

Guia 2

L.E. Miguel de Cervantes Saavedra

Docente: Wilian Salinas, Grado: 4º

Asignatura: Ética y Valores, Trabajo 29/07/21

Tema: Cuánto he crecido.

Propósito: El fin en mente es conocer la importancia de valorar las acciones que nos hacen mejor persona.

Explicación

Cuánto he crecido, cuánto he
Cambiado

Logros:

* Me conozco en varios momentos de mi vida

* Valoro mi cuerpo y distingo las características de un cuerpo sano y bello

* Identifico los cambios que tienen los niños y las niñas de mi edad.

A

Actividades Básicas

Trabajo en equipos.

1. Leemos y Comentamos:

A. Si al mirarte al espejo te ves bella/bello Procura que tus actos también sean bellos. Pero si te ves feo/fea, enmédrega con tus buenas acciones, lo que de belleza natural te falta.

B. Mente sana y cuerpo sano

C. Quien ama y acepta su cuerpo tal y como es, se hace querer y valorar de otros.

R= Yo me veo y veo una niña muy linda y amigable en mis ojos veo que soy una niña que le gusta mucho estudiar, jugar, convivir. mi forma de ser es amigable, cariñosa y muy querida.

2 ¿Qué enseñanza te dejan estos pensamientos?

Trabajo individual

1: recortar fotos de Niñas/ Niños que encuentres en periódicos y revistas armar un collage con el tema: el cuerpo es bello.

R=



TBague 05/08/21

Miguel de Cerrantes Saavedra

Área: Ética y Valores

Trabajo individual

2. Responde:

Q ¿Cuál es el secreto para tener un cuerpo sano y saludable?

R ¿Cuáles son las características de un cuerpo sano y bello?

R = Hacer ejercicio y comer saludable

R = Las características son: un cuerpo sano, bonito, y saludable

El Cuidado del cuerpo: Practicar controles médicos 2 veces por año; tener una buena alimentación y hacer ejercicios físicos con los cuidados básicos que necesita un cuerpo sano.

B

Actividades de Práctica

Trabajo individual

1. Si vieras a un compañero o compañera haciendo algo indebido en contra de su salud como comer en exceso, salir acalorado de un sitio cerrado, ¿Qué le dirías?

R = Yo le diría que eso no está bien y que eso va a dañar su salud

2. Cuando estás enfermo/enferma,
¿Sigues las recomendaciones médicas?
¿Por qué?

R = Si las sigo por que ellos son médicos y saben lo que hacen y por que si no los sigo me puedo llegar a morir

3. ¿Cómo contribuyes con el buen funcionamiento de tu cuerpo?

R = Yo contribuyo a mantener bajos

Naileles es la baja la ingesta de sal (Por al menos 1.5 g/dias) y aumenta el consumo de Potasio

Y escribe Sobre :

A. Tu estado de salud

R: Mi estado de salud esta bien

B. Tu Peso y Talla

R: Peso 20 Kilos y Talla 1,15

C. El tipo de alimentación

R: Vegetales

D. el ejercicio físico que Practicas

R: Ciclismo