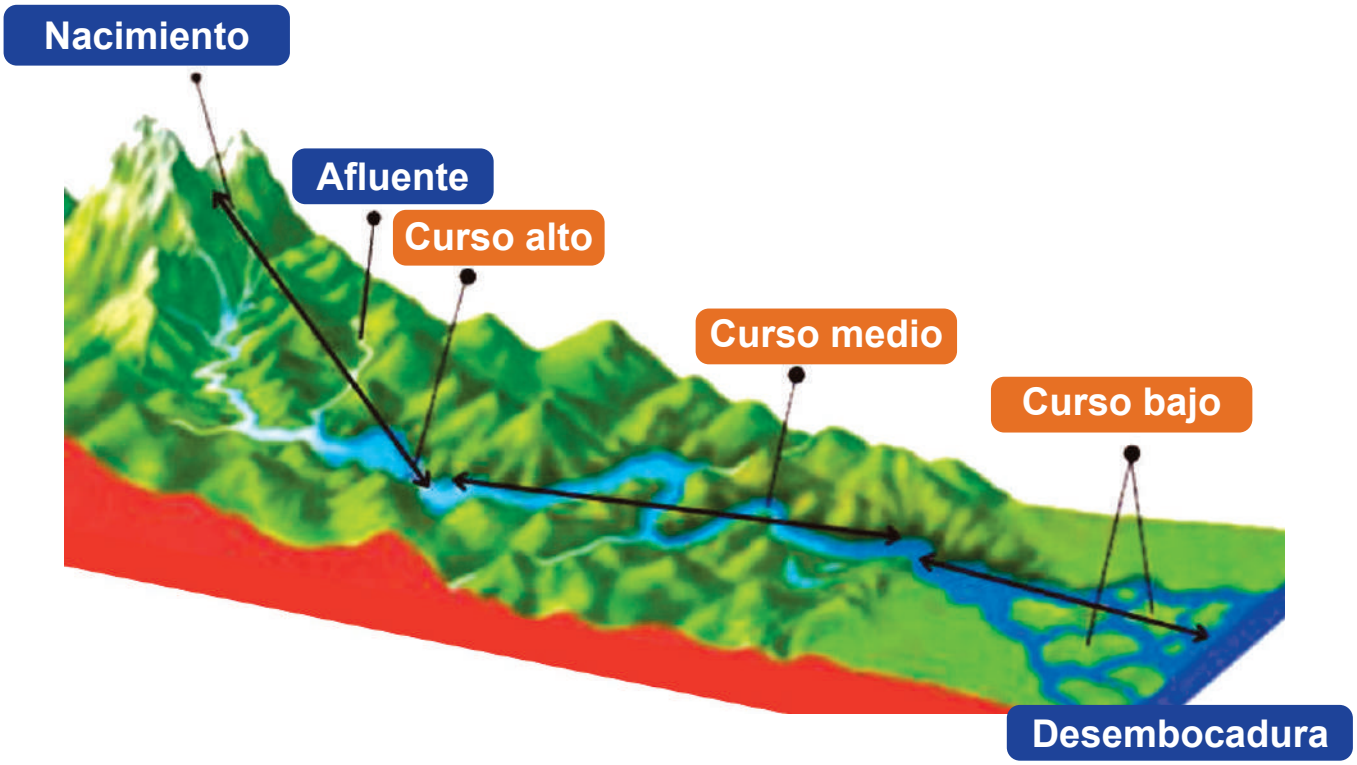
Ríos y cuencas hidrográficas

Los ríos son corrientes de agua continua y más o menos caudalosa que va a desembocar en otra, en un lago o el mar. La mayor parte de los ríos se originan en los relieves montañosos y desembocan en los océanos y mares, dependiendo de su vertiente.

Las características de los ríos se relacionan con las particularidades del relieve, ya que, el agua sigue la pendiente del terreno. También influye el clima de la zona que atraviesa. por ejemplo: si atraviesa áreas lluviosas, es un río de gran caudal; si atraviesa zonas frías, es muy probable que gran parte del año la mayoría de estos ríos permanezcan congelados.

No es lo mismo hablar de río y de cuenca hidrográfica. El río es solo una parte de la cuenca hidrográfica. Al conjunto de todos los afluentes o ríos secundarios que se conectan con el río principal se lo denomina sistema hidrográfico; en tanto, se llama cuenca al conjunto formado por el sistema hidrográfico y la superficie terrestre que lo rodea.

Partes de un río



Actividad 55. TOP 10 de las mayores cuencas hidrográficas

Investigo el top de las 10 cuencas hidrográficas más grandes por continente y país.

Cuencas hidrográficas:	Continente	País
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____
5. _____	_____	_____
6. _____	_____	_____
7. _____	_____	_____
8. _____	_____	_____
9. _____	_____	_____
10. _____	_____	_____

Actividad 56. Las cuencas hidrográficas

Con ayuda de un Atlas o internet ubico y resalto en color Azul las principales cuencas hidrográficas de cada continente.

Actividad 57. Las cuencas hidrográficas de África

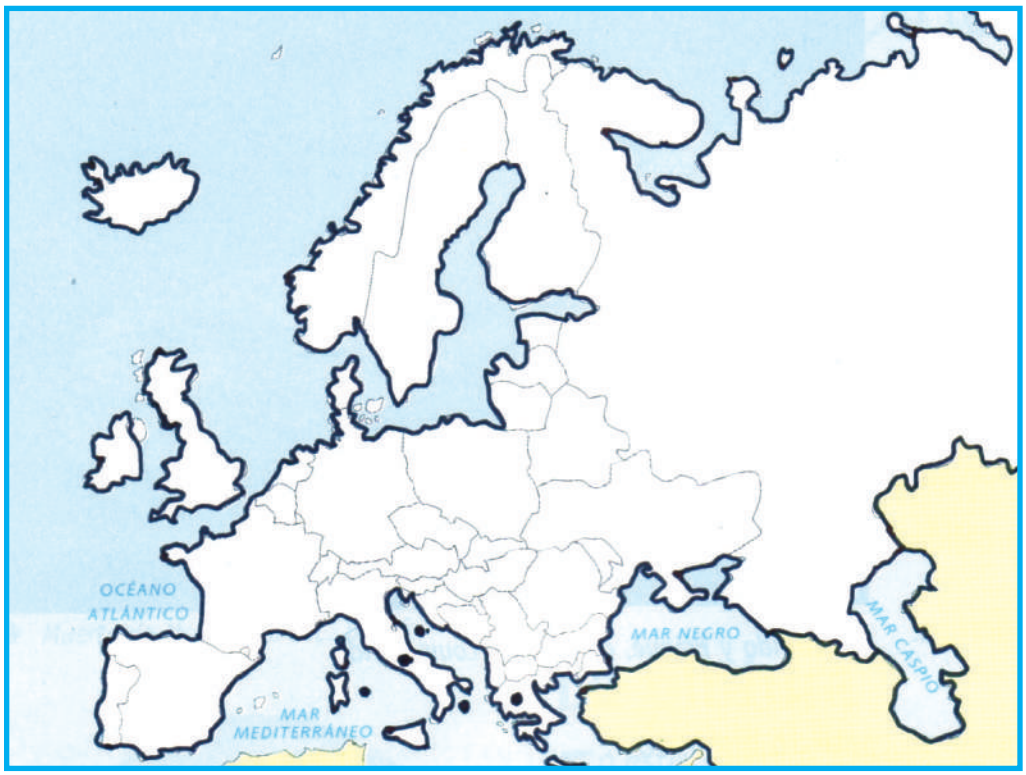
Con ayuda de un Atlas o internet ubico las principales cuencas hidrográficas de África:

1. Senegal
2. Níger
3. Nilo
4. Congo
5. Zambeze
6. Limpopo

Actividad 58. Las cuencas hidrográficas de Europa

Con ayuda de un Atlas o internet ubico las principales cuencas hidrográficas de Europa:

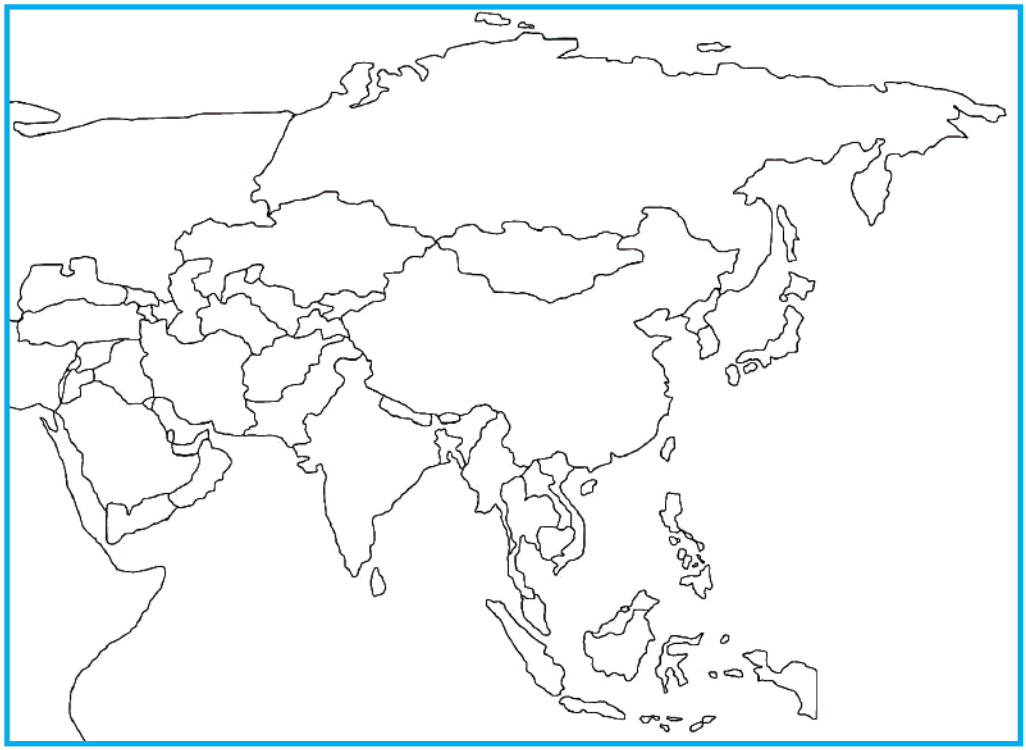
Pechora
Elba
Sena
Loira
Garona
Duero
Tajo
Ródano
Danubio
Dniéster
Dniépe
Don
Volga



Actividad 59. Las cuencas hidrográficas de Asia

Con ayuda de un Atlas o internet ubico las principales cuencas hidrográficas de Asia:

Indo
Sir Daria
Amu Daria
Obi
Yenisel
Lena
Amur
Ganges
Brahmaputra
Yang –Tse- Kiang
Huang-Ho
mekong



Actividad 60. Las cuencas hidrográficas de Oceanía

Con ayuda de un Atlas o internet ubico las principales cuencas hidrográficas de Oceanía:

Darling
Murray
Waikato
Clutha

Actividad 61. A identificar cuencas hidrográficas y ríos

Investigo y respondo:

La cuenca hidrográfica más extensa e importante de Asia

La cuenca hidrográfica más extensa e importante de África

La cuenca hidrográfica más extensa e importante de Europa

La cuenca hidrográfica más extensa e importante de Oceanía

Dos ríos que considero más importantes de Europa y explico por qué.

Dos lagos de África

¿Cuáles mares se encuentran en Asia?

Dos ríos y dos lagos de Oceanía

Pareo cada fuente hidrográfica con el continente al que corresponda.

1.- El canal de la mancha	_____ África
2.- Río Indo	_____ Oceanía
3.- Lago Victoria	_____ Europa
4.- Río Murray	_____ Asia

Actividad 62. El cuidado del agua

Respondo:

¿Qué sé sobre el agua?

_____

_____

_____

¿Qué porcentaje del agua total del planeta sire para el consumo humano?

_____

¿Por qué es importante el agua?

_____

_____

_____

Actividad 63. El agua continental

Investigo y escribo un texto breve sobre historia del origen del agua en la Tierra.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Actividad 64. El agua en la nutrición y alimentación

Leo el texto sobre las funciones del agua en el organismo.

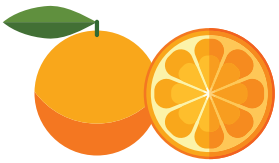
En el ámbito de la nutrición, el agua es indispensable, pues tiene múltiples funciones en nuestro organismo. Este nutrimento es una molécula formada por dos átomos de hidrógeno y uno de oxígeno.

Podemos distinguir distintas funciones del agua como nutriente para nuestro organismo, entre las que destacan las siguientes:

1

Se encarga de transportar nutrientes al interior de las células, ayudando a la vez a eliminar los productos de desperdicio de éstas.

Naranjas
88% de agua



Pepino
96% de agua

2

Participa en la digestión de nutrientes.

3

Ayuda a la disolución de los mismos junto con la digestión mediante la hidrólisis.

4

Interviene en dar volumen y forma a las células. Porque el agua en el interior de las mismas ejerce una presión dándoles la forma adecuada.

5

Lechuga
95% de agua

6

Mantiene la temperatura corporal mediante el sudor.

7

Es el medio líquido donde se encuentran disueltos todos los fluidos corporales como la sangre, orina, heces, secreciones digestivas, etcétera.

Actividad 65. El Agua es vida

Escucho y canto la canción "El agua es vida cuídala" que encuentro en el siguiente enlace: https://cutt.ly/Hn8WJIR

El agua es vida, cuídala

El agua es vida, cuídala,
si no lo hacemos, se nos va a acabar,
ahórrala, protégela,
la Cultura del Agua vamos a crear.

El agua es vida, cuídala,
si no lo hacemos, se nos va a acabar,
cierra bien las llaves, reporta fugas,
tomemos conciencia, cuídala.

Dile a tu mamá que cuando vaya a lavar,
use la lavadora a máxima capacidad,
que emplee detergentes biodegradables,
que no lastimen ríos ni mares,
lava tu automóvil con un balde de agua,
cuando sea de noche riega árboles y plantas,
y cuando tus dientes vayas a lavar,
utiliza un vaso de agua nada más.

No laves los platos en el chorro del agua,
enjabónalos primero, después los enjuagas,
cuando te estés bañando no tires tanta agua,
puedes cerrar la llave mientras te enjabonas,
las frutas y verduras tu puedes lavar,
llenando la tarja del fregadero,
no tires basura en las coladeras,
cuidemos todos juntos del líquido vital.

Actividad 66. Uso racional de agua en mi casa

Menciono cinco acciones que haré con mi familia para cuidar el agua.

1.- _____
2.- _____
3.- _____
4.- _____
5.- _____

Invento un cuento corto sobre el agua, la temática a desarrollar será: El agua es un bien que todos y todas debemos cuidar y preservar.

(Nota: Puedo usar los personajes de títeres que he creado en las guías pasadas).

Actividad 67. La científica y el científico casero

Con ayuda de mi familia realizo un proyecto de investigación para calcular la cantidad de litros de agua que gastamos al día.

Espacio	Litros de agua gastados al día
Baño	
Lava manos	
Al cepillarnos	
Lavar manos/ cara	
Afeitar cara/piernas	
Lavar los platos	
Lavar la ropa	
Inodoro	
Cocinar	
Tomamos agua	
Regar las plantas	

Al realizar esta investigación realicé las siguientes acciones:

1	
2	
3	
4	
5	
6	

Las conclusiones de mi investigación son:

Lo que más me llamó la atención durante esta investigación:

Actividad 68. Calentamiento: Este puente va a caer

Escucho la canción "Este puente va a caer" y voy realizando las acciones que indica la canción. https://cutt.ly/8n8E2YK

Actividad 69. Juguemos al ecologista

Construyo una pelota de papel:

Tomo varios trozos de papel inservible o periódico y formo varias bolas o pelotas, mientras más grande, mejor. Cuando estén listas las pelotas de papel, puedo jugar diferentes juegos, pruebas y retos muy divertidos.

Juego con la pelota de papel el reto.

1.- Tirar al suelo las bolas de papel que construí, resultando así cientos de bolas esparcidas por la casa.

2.- Luego con algunos integrantes de mi familia seremos barrenderos y barrenderas para tener la casa limpia y cuidar el medio ambiente.

3.- Buscar un recipiente que sirva para zafacón de la basura.

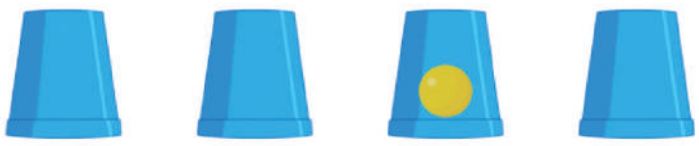
4.- Tendremos que ir trayendo las bolas con los pies hasta el zafacón de la basura y así dejar la casa limpia.

Respondo:
¿Qué puede pasar si no cuidamos el medio ambiente? ¿Qué productos hay que utilizar para cuidarlo?

Actividad 70. ¿Dónde está la bolita?

Juego con mi familia ¿dónde está la bolita?

Necesito una bola (puede ser la de papel que construí) y tres o cuatros vasos o vasijas pequeñas iguales, que no dejen ver su interior.



Mostramos la bolita y la colocamos bajo un vaso. A continuación, los movemos rápidamente, cambiándolos de sitio para resulte complicado adivinar dónde está la bolita.

Deberemos seguir los movimientos de la bola con los ojos y predecir adónde aparecerá después. Gana quien acierte más respuestas. Se irá rotando la función de mover los vasos.

Actividad 71. ¡Más juegos!

Puedo seguir jugando más juegos con mi familia. Puedo encontrar más retos y juegos con pelotas de papel en el siguiente enlace: https://cutt.ly/Un8R9sV

1.- Lanzo bolas a una cesta o a una caja y hago competencias de puntería

2.- Trato de golpearla con un bate o con una escoba para ver quién lanza más lejos (con mucho cuidado de no romper o tirar cosas).

3.- Juego a la pelota caliente (pasar la bola a medida que suena la música y cuando ésta se detiene, el que la tenga paga un reto)

4.- Armo torres: a cada jugador se le entregan varias bolas de papel usado para que haga sus pelotas y arme una torre que debe sostenerse. Gana la torre más alta.

5.- Elaborar collares y accesorios de pelotas de papel.

6.- Con estas pelotas, hacer un recorrido, golpeándolas con un palito, hasta introducirlas en un cesto o caja.

Actividad 72. Manipulación de Objetos

Observo el video "Manipulación de objetos" y realizo los desafíos que indica. Accedo al video a través del siguiente enlace: https://cutt.ly/Vn4Ig1j

Actividad 73. Educación física y la nutrición

Investigo sobre la Nutrición y la alimentación para el ejercicio físico y luego escribo algunas recomendaciones de cuidado.

Recomendaciones antes del ejercicio:

1	
2	
3	

Recomendaciones durante el ejercicio:

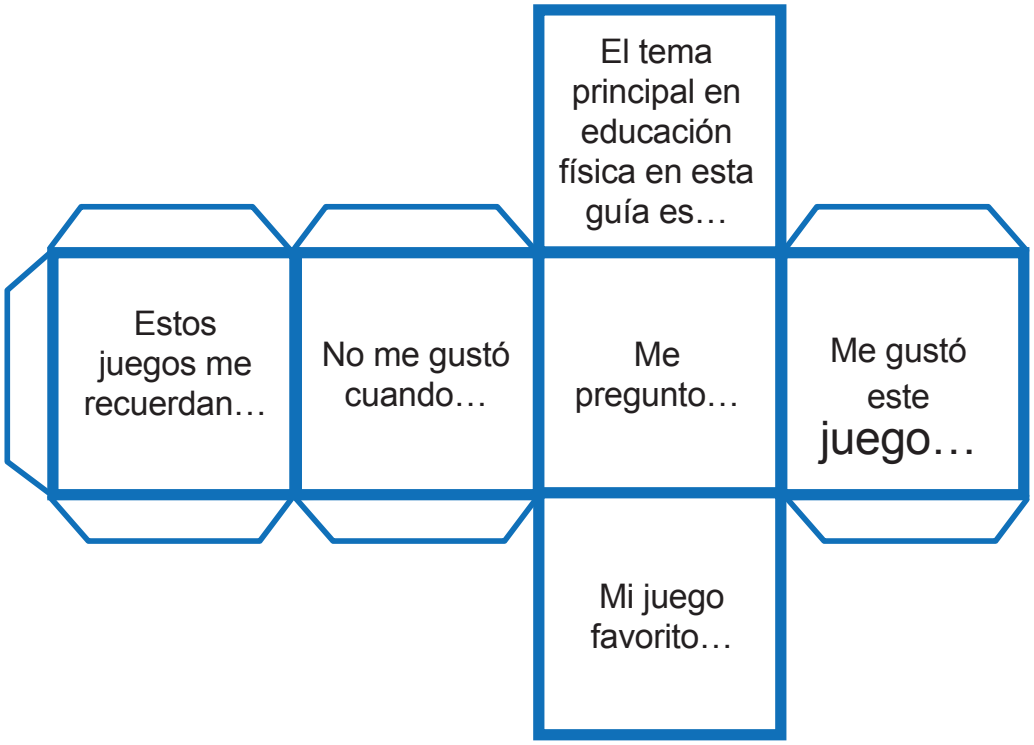
1	
2	
3	

Recomendaciones después del ejercicio:

1	
2	
3	

Actividad 74. El dado del deporte

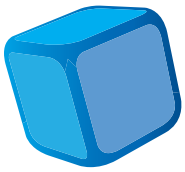
Me autoevalúo jugando con mi familia a tirar el dado.



Recuerdo los pasos que están en la guía 4 para construir el dado:

Materiales:

- Hojas en blanco o de colores
- Cartón o cartulina
- Lápiz, lapicero o marcadores
- Ega o silicón
- Tijeras

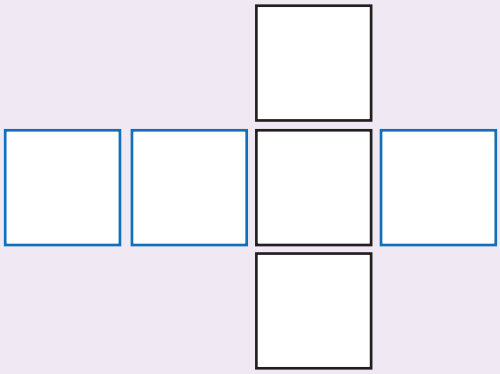


Indicaciones:

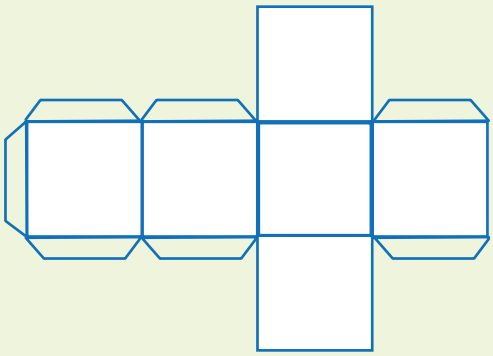
Con ayuda de mi familia tomo una hoja en blanco o de color o cartón y dibujo sobre el papel o cartón un cuadrado del tamaño que deseo mi dado.

Dibujo dos cuadrados iguales, uno arriba y otro abajo.

Dibujo un cuadrado idéntico a un lado del cuadrado central y dos para el otro lado, unidos entre sí por un lado en común.



Marco una pestaña al menos de un centímetro o más, tal como lo muestra la imagen y recorto con cuidado por el borde del molde creado.



Doblo y marco los bordes y las pestañas que he dibujado. Y luego, coloco pegamento en las pestañas para armar el cubo y pegar los bordes por las pestañas.

Y listo, puedo decorar a mi gusto y escribir las letras que aparecen en la imagen del dado.

Luego de construir el dado, lanzo el dado y **coloco en los cuadros de color las respuestas según me indique el dado. Continúo lanzándolo hasta completar todas las respuestas.**

Actividad 75. Jesús ama a todos las niñas y niños.

Busco y leo el texto bíblico de Mateo 18,1-5 y escribo lo que más me gustó del texto.

Actividad 76. Jesús ama a las niñas y los niños

Luego de leer el texto bíblico realizo un listado de cinco características que deben tener las niñas y los niños que aman a Jesús.

1.
2.
3.
4.
5.

Actividad 77. Acróstico

Realizo un acróstico con la siguiente frase y lo publico en una red social con el permiso de mi familia.

J	
e	
s	
u	
s	
m	
e	
a	
m	
a	

Actividad 78. Soy creativo

En el cuadro blanco realizo un dibujo relacionado con el texto bíblico.

Actividad 79. Una carta para mi amigo Jesús

Escribo una carta a Jesús mi amigo, manifestándole mis sentimientos.

Educación Artística

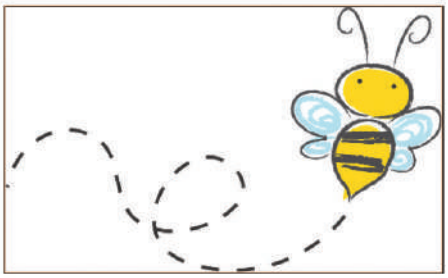
1.- Observo las imágenes. Luego, las clasifico y escribo debajo de cada imagen si es: dibujo, pintura, cartel, señal, fotografía, o escultura.

1

2

3

4



5

6

2. Respondo a las siguientes preguntas:

¿Conozco otro tipo de imágenes? ¿cuáles?

_____

_____

¿Conozco algunas pinturas? ¿cuáles?

_____

_____

¿Hay alguna pintura en mi casa? _____ Si tenemos alguna pintura en mi casa la describo:

_____

_____

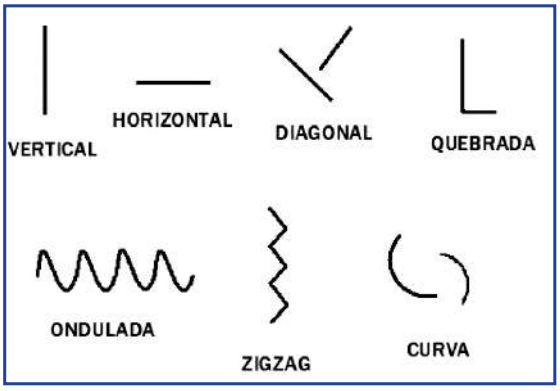
_____

Actividad 81. Elementos del Arte

Leo detenidamente el texto y observo las imágenes:

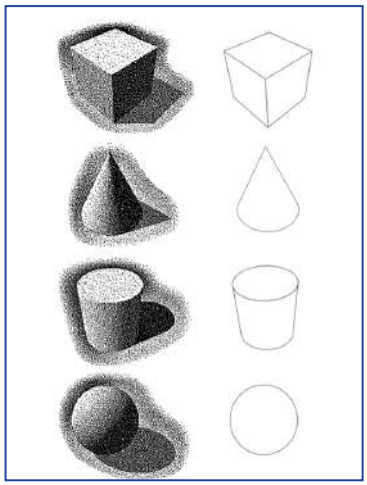
Los elementos del arte son el grupo de componentes de una obra de arte, es decir, son unidades que tienen existencia visible y diferencias propias. Estos elementos son: la línea, el punto, la forma, la textura, el color, el espacio, la imagen y el valor.

La línea



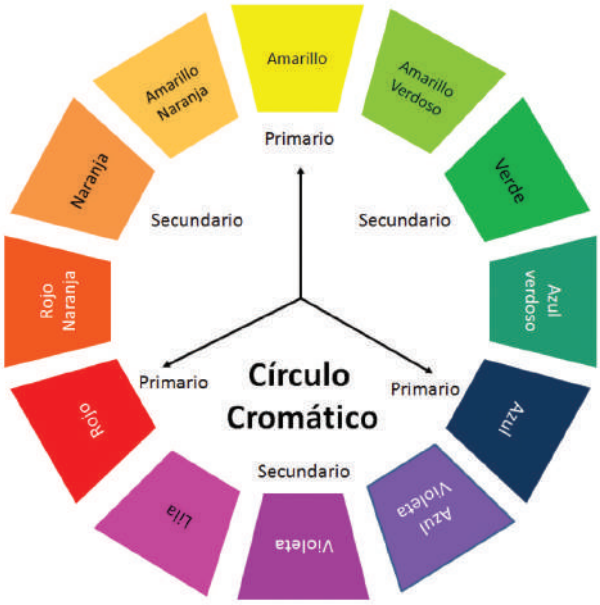
El punto

La forma



La textura

El color



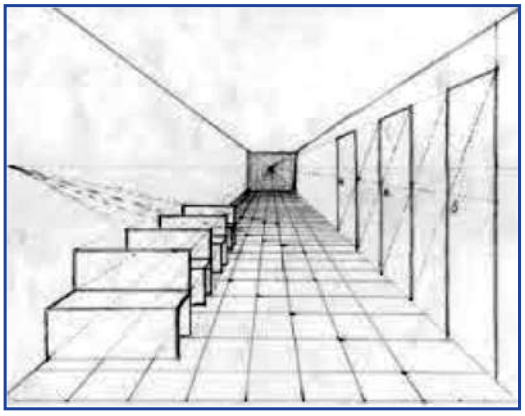
El valor

- Es la segunda propiedad del color.
- Es lo claro u obscuro del tono.

- El tono más obscuro se conoce como sombra y al más claro como tinte.

La imagen

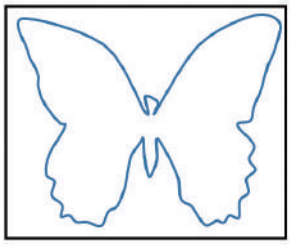
El espacio



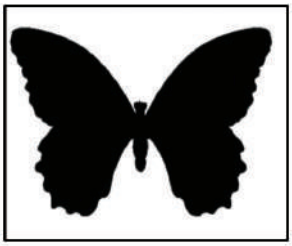
Actividad 82. Línea y forma

Elijo mi imagen favorita y la dibujo en el primer cuadro, dibujo en los cuadros siguientes el contorno, la silueta y el relleno. Me guio del ejemplo.

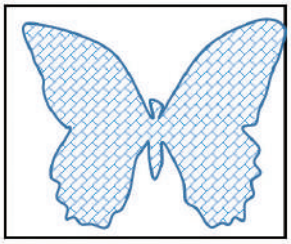
Imagen



Contorno



Silueta



Relleno

Actividad 83. Dibujo mi mano en 3D

1.- Observo el video "como dibujar una mano en 3D" que encuentro en el siguiente enlace: https://cutt.ly/zn7ytCC

2.- En una hoja en blanco, dibujo el contorno de mi mano u otra figura favorita en 3D.

3.- Luego trazo el fondo con las líneas paralelas de color negro y luego líneas curvas en el interior de la mano, tal como muestra el ejemplo. Para finalizar, completo el dibujo con líneas de otros colores.

Actividad 84. Dibujo libre

Luego de ver los elementos del arte dibujo libremente en el recuadro usando: puntos, líneas, forma, textura, color, espacio, imagen y el valor.

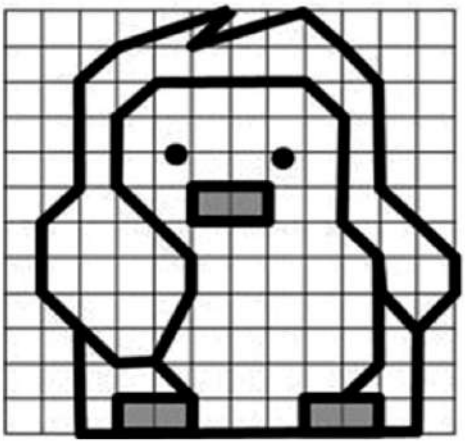
Actividad 85. La obra maestra

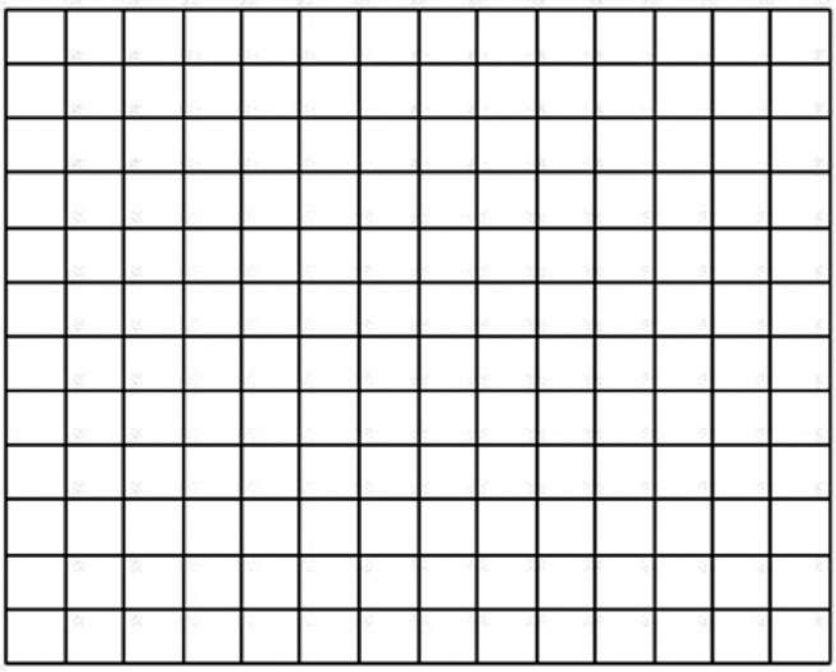
Busco en internet o un libro de arte una obra maestra y realizó mi copia personal en una hoja en blanco.

Ejemplo: “La noche estrellada” y la coloco donde pueda verla para tratar de dibujarla. Será bastante impresionante lo que encontraré en la obra mientras la estudio para dibujarla.

Actividad 86. Dibujo en cuadrículas

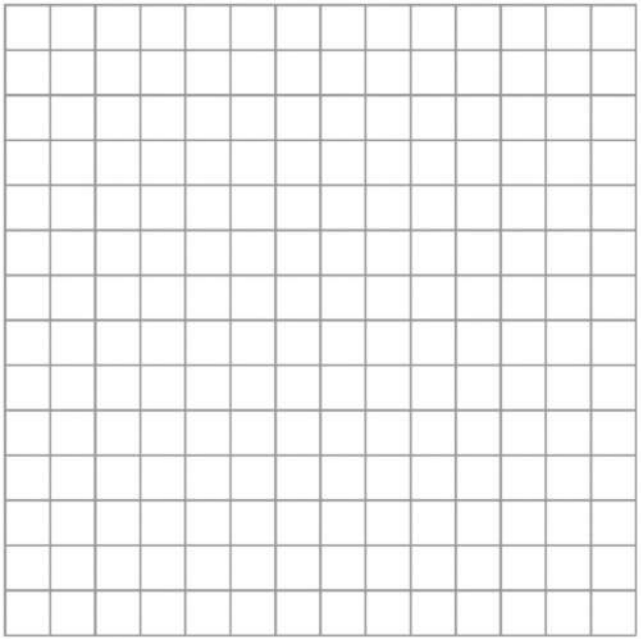
Observo la imagen y usando líneas verticales, horizontes y diagonales voy tranzado el dibujo en la cuadrícula en blanco.

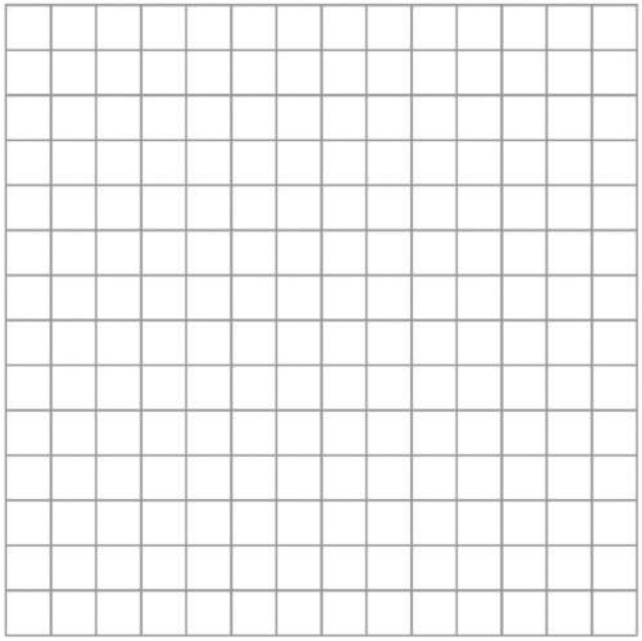




Actividad 87. Dibujo libre en cuadrículas

Busco algunas imágenes que me gustaría dibujar y usando líneas verticales, horizontes y diagonales voy tranzado el dibujo en las cuadrículas en blanco.



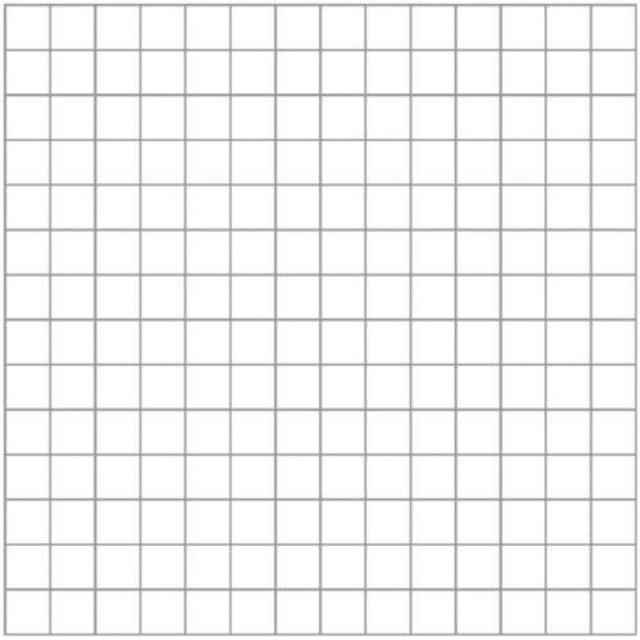


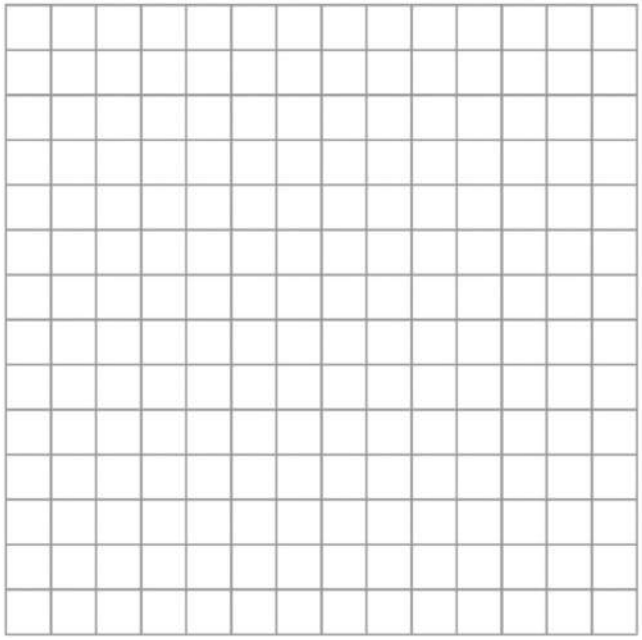
Actividad 88. ¡Te quiero mucho!

Dibujo a alguien a quien quiero mucho.

Actividad 89. Dibujando alimentos

Dibujo libremente mis alimentos favoritos usando los elementos del arte.





Actividad 90. Repasando

1.- Busco el significado de las siguientes palabras.

Lenguaje	-
Textura	-
Color	
Línea	
Forma	-
Plano	

2.- Dialogo con mi familia sobre las actividades que hice en educación artística y escribo cuáles fueron las que más me gustaron.

Actividad	Lo que gustó

Actividad 91. Who is?

I identify historical figures and their most relevant contributions. I know Salome Ureña and I identify past verbs.

Salomé Ureña Díaz de Henríquez

Salomé Ureña Díaz de Henríquez was born October 21, 1850, she was a Dominican poet and educator. She was one of the central figure of lyrical poetry of the 19th century and innovator in the education of woman in her country, influenced by the school of Eugenio María de Hostos. His work focused on love of the country and his family enrolment.

Present and past of the verb to be

PRESENTE	PASADO
I am / I'm. Yo soy o yo estoy	I was Yo era o yo estaba
You are / you're.	You were
He is / he's	He was
She is / she's	She was
It is / it's	It was
We are / we're	We were
You are / you're	You were
They are / they're	They were

I find the sentences that are in the past tense.

1.- _____

2.- _____

3.- _____

4.- _____

5.- _____

Actividad 92. Daily activities with care

I take the verbs in past from the box and complete the sentences with the activities I did yesterday.

brushed	played	studied	asked	cooked

- I _____ with my family
- I _____ mangú.
- I _____ my teeth at 7:15 am.
- I _____ with my classmates
- I _____ my teacher about nutrition class

Actividad 93. Activities that I do with my family

I mark with an X the activities I did with my family yesterday, last weekend and/or last vacation.

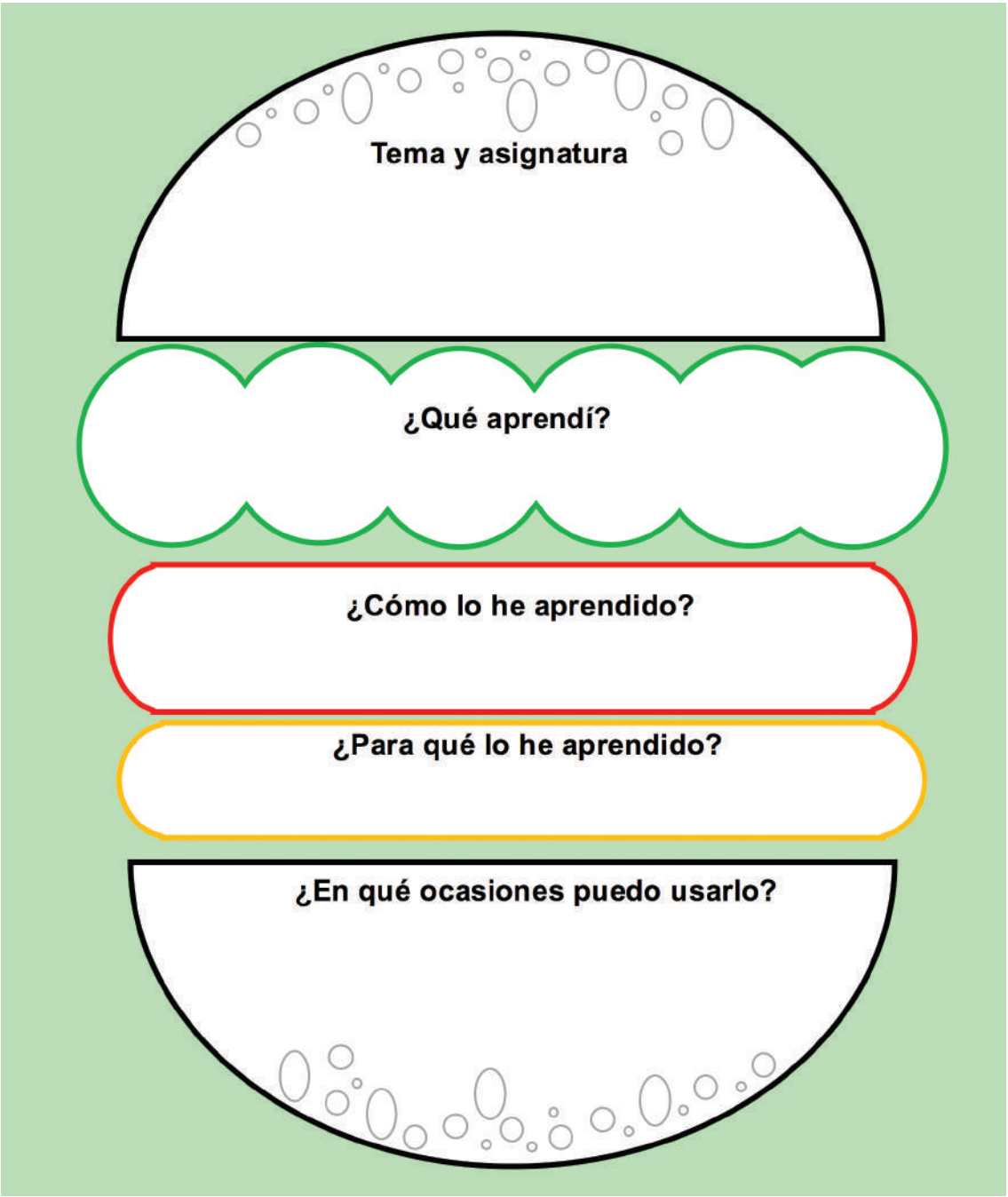
Activities that I did with my family	Yesterday	Last Weekend	Last vacation
Cooked			
Cleaned			
Danced			
Enjoyed			
Fished			
Judged			
Laughed			
Played			
Prayed			
Visited my Grandma			

I write my favorite activities

Valoro el recorrido

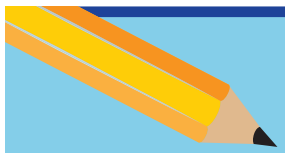
Actividad 94. La tostada

Sin hojear el cuadernillo escribo lo que aprendí durante la guía 5.



Actividad 95. Mi diccionario de palabras

Anoto las palabras nuevas que aprendí en esta guía.



MI DICCIONARIO DE PALABRAS

PALABRAS NUEVAS	PALABRAS DESTACADAS	MIS PALABRAS FAVORITAS

Actividad 96. Ni una gota más

Hago una encuesta sobre el cuidado y el uso correcto del agua a cinco o más miembros de mi familia.

Encuesta

1. ¿Considera usted que el uso racional y ahorro del agua es?

- Muy importante
- Medianamente importante
- Poco importante
- No sabe /No responde
- ¿Por qué?

2. ¿Está realizando alguna actividad para ahorrar y conservar el agua?

- Si
- No

Si su respuesta fue un sí, continúe contestando las siguientes preguntas:

3. ¿Qué actividad está realizando para el ahorro del agua?

_____

_____

_____

4. ¿Qué práctica realiza para ahorrar y cuidar el agua?

- Cierro la llave de agua después de usarla.
- Riego las plantas en las noches
- Uso agua lluvia
- Otras prácticas ¿cuáles?
- No sabe
- No aplica

5. ¿Cuáles actividades sugiere para conservación de la cuenca hidrográfica y el cuidado del agua?

_____

_____

_____

Actividad 97. Resumen de la encuesta

Anoto la cantidad total de respuestas obtenidas en la siguiente tabla:

Pregunta 1	**Total de respuestas**
Muy importante	
Medianamente importante	
Poco importante	
No sabe	
No aplica	
¿Por qué?	
Pregunta 2	**Total de respuestas**
Sí	
No	
Pregunta 3	**Total de respuestas**

Pregunta 4	
Cierro la llave de agua después de usarla	
Riego las plantas en las noches	
Uso agua lluvia	
Otras prácticas ¿Cuáles?	
No sabe	
No aplica	
Pregunta 5	

Actividad 98. Cartel del cuidado del agua

Realizo un cartel con materiales reciclados con algunas sugerencias sobre el cuidado del agua, le tomo una foto y la publico en mis redes con el permiso de mis padres.

Secuencia didáctica de las áreas: La metáfora del viaje explorador

Utilizamos la estrategia de planificación por **Unidad de Aprendizaje**. Cada guía se planifica de acuerdo con las competencias y contenidos esenciales, planteados por el Currículo Dominicano. Una de las metas propuestas es promover la articulación de las áreas de forma interdisciplinar, multidisciplinar o transdisciplinar.

Cada guía didáctica que recibe el estudiante consta de **cinco momentos o pasos basados en la metáfora del viaje y la exploración**, que evidencian nuestra concepción de construcción de conocimientos y compromiso con la transformación de la realidad personal y comunitaria. Igualmente, cada paso se ha identificado con un icono. Al interior de estos pasos de acuerdo con los contenidos que se movilizan, hay diferentes iconos que ayudan a identificar la actividad a realizar:

Actividades de inicio:

Actividades de desarrollo:

Actividades de cierre:

Actividades de evaluación:

Actividades de compromiso y servicio:

¿Qué es Fe y Alegría?

Somos un Movimiento Internacional de Educación Popular Integral y Promoción Social, dirigido a sectores empobrecidos y excluidos de la sociedad, para potenciar su desarrollo personal y participación social.

Nacimos en 1955, en un barrio marginado de Caracas Venezuela, a iniciativa del Padre José María Vélaz de la Compañía de Jesús. En la actualidad Fe y Alegría tiene presencia en 21 países. En la República Dominicana Fe y Alegría gestiona 47 centros educativos públicos, con unos 35,267 estudiantes en educación formal, junto a más de 1,300 docentes y otros 700 colaboradores, en 16 Provincias, de un extremo a otro del país. De los centros, 31 son de nivel inicial y primario, y 27 tienen formación media y bachillerato, 14 de los cuales son politécnicos.

Ofrecemos educación pública, gratuita y de calidad a niños, niñas y jóvenes de áreas urbano-marginales y rurales, contribuyendo al desarrollo social y humano de las comunidades más necesitadas, sirviendo a la educación nacional gracias a los fondos públicos del Estado y a los aportes de la cooperación internacional y nacional.

¿Qué es Radio Santa María?

RSM es una emisora educativa fundada en 1956, en La Vega. Desde esa fecha acompaña la audiencia de El Cibao con una variedad de servicios sociales y educativos ofrecidos a través de sus frecuencias de AM y FM, un sistema de educación a distancia para adultos, las Escuelas Radiofónicas, que cumplirán 50 años en 2021; un Departamento de apoyo a organizaciones de base, el servicio digital y las Ediciones RSM. Se privilegian áreas temáticas como la convivencia democrática y la tolerancia, la educación formal y no-formal de adultos, la perspectiva de género y el respeto al medio ambiente.