

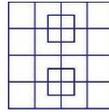
FECHA:

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: 1

PRODUCTO A ENTREGAR:

Acertijo del día 1:

¿Cuántos cuadrados ves?

**TEMA:** Es hora de contar historias (Lengua Castellana o español)

Sabías que:

El género narrativo es un tipo de literatura donde el autor hace uso de un narrador, el cual se encarga de relatar la historia, la cual puede ser real o ficticia. En toda narración se distinguen los siguientes elementos.

El narrador: Es la voz que cuenta al lector lo que va sucediendo en la narración. Presenta a los personajes y sitúa la acción o secuencia de los acontecimientos en un espacio y en un tiempo determinado.

Personajes: Hay generalmente uno más importante: es el protagonista. Los demás son secundarios. Casi siempre son seres creados por el autor y por medio de ellos expresa sus ideas. Con sus actuaciones dentro de la narración, los personajes revelan una norma de conducta, es decir, su carácter.

El tiempo: En la narración hace referencia a la duración de la acción y al tiempo en que sucede la historia.

El espacio: Es el lugar o lugares donde se desarrolla la acción.

La acción: Está dada por la serie de acontecimientos simultáneos o sucesivos, reales o imaginarios, entrelazados en la trama del argumento.

Para narrar cualquier historia se utilizan muchas palabras y estas pueden ser:

Sustantivos	Adjetivo	Verbo
Los sustantivos son palabras que identifican objetos, personas o lugares. Los sustantivos propios se refieren a personas o lugares específicos y se escriben con mayúscula. Los sustantivos comunes son palabras que se refieren a cosas u objetos en general y se escriben con minúscula.	El adjetivo es la clase de palabra que acompaña al sustantivo para expresar una cualidad de la cosa designada por él (Tamaño, forma, color,) si es una persona su carácter, actitudes, etc.	Los verbos son las palabras que indican la acción que realizan o el estado en el que están las personas, los animales, las plantas o las cosas.
Ejemplos: Ana Gato Parque Flores	Ejemplos: Ana es inteligente El gato es perezoso El parque es muy seguro Las flores son bellas	Ejemplos: Cantar Comer Escribir Escuchar

Actividades, Vamos a construir una narración sobre el origen de tu familia.

Es el momento de investigar:

- Habla con algunas personas de tu casa y pregunta sobre cómo se conformó tu núcleo familiar. Es como hacer una entrevista. Piensa y escribe en tu cuaderno de español, qué preguntas les puedes hacer.
- Con sus respuestas vas a escribir tu narración. Para escribir tu historia utilizarás sustantivos, adjetivos y verbos. (escríbela en tu cuaderno).
- En tu escrito ten cuidado de escribir los sustantivos, adjetivos y verbos que utilices con los colores designados en los ejemplos. El escrito te va a quedar de colores.
- Haz un dibujo que represente tu historia, en dónde pongas a prueba toda tu imaginación.

¡Fin de la actividad!

Elaboración de una narración sobre el origen de tu familia.

LUNES 11 DE MAYO
(INTERDISCIPLINAR)

Acertijo del día 2:

¿Qué da la vuelta al mundo, pero se queda en una esquina?



TEMA: Juguemos con las fracciones (matemáticas)

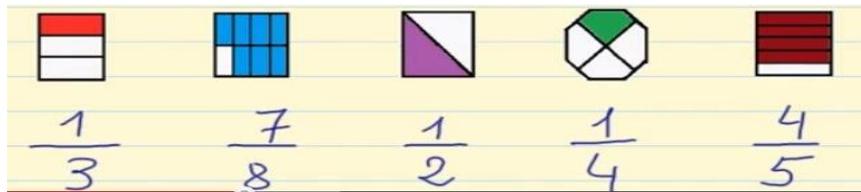
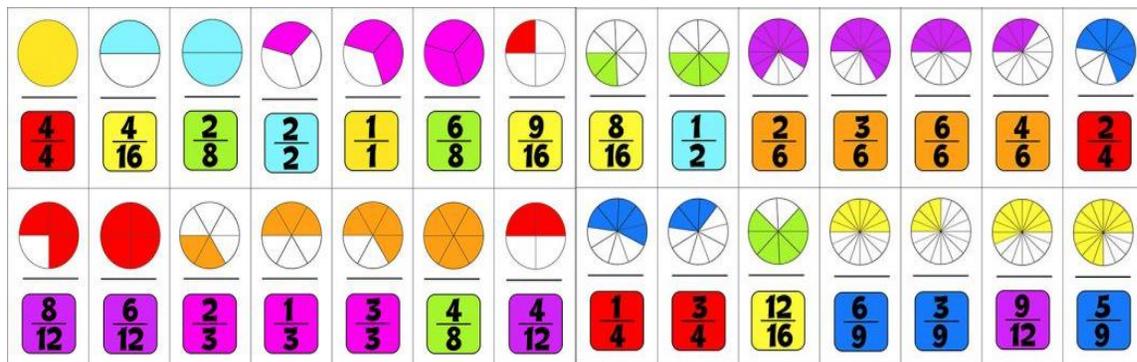
¿Sabes qué es una fracción?

Una fracción representa el número de partes que cogemos de una unidad que está dividida en partes iguales. Se representa por dos números separados por una línea de fracción.

**Términos de una fracción**

Los términos de una fracción son el **numerador** y el **denominador**. El **numerador** es el número de partes que tenemos y el **denominador** es el número de partes en que hemos dividido la unidad.

Vamos a ver un ejemplo: Tenemos diferentes figuras y cada una de ellas la dividimos en diferentes partes iguales, que es el denominador. La parte coloreada es el numerador.

**Domino de fracciones****Actividades, Es el momento de jugar:**

1. Con el material que tengas en casa elabora las fichas de la imagen.
2. Cérciorate de colorear las fichas como se muestra en la gráfica.
3. Empieza a jugar de modo tal que logres formar un juego completo, puedes hacerlo de diferentes formas.

¡Fin de la actividad!

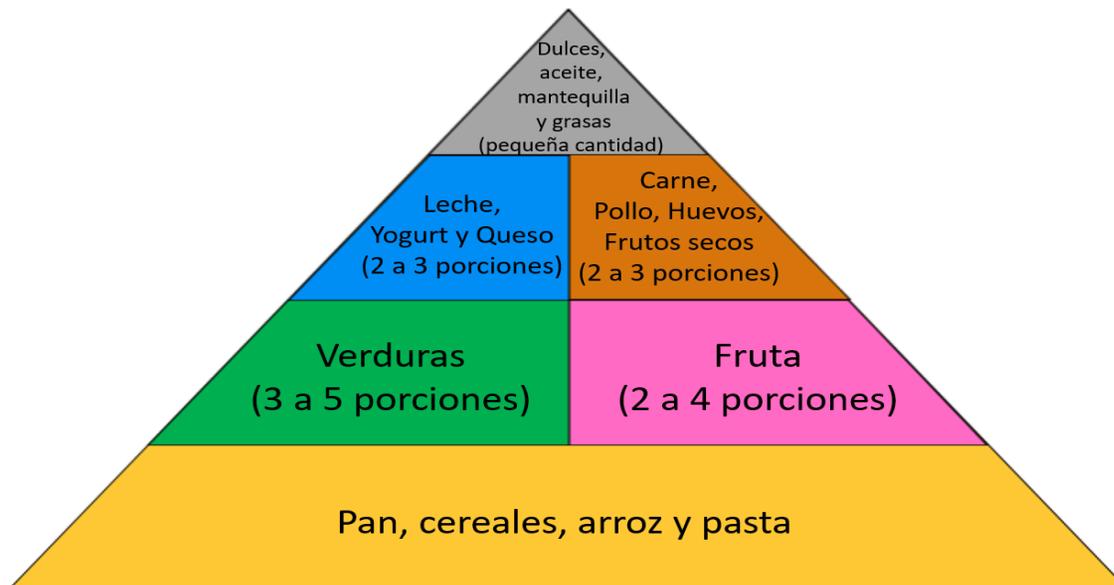
Elaboración de un juego didáctico

Acertijo del día 3:

¿Qué hay siempre delante de ti pero que no se puede ver?



TEMA: comida saludable (Ciencias)



La forma triangular de la pirámide nutricional nos orienta sobre la frecuencia y las cantidades que debemos consumir de diferentes alimentos. En los primeros eslabones, se sitúan los alimentos que más peso han de tener en la alimentación diaria. A medida que vamos subiendo de niveles, aparecen otros alimentos que hay que consumir en menor cantidad. En el vértice se sitúan alimentos de consumo opcional y que en caso de consumirse, ha de ser ocasionalmente.

Algunos consejitos....

CEREALES Y FARINÁCEOS	HORTALIZAS Y GRANOS	FRUTAS	ACEITES	LECHE Y SUS DERIVADOS	CARNES Y SUSTITUTOS
<p>Prefiera cereales, panes, galletas o pastas provenientes de cereales integrales.</p> <p>Consuma hortalizas farináceas (viandas o verduras) con frecuencia.</p> <p>Una onza es aproximadamente 1 rebanada de pan, 1/4 taza de arroz o 1/2 taza de cereal o pasta cocida. El equivalente de una onza de cereales es 3 onzas de hortalizas farináceas.</p>	<p>Incluya hortalizas de todos los colores.</p> <p>Consuma mayor cantidad de hortalizas de color verde oscuro como brécol o espinacas.</p> <p>Consuma mayor cantidad de hortalizas de color anaranjado como zanahorias y calabaza.</p> <p>Consuma mayor cantidad de habichuelas.</p>	<p>Prefiera frutas en lugar de jugos.</p> <p>Consuma una variedad de frutas, especialmente las de Puerto Rico.</p> <p>Elija entre frutas frescas, congeladas, enlatadas o secas.</p> <p>No tome mucho jugo de frutas.</p>	<p>Seleccione entre: aceite de oliva, aceite vegetal o aguacates.</p>	<p>Prefiera leche integra u otros tipos como leche descremada o baja en grasa.</p> <p>Los quesos bajos en grasa son un buen sustituto para la leche.</p> <p>Si tiene problemas con el consumo de leche, empiece con una poca y aumente la cantidad poco a poco.</p>	<p>Prefiera carnes y aves magras con bajo contenido de grasa.</p> <p>Cocine las carnes sin añadir grasa.</p> <p>Varié la rutina de proteínas que consume. Consuma mayor cantidad de pescado, habichuelas u otros granos, nueces y semillas.</p>
En una dieta de 2,000 calorías, necesita consumir las siguientes cantidades de cada grupo de alimentos.					
Coma 6 onzas cada día	Coma 2 1/2 tazas cada día	Coma 2 tazas cada día	5 cdtas. al día	Tome 24 onzas cada día: niños de 2-8 años 16 onzas	Coma 5 onzas o su equivalen cada día.

Actividades,

1. Investiga que alimentos de los que se contemplan en la pirámide alimenticia hay en tu casa.
2. Con materiales que tengas en casa elabora la pirámide alimenticia.
3. Dibuja por lo menos 4 alimentos que hay en tu casa y clasifícalos en tu pirámide según el grupo de alimentos al que pertenezcan.
4. Escribe la importancia de consumir alimentos que hagan parte de una dieta balanceada y en los horarios indicados.

¡Fin de la actividad!

Elaboración de la pirámide alimenticia de tu casa

TEMA: RUTINAS EN CASA. INGLES.



2:00 - It's two o'clock.	2:30 - It's half past two.
2:05 - It's five past two.	2:35 - It's twenty-five to three.
2:10 - It's ten past two.	2:40 - It's twenty to three.
2:15 - It's quarter past two.	2:45 - It's quarter to three.
2:20 - It's twenty past two.	2:50 - It's ten to three.
2:25 - It's twenty-five past two.	2:55 - It's five to three.

Analiza la imagen y pregúntale a un adulto cómo leer un reloj de manecillas. En el video adjunto verás también la explicación.

Escribe la hora de las siguientes rutinas que haces en cuarentena:

I Wake up at: __: __
It's _____



I wash my face and brush my teeth at: __: __
It's _____



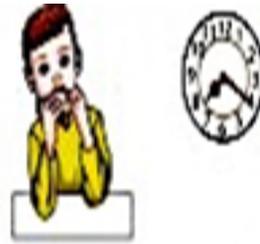
VOCABULARY BANK:

- wake up: despertar
- wash face: lavarse la cara
- brush teeth: lavarse los dientes.
- have breakfast: desayunar
- take a bath: bañarse
- get dressed: vestirse
- do homework: hacer tareas.



Aquí el vocabulario que necesitas.

I have breakfast at: __: __
It's _____



I take a bath at: __: __
It's _____



I get dressed at: __: __
It's _____



I do homework at: __: __
It's _____



Ejemplo:

I do home work at 2:30
It's half past two

TENER EN CUENTA:

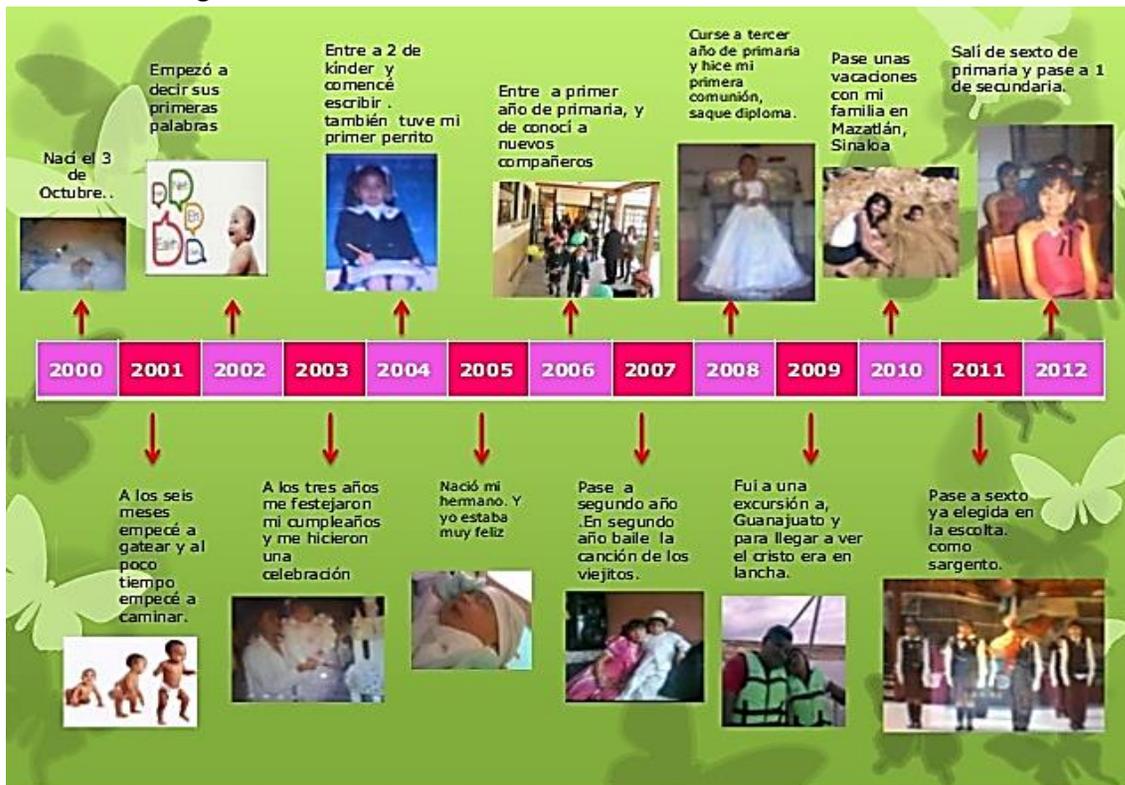
Tres en punto (3:00): three O'clock,
Tres y media (3:30): half past, three.
Tres y cuarto (3:15): a quarter past three,
Falta un cuarto para las tres (2:45): a quarter to three.

FECHA:	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: 5	PRODUCTO A ENTREGAR:
VIERNES 15 DE MAYO (ED. ARTÍSTICA)	<p style="text-align: center;">TEMA: Educación Artística TEATRO</p> <p>1. Escuchar la canción "Para la guerra nada" de la Artista Marta Gómez, aprenderse la siguiente estrofa:</p> <p style="text-align: center;"> “Para amar nuestro planeta Aire limpio y corazón Agua clara para todos Mucho verde y más color Para la tierra más semillas Para ti, aquí estoy yo Para el mundo eternas lunas Pregonando esta canción Para la guerra, nada”. </p> <p>2. Crear una secuencia de movimientos que acompañen la canción, para que se perciba armonía entre el cuerpo, el gesto, la voz y la danza; además.</p> <p>3. Realizar un instrumento musical donde utilicen materiales reciclables tales como: Hojas arrancadas de cuadernos, periódicos, revistas, papeles, envases de cartón, botellas de bebidas, envases de perfumes y latas, para contribuir con el cuidado del ambiente y el planeta, debes bailar y cantar con el instrumento musical la canción "Para la guerra nada". Debes tomar registro fotográfico enviarlo a los respectivos docentes de Educación artística.</p> <p>4. Hacer un dibujo o pintura inspirada en la estrofa de la canción y enviar una fotografía del trabajo realizado.</p> <p>De manera OPCIONAL (Sí quiere) puede participar en uno de tres concursos descritos aquí:</p> <p>Fundación la equidad seguros (Concurso de pintura 2020). http://www.laequidadseguros.coop/fundequidad/programas/juventud/concurso-de-pintura</p> <p>Concurso de arte Picasso https://noticiascaracas.com/nuevos-horizontes/concurso-de-arte-picasso-para-estudiantes-internacionales-desde-los-6-anos/.</p> <p>Concurso de dibujo infantil Toyota: http://www.dibujatutoyota.com/terminos.html.</p> <p style="text-align: center;">¡Fin de la actividad!</p>	

Adivinanza. Todos pasan por mí, yo no paso por nadie. Todos preguntan por mí, yo no pregunto por nadie. ¿Qué soy?

TEMA: La historia de mi vida (Sociales)

Observa la imagen:



Es una línea de tiempo en la que se muestra la vida de una niña desde que nació hasta el año 2012. Se señalan eventos importantes para ella, y se ilustran con fotos.

Las líneas de tiempo se utilizan para dar a conocer los hechos sucedidos en la vida de una persona o de un país de forma ordenada de acuerdo como sucedieron en el tiempo, esto se llama en orden cronológico.

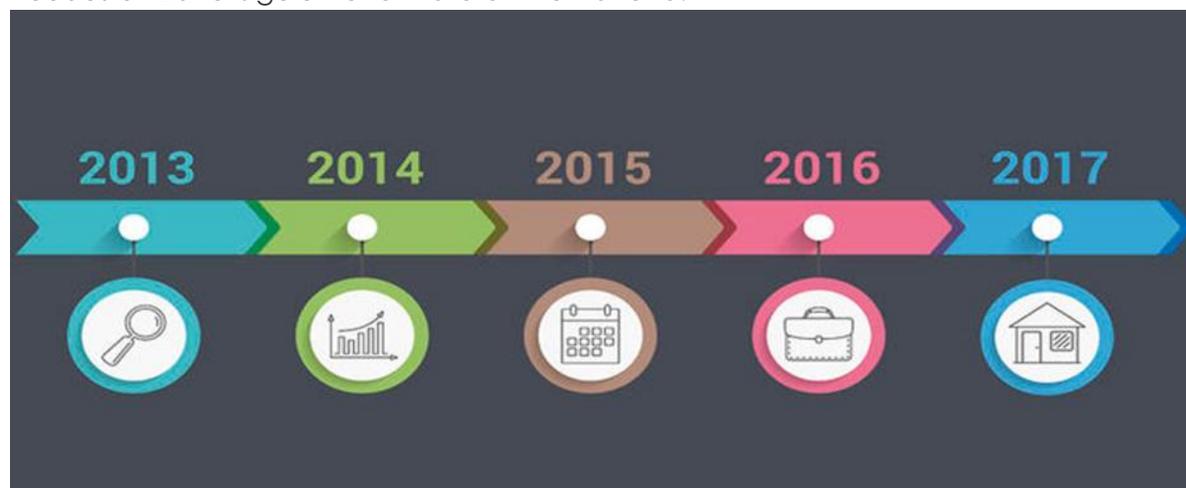
Actividad:

Vas a hacer la línea de tiempo de tu vida, contando los eventos importantes desde el día en que naciste hasta este año.

Le puedes preguntar a tus padres y abuelos sobre eventos de tu vida para que te ayuden a recordar y escoger cuales quieres incluir en la línea del tiempo.

Puedes hacer la línea del tiempo en tu cuaderno o en una hoja de block, o en un octavo de cartulina, según prefieras.

Puedes utilizar el siguiente formato o inventar uno:



¡Fin de la actividad!

FECHA:	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: 7	PRODUCTO A ENTREGAR:
MARTES 19 DE MAYO (INTERDISCIPLINAR)	<p>Adivina adivinador: Fui caminando por él y nunca lo traje... ¿qué es?</p> <p>TEMA: El Testimonio. (Lengua Castellana)</p> <p>Sabias que otra forma de narración es el Testimonio. Un testimonio es un discurso escrito u oral, en el que el protagonista cuenta lo que le está sucediendo para dar a conocer a las personas de su comunidad lo que le pasa.</p> <p>Los testimonios se utilizan para construir la historia de un grupo de personas e incluso de un país. Es como contarles a otros lo que te pasa. Siempre se escribe en primera persona porque el que narra es el protagonista.</p> <p>En el futuro las personas se podrán hacer una idea de lo que estamos viviendo en este tiempo a raíz del aislamiento social al que nos vemos obligados para prevenir el contagio del Covid 19 o corona virus, gracias a los testimonios que vamos a escribir.</p> <p>En esta actividad nosotros vamos a hacer nuestros testimonios, como niños y niñas vamos a contar para las personas del futuro como es que estamos viviendo este aislamiento y lo que sentimos frente al virus que nos tiene encerrados en casa.</p> <p>Actividad.</p> <p>Si lo prefieres cómo ejemplo puedes ver el programa "Cuentos de Viejos" en señal Colombia. Son testimonios de acontecimientos que vivieron abuelos de distintas partes de América y los narran en video clip con imágenes.</p> <p>Ahora vas a ser tu propio testimonio sobre cómo estás viviendo la cuarentena.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vas a pensar en cómo contarle a alguien del futuro lo que estás viviendo como niño o niña que vive en 2020. 2. Puedes hacer tu testimonio escrito teniendo en cuenta las siguientes ideas: <ul style="list-style-type: none"> • Piensas en un título. • Te presentas puedes decir o no tu nombre, lo importante es describir quién eres y cómo eres. En qué año naciste y en qué fecha y año estás escribiendo el testimonio. • Cómo vivías antes de la cuarentena. • Dónde vives, en qué País, en qué barrio. • Cómo es tu día, que haces durante el día. • Cómo estudias. • Cómo es tu familia y cómo pasan el tiempo en casa. • Qué cosas haces después de estudiar. • Finalmente, terminas diciendo cómo te sientes. <p>Una vez lo tengas escrito y revisado, sin tachones ni errores. Lo pasas a una hoja tamaño carta y me envías la foto de tu trabajo. Si quieres puedes memorizar lo que escribiste, en la guía de mañana vamos a hacer un corto video en el que presentas a las personas del futuro tu testimonio de cómo vives esta experiencia de cuarentena siendo un niño o niña de esta época.</p> <p style="text-align: center;">¡Fin de la actividad!</p>	Testimonio sobre tu vida en cuarentena escrito en el cuaderno

FECHA:

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: 8

PRODUCTO A ENTREGAR:

Acertijo del día 8:

¿A qué pregunta nunca puedes responder con un sí?

TEMA: Proyecto final (Comunicación).

Vamos a hacer un corto vídeo, sugiero grabar el testimonio que escribiste ayer. Ya tienes el escrito, puedes aprendértelo o decirlo como lo recuerdes. Puedes usar fotos, imágenes, te envío un ejemplo. Debes tener en cuenta las instrucciones para hacer un video con el celular.

1. **Utiliza un celular.** Revisa que tenga espacio suficiente para guardar un video de solo 20 segundos.



2. **Elige una buena locación.** Encuentra un lugar con buena iluminación. Si se trata de luz natural, la habitación debe tener muchas ventanas o estar bien iluminada.



3. **Busca buena iluminación.** Nunca grabes con la luz a tus espaldas (la imagen se verá oscura). Siempre procura que la luz se proyecte en tu rostro para que tu rostro se vea iluminado.



4. **Captura un buen ángulo.** En esta oportunidad haremos una toma estática. Puedes colocar el celular sobre una mesa o una silla o cualquier lugar que no tenga movimiento.



5. **Entiende lo que estás hablando.** Siempre ten a la mano un guion (Escribe en una hoja lo que vas a decir). No importa si no lo aprendes textualmente.



6. **Sé dinámico.** Mira fijamente a la cámara, muévete, límitate a hacer gestos con las manos, no seas monótono al hablar y utiliza las expresiones del rostro para enfatizar tus palabras.



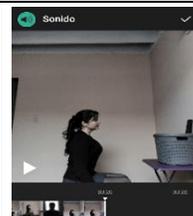
7. **Se creativo.** Puedes utilizar material de apoyo: dibujos, objetos, juegos o cualquier cosa en la que te puedas apoyar.



8. **Ten cuidado con el sonido.** Revisa que el espacio donde vas a grabar no tenga sonidos fuertes, así como también debes utilizar un tono de voz fuerte y firme.



9. **Revisa tu video.** Revisa que el video no quede oscuro, con sonido bajo o con interrupciones en el espacio. Además, es importante que tu vídeo solo tenga 20 segundos de duración. "Si es necesario repítelo"



10. **Ya estas listo para hacer tu video:** Si no quieres grabar el testimonio pide a tu profesor que te asigne un tema de los que viste en estas dos semanas y realiza una exposición y empieza a poner en práctica lo que aprendiste.

"Luces, cámara y comienza a grabar".



Video corto Sobre el testimonio o sobre el tema asignado por la profesora.

¡Fin de la actividad!

TEMA: EDUCACION FÍSICA.

Se cree que, con la llegada a la adultez y a la vejez, es normal que también aparezcan algunas enfermedades, es más, creemos que es normal estar enfermos solo por ser viejos, pero no es así, la gran mayoría de enfermedades se producen desde la niñez y aparecen en la adultez, debido a malos hábitos en nuestra infancia. Es por esto que es tan importante que los niños y también los adultos, realicemos todos los días alguna rutina de ejercicios.

Actividad No1 Calentamiento:

Realizar calentamiento con ejercicios suaves que pongan en movimiento las diferentes partes del cuerpo. (10 a 15 minutos)

Realizar los 10 estiramientos según la gráfica. 2 repeticiones cada estiramiento de 20 segundos.



Actividad No2 Entrenamiento

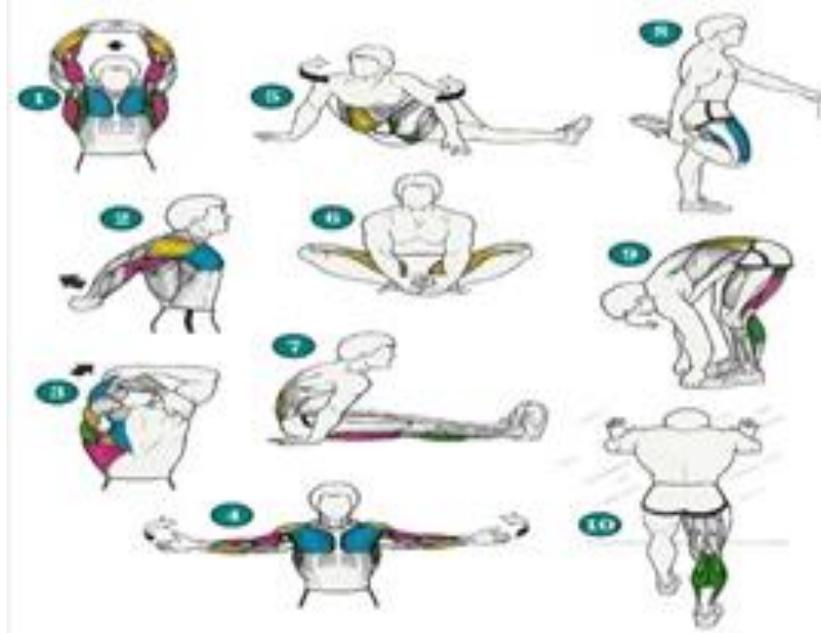
El siguiente método de entrenamiento se puede realizar varios días a la semana y con toda la familia.

Un video con algunos de los ejercicios

Material	Reloj o cronometro para medir segundos.		
Desarrollo	Debes realizar cada ejercicio durante 30 segundos, luego descansar 10 segundos y cambiar al siguiente.		
	 1. Salto tijeras laterales	 2. Sentadillas	 3. Skipping
	 4 Abdominales	 5 Tijeras frontales	 6. Flexiones
	 7 Trote en el puesto	 8. Burpees	
	 9. Dorsales	 10 Boxeadores	

Variante En la medida en que tu capacidad física mejore, puedes terminar esta rutina y volver a comenzarla las veces que logres hacerla.

Estiramientos finales



Actividad 3 Pruebas Motrices

Material Objetos que sirvan de pelota: bolas de papel, calcetines, pelotas plásticas.
Objetos que sirvan de raqueta: cartón recortado en forma de raqueta, tablas pequeñas.

Desarrollo Realizar 20 controles de pelota de tenis con raqueta con mano derecha y 20 con mano izquierda.



Reglamento Los 20 controles deben ser seguidos, si se te cae la pelota, debes iniciar de nuevo.

Variantes Puedes intentar hacer este ejercicio caminando en diferentes direcciones y después lo puedes intentar pasando algunos obstáculos para aumentar la dificultad.

Un video con algunos de los ejercicios

Actividad No 4 Entrenando juntos

Otra posibilidad de realizar actividad física dirigida es seguir este programa de TV

Programa de tv

Entrenando juntos.
Ver repetición 5:30 por señal Colombia



¡Fin de la actividad!

FECHA:

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: 10

PRODUCTO A ENTREGAR:

VIERNES 22 DE MAYO
(CONVIVENCIA)



COLEGIO JOSE MARTI (IED)
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN Y ASESORIA ESCOLAR
"El Colegio José Martí, Un espacio de realización personal"



ACTIVIDAD VOLUNTARIA EN QUE
NUESTRAS FAMILIAS TENDRAN
UNA INTERVENCIÓN
IMPORTANTE.

Pronto se anunciarán las bases para
la voluntaria participación de las
familias..

Sueño Despierto

Yo sueño con los ojos
Abiertos, y de día
Y noche siempre sueño.
Y sobre las espumas
Del ancho mar revuelto,
Y por entre las crespas
Arenas del desierto
Y del león pujante,
Monarca de mi pecho,
Montado alegremente
Sobre el sumiso cuello,
Un niño que me llama
Flotando siempre veo!

José Martí