



Recursos



Prácticas de higiene

Actividad:

“¿Qué relación tienen los baños con el agua?”



• Preguntas orientadoras

1. ¿De dónde viene el agua que utilizan en tu casa?
2. ¿De dónde viene el agua que utilizan en tu institución educativa?
3. ¿Qué es una excreta?, ¿quiénes producen excretas?
4. ¿Qué sistemas de manejo de excretas conoces?
5. ¿Qué pasa cuando se arrojan grandes cantidades de excretas a las fuentes de agua?
6. En esa gráfica del ciclo del agua ¿desde dónde piensas que se están arrojando excretas y contaminando el agua?
7. ¿Es necesario evitarlo?, ¿por qué?
8. ¿Cómo podrás evitarlo en tu municipio, en tu casa, en tu institución educativa?



Actividad física

Actividad:

“Diseño mi rutinaailable de actividad física”



• Características

- Duración de mínimo 15 minutos.
- Selección de la música o de varias piezas de música o ritmos musicales de distintas regiones del país, que grabarán una a continuación de la otra para completar el tiempo de duración de la rutina.
- Selección de los pasos de baile o movimientos que se puedan realizar con brazos, piernas, tronco. Estos movimientos pueden efectuarse de forma repetitiva, rítmica y sobre todo divertida.
- Presentación de cada rutina en la siguiente sesión, participan todos los grupos.
- Cada grupo deberá vestirse de forma llamativa y distintiva para la presentación de su rutina, para ello se les proveerá de algunos materiales.



La educación es de todos

Mineducación



La educación es de todos

Mineducación

Estudiantes

comiencen su compromiso con los



Guía práctica para estudiantes



GRADOS 8° a 9°



Alimentación saludable



Prácticas de higiene



Actividad física

unicef

unicef



Alimentación saludable



Prácticas de higiene



Actividad física



Relación con Estándares Básicos de Competencias:

- Toma decisiones responsables frente al cuidado de su cuerpo y de sus relaciones con los demás.



Relación con Estándares Básicos de Competencias:

- Asume una posición crítica frente al deterioro del medio ambiente y participa en su protección.



Relación con orientaciones pedagógicas de educación física, recreación y deporte:

- Reconoce sus potencialidades para realizar actividad física orientada a su salud.



Desempeño:

- Asumir el cuidado de su cuerpo y de sus relaciones con los demás.



Desempeño:

- Tomar una posición crítica frente al deterioro del medio ambiente y participar en su protección.



Desempeño:

- Desarrollar habilidades para la realización de actividad física orientada a promover la salud.



Indicador de desempeño:

- Prepara una receta que contiene alimentos que aportan al cuidado de su salud y de su cuerpo.



Indicador de desempeño:

- Elabora una propuesta de mejoramiento del manejo de las excretas en su entorno.



Indicador de desempeño:

- Define una rutina de movimientos de danza-baile, que puedan contribuir al mejoramiento de la condición física.

Algunas propuestas:

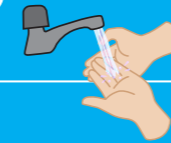
“Graficario Saludable”



Estudiantes

Algunas propuestas:

¿Qué relación tienen los baños con el agua?



Estudiantes

Algunas propuestas:

“Diseño mi rutina bailable de actividad física”



Estudiantes



Explorar autónomo

- Describe cuáles son tus alimentos favoritos e indica si consumes de todos los que hacen parte de los grupos de alimentos de platos del plato saludable de la familia colombiana, en caso de que no sea así explica por qué no.
- Anota de qué forma consumes agua.



Explorar autónomo

- Investiga en tu casa cuál es el tipo de sistema de manejo de excretas del que disponen.



Explorar autónomo

- Conversa con tus compañeras y compañeros sobre los ritmos musicales y de baile que más les gusta.
- Reflexionen sobre las razones de estos gustos de baile y escríbanlos.



Movilizar autónomo

- Pide a tu familia que te cuenten por que seleccionan los alimentos que preparan en casa.



Movilizar autónomo

- Averigua en tu institución educativa cuál es el sistema de manejo de excretas que utilizan.



Movilizar autónomo

- Identifiquen una rutina de baile y seleccionen la música para grabar una pista, con una duración de mínimo 15 minutos.



Impactar autónomo

- Pregúntale a la familia sobre las principales preparaciones y comidas que hacen con estos alimentos.



Impactar autónomo

- Reflexiona sobre si el sistema con el que cuenta la institución es adecuado para evitar contaminar las fuentes de agua. Trata de pensar algunas alternativas de mejora.



Impactar autónomo

- Diseñen una rutina de movimientos de baile que puede contribuir al mejoramiento de la condición física.
- Presenten esta rutina de la coreografía a otros cursos.