



## UNIDAD EDUCATIVA" PROVINCIA EL ORO"

### ACTIVIDADES PROYECTO 3 FICHA SEMANA 11

TUTOR/A:	DOCENTE. JANETH GUALACATA	GRADO/ SEXTO "A "
FECHA:	INICIA:15 de noviembre de 2021	FINALIZA: 19 de noviembre de 2021
OBJETIVO DE APRENDIZAJE SEMANAL	Los estudiantes comprendan la importancia de tener buenos hábitos para mantenernos sanos	
NOMBRE DEL PROYECTO	CUIDEMOS NUESTRA SALUD CON RESPONSABILIDAD .	
PRODUCTO FINAL	COLLAGE SOBRE LA BUENA ALIMENTACIÓN Y SALUD.	
VALOR DE LA SEMANA:	Honestidad	
FRASE MOTIVADORA:	<b>UNA RESPUESTA HONESTA ES SEÑAL DE UNA AMISTAD VERDADERA</b>	

### INDICACIONES

#### PARA ESTUDIANTES

- \*Luego de revisar la ficha de tareas
- \*Poner el AREA y el TEMA
- \*Poner claramente su nombre, el grado, paralelo
- \*Poner en número de la SEMANA
- \*Tener materiales necesarios antes de la clase de TEAMS,
- \*Escribir con buena letra, revisar la ortografía.
- \*Enviar las tareas al TEAMS
- \*Las tareas realizarlas sin tachones, sin corrector, bien presentadas y a tiempo

#### PARA LAS FAMILIAS

- a.-Revisar las tareas enviadas para el trabajo semanal a partir del día lunes.
- b.-Controlar que su hijo/a ingrese puntualmente a las clases virtuales.
- c.-Adecuar un espacio para que reciba la clase.
- d.-Brindar a los estudiantes el acompañamiento necesario.
- e.-Revisar que las tareas estén limpias, sin manchones ni corrector.

### LUNES 15 DE NOVIEMBRE

#### MATEMÁTICAS

##### TEMA: DIVISIÓN DE NÚMEROS NATURALES PARA DOS CIFRAS

##### Actividades:

- Leer y revisar la página 14 del texto de Matemática
- Realizar varios ejercicios de división y comprobación de los resultados.

##### TAREA:

-Trabajar en la página 12, las actividades 1, 2, 3 del cuaderno de trabajo de Matemática.

### MARTES 16 DE NOVIEMBRE

#### LENGUA Y LITERATURA

##### TEMA: EL AFICHE

Leer y analizar las páginas 45,46,47 del texto de lengua y literatura

##### TAREA.

Trabajar en las páginas 8,9,10,11 del cuaderno de trabajo de lengua y literatura

### MARTES 16 DE NOVIEMBRE

#### EDUCACIÓN FÍSICA

Realiza los siguientes ejercicios corporales.

Esta actividad la puede realizar dentro de tu casa ya que es una actividad divertida y fácil para ti, puede realizar esta actividad con tu familia recuerda tomar las medidas necesaria de precaución para desarrollarla.

##### 1.- Material:

- \* Saco o costal
- \* Una cuerda
- \* cajas o obstáculos.

## 2.- Calentamiento:

Calentamiento de articulaciones; Movimiento de cabeza y cuello; Movimiento de hombros Movimiento de cintura; Movimiento de rodillas; Movimiento de tobillos

## 3.- Vamos a realizar el juego Los ensacados.

- “Los ensacados”, también conocido como “carreras de sacos”, es un juego que se practica al aire libre.
- Este consiste en que los participantes se meten en sacos de lona y deben ir saltando hasta la meta; si dejan caer el saco, serán descalificados. El participante que llegue primero a la meta gana.



## 4.- Salto de obstáculos:

- Colocamos obstáculos, cajas, llantas, u otros en una pista de carrera, realizamos varias carreras con los demás compañeros o miembros de la familia.

## 5.- Salto de la cuerda:

- Para fortalecer las piernas y desarrollar la velocidad, resistencia y agilidad, realizamos varios saltos en la cuerda con la ayuda de un familiar o el docente profesor.

## 6.- Con el acompañamiento musical (electrónica)

- Realizamos los malabares con los implementos creados en el proyecto 2 (clavas y pelotas)

## 7.- Importancia del ejercicio físico, alimentación correcta y hábitos de aseo

- En general, mantener unos hábitos alimentarios correctos ayuda a prevenir enfermedades, permite el buen funcionamiento de todos los órganos, aparatos y sistemas del organismo, y proporciona la energía necesaria para practicar **actividad física**.
- lo recomendable es incentivar la práctica de actividad física en los niños, para cuidar su salud a futuro.
- La práctica de la misma en la infancia genera una serie de beneficios que incluyen un crecimiento y un desarrollo saludable del sistema cardiorrespiratorio y músculo- esquelético, el mantenimiento del equilibrio calórico, y por lo tanto, un peso saludable y la prevención de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- Para los niños en general una alimentación variada es necesaria, pero si el niño hace deporte hay que llevar especial cuidado en que reciba los nutrientes necesarios para realizar el esfuerzo sin que les falte energía.

## LEE ESTAS RECOMENDACIONES CON LA COMPAÑÍA DE TUS PADRE

- Que esté bien alimentado durante todos los días de la semana, porque de ese modo durante su sesión de entrenamiento su cuerpo tendrá recursos que provienen de almacenes de nutrientes de más de un día. Por supuesto, ha de comer bien los días en que practique deporte, pero ha de consumir alimentos sanos también el resto de los días.
- Que esté bien hidratado es la mejor forma de evitar mareos y calambres. Sus músculos estarán bien hidratados, más flexibles y pasará menos calor. Han de hidratarse antes, durante y después del ejercicio físico. El sudor expelle hierro, calcio y minerales que se reponen con una adecuada alimentación. No debe esperar a tener sed para beber sino que ha de ir bebiendo con cierta periodicidad.

- Los niños que practican deporte deben evitar las bebidas gaseosas, con cafeína, caramelos y chucherías antes de las competencias o entrenamientos, esto tiene efecto rebote y puede acusar una bajada de azúcar. Mejor agua o jugos de frutas naturales.
- Si el niño padece anemia, lo cual repercutiría negativamente en su rendimiento y su recuperación, hay que consultar al nutricionista y medico. También si se encuentra excesivamente cansado o decaído.
- No hay que aplicarle dietas específicas de otros niños, ni suplementos de proteínas ni dietas "de entrenador". Las dietas pueden comprometer el desarrollo y crecimiento del niño.
- Si tiene una competencia o entrenamiento, es adecuado que coma entre una hora y nutre y evita que vaya con hambre además hacer la digestión.
- Se recomienda una comida completa, con carbohidratos. Si el entrenamiento es largo por si tiene hambre.
- Es importante no saltarse comidas el día de
- Prefiera la comida de casa, esta suele ser más si comen fuera de casa.
- Lo ideal es realizar de cinco a seis comidas al día. Tres principales y una o dos meriendas
- Es indispensable asegurar el aporte de calcio y hierro.



media y dos horas antes. Esto le permite el tiempo suficiente para algo de verduras, proteínas, puede llevar algo de comida ligera competencia o entrenamiento. equilibrada y se controla mejor que

## MIÉRCOLES 17 DE NOVIEMBRE

### MATEMÁTICAS

#### TEMA: LOS ÁNGULOS

##### Actividades

- Leer y revisar la página 18 del texto de Matemática
- Transcribir la clasificación de los ángulos en la parte de materia de Matemática
- Trazar ángulos de diferentes grados como refuerzo al tema utilizando el graduador

##### TAREA:

- Trabajar en las páginas 18 y 19 del cuaderno de trabajo de Matemática.

## MIÉRCOLES 17 DE NOVIEMBRE

### CIENCIAS NATURALES

#### TEMA: LA SALUD

Leer y analizar las páginas 38,39,40 del texto de ciencias naturales

Tarea.

Trabajar en la página 24 del cuaderno de trabajo del área de ciencias naturales

## JUEVES 18 DE NOVIEMBRE

### LENGUA Y LITERATURA

#### TEMA: RELATO HISTÓRICO

Leer y analizar en el texto de lengua y literatura en las páginas 48,49

TAREA.

Trabajar en el cuaderno de trabajo de lengua y literatura en la página 12

## JUEVES 18 DE NOVIEMBRE

### ESTUDIOS SOCIALES

#### TEMA: EL ORDEN COLONIAL

## Actividades

- Leer y revisar las páginas 18, 19 y 20 del texto de Ciencias Sociales
- Subrayar lo más relevante de la lectura
- Contestar preguntas oralmente
- Realizar el organizador gráfico sobre las Clases Sociales que se encuentra en la página 20 del texto de Ciencias Sociales.

## TAREA:

-Contestar el siguiente cuestionario:

- 1.- ¿Quién fue Rumiñahui?
- 2.-¿Cómo encontraron a Quito Benalcazar y sus hombres?
- 3.-¿Cuál fue el primer acto que realizaron los españoles?
- 4.-Enliste las clases sociales en la Colonia
- 5.-¿En qué se dividió el estado Colonial?

## VIERNES 19 DE NOVIEMBRE

### ECA

TEMA: TEXTILES DEL PAÍS

Observar la imagen



## TAREA.

Realizar un informe sobre los textiles del ecuador

## VIERNES 19 DE NOVIEMBRE

### PROYECTO ESCOLAR

TEMA: DIBUJO Y PINTURA DE UN HERMOSO TIGRE

El **dibujo** es el arte de representar gráficamente objetos sobre una superficie plana; es base de toda creación plástica y es un medio convencional para expresar la forma de un objeto mediante líneas o trazos. En la **pintura**, la estructura de los planos se logra mediante masas coloreadas.

### Materiales:

1 cartulina blanca

Lápiz

Pinturas

Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=zMb96vEBo6E>





## TAREA:

-Realizar el trabajo siguiendo los pasos del video.

**VIERNES 19 DE NOVIEMBRE**

**INGLES**

**TOPIC:** Healthy and fast food

1. Make a brainstorming about the Healthy and Fast food.
2. Remember the words and write in the chat
3. Time to practice <https://es.liveworksheets.com/ub1220657le>
4. Time to practice <https://es.liveworksheets.com/ub1220657le>

## TASK.

Look at the pictures and write a salad fruit use the following ingredients.



BANANA



GRAPES



WATERMELON



STRAWBERRY

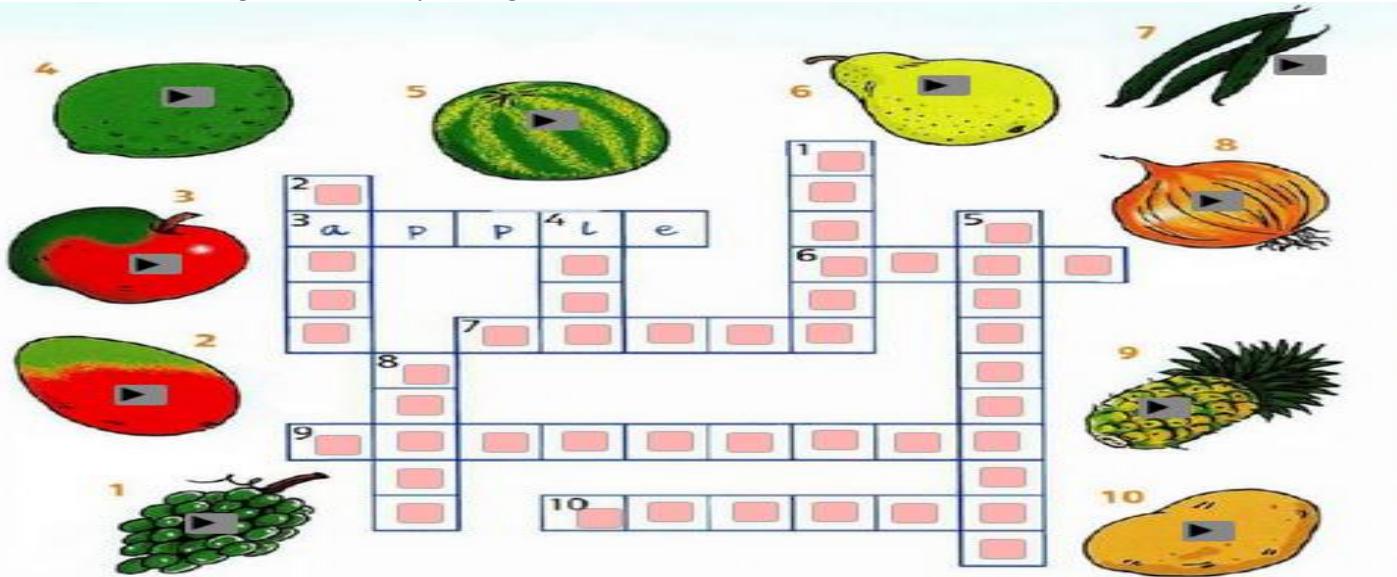


ORANGE

1. I Prefer to eat grapes that bananas

## ESTUDIANTES NEE

1.- Make the following crossword in your English notebook



## Task

Practice the writing of each word.

## ESTUDIANTES NEE

1. Use the pictures and write the names of each word.



### **TASK.**

Repeat each word. Look at the example

apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana  
apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana    apple= manazana

Docente Tutor/a