

**REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
MINISTERIO DEL PODER POPULAR PARA LA EDUCACIÓN
UNIDAD EDUCATIVA "LIBERTADOR BOLÍVAR"
MIRAFLORES, ESTADO MONAGAS.**



Docente: Luisa Jiménez
5to grado "A"

Guía Pedagógica # 1

Semana del 01-11 al 05-11-2021

Área: Ciencias Naturales

Contenido: La alimentación y la salud



La alimentación es el proceso por medio del cual obtenemos, preparamos e ingerimos alimentos, obteniendo los nutrientes que nuestro cuerpo necesita y que son indispensables para la plenitud de nuestra vida. La alimentación y la nutrición son dos procesos que se encuentran interconectados, pero son diferentes en muchos aspectos.

La nutrición es definida como un conjunto de procesos involucrados en la obtención, la asimilación y el metabolismo de los nutrientes por el organismo. La diferencia entre alimentación y nutrición es que la primera es un proceso voluntario por medio del cual los seres humanos eligen qué alimentos consumir, y la segunda es un proceso involuntario por el que los alimentos seleccionados son transformados después de ingerirlos. Dado que los alimentos son el vehículo por medio del cual el cuerpo recibe nutrientes y la energía que cada persona necesita, la selección adecuada de estos alimentos y su consumo en las proporciones necesarias hará que el proceso de nutrición sea exitoso.

Los alimentos pueden ser:

De origen animal: carne, pescado, huevos, queso, leche, entre otros.

De origen vegetal: verduras, legumbres, frutas, entre otros.

De origen mineral: agua, sal, entre otros.

Basado en lo anterior, una alimentación correcta deberá ser:

- ✓ **Completa:** que tenga todos los nutrientes, incluyendo en todas las comidas los tres grupos esenciales de alimentos: cereales, tubérculos, verduras, frutas, leguminosas y alimentos de origen animal.
- ✓ **Equilibrada:** es decir que los nutrientes guarden las proporciones adecuadas y sean suficientes para cubrir con las necesidades nutricionales.
- ✓ **Inocua:** que su consumo habitual no implique riesgos para la salud, que se consuma con medida y no aporte cantidades excesivas de ningún componente o nutriente.
- ✓ **Suficiente:** que cubra las necesidades de todos los nutrientes de manera que se tenga una buena nutrición, un peso saludable y, en el caso de los niños, que crezcan y se desarrollen de una manera correcta.
- ✓ **Variada:** que de una comida a otra se incluya alimentos diferentes de cada grupo.
- ✓ **Adecuada:** que esté acorde con los gustos y la cultura de quien la consume, ajustándose a sus recursos económicos.

La importancia de la alimentación, para cualquier persona, radica en poder cumplir las necesidades nutricionales que requiere el cuerpo para funcionar correctamente, de esa manera se propicia un buen estado de salud.

El cuerpo requiere de alimento para:

- ✓ Sanarse o realizar un proceso de recuperación.
- ✓ Combatir enfermedades e infecciones.
- ✓ Evitar complicaciones relacionadas con el peso.
- ✓ Crecer y fortalecerse.
- ✓ No podemos perder de vista que comer sano nos protege de sufrir ciertas enfermedades.

Ojo: comer sano no es sinónimo de excederse o consumir de más, ya que esto también puede tener consecuencias en el organismo.

Actividades

1. De acuerdo a lo antes expuesto, explica con tus propias palabras, la importancia que tiene para la salud el alimentarse correctamente.
2. Explica ¿Cómo debe ser un plan de alimentación adecuado para mantener la salud?
3. Investiga ¿Cuál es el aporte nutritivo de cada grupo de alimento? (animal, vegetal, mineral)

Área: Lengua y Literatura

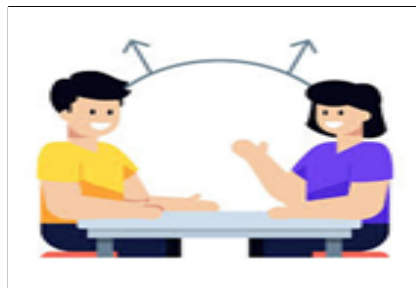
Contenido: La comunicación, Conversación, Discusión



La Comunicación, es el proceso de intercambio de información entre dos o más personas. Se realiza mediante el Lenguaje oral, por medio de conversaciones o discusiones, y mediante la comunicación no verbal por medio de gestos, imágenes, señales o sonidos. Los elementos de la comunicación son:

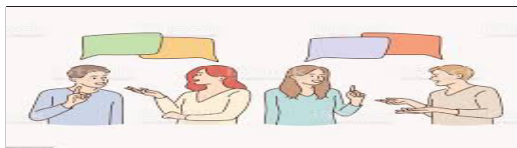
- El emisor: es quien envía el mensaje. Puede convertirse en receptor.
- El receptor o destinatario: es quien recibe el mensaje. Puede convertirse en emisor.
- El mensaje: es la idea que se transmite.
- El código: es el conjunto de signos que comparten el emisor y el receptor para expresar y entender el mensaje.
- Canal: es el medio por el cual se envía el mensaje.
- El contexto: son la circunstancia en las cuales se desarrolla la comunicación.

La conversación o el diálogo es una forma de comunicación que consiste en el intercambio de ideas entre dos o más personas. En ella se habla libremente sobre diferentes temas. Es decir, las conversaciones por lo general son espontáneas, aunque también podemos participar en conversaciones formales o dirigidas, por ejemplo, cuando conversamos sobre un tema escolar con nuestro maestro.



La Discusión es otra forma de comunicación oral que consiste en el intercambio de opiniones sobre un tema específico. Generalmente las discusiones son formales y las hacemos en grupo. En ellas exponemos nuestro punto de vista, escuchamos diferentes opiniones y, frecuentemente, llegamos a una conclusión satisfactoria para todos los participantes.

Para que la comunicación oral sea eficiente y productiva, el emisor y el receptor deben respetar las normas del hablante y del oyente.



Normas del hablante

- Mirar al oyente u oyentes

- Expresarse con un lenguaje claro
- Evitar pasar de un tema a otro desordenadamente
- Utilizar un tono de voz apropiado
- Una vez que exprese su mensaje, debe ceder la palabra al oyente. entonces se convierte en receptor.

Normas de oyente

- Mirar al hablante
- Prestar atención y no hacer ruidos molestos
- Respetar la opinión del hablante
- Guardar silencio hasta que le corresponda hablar.

Actividades

1 -Escribo ¿Por qué es importante tomar en cuenta todos los elementos de la comunicación?

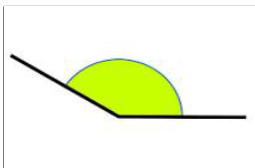
2- Describo alguna conversación que hayan protagonizado dos conocidos. Para ello:

- a) Explico quiénes eran los participantes y cómo se trataron entre sí. Digo si respetaron o no las normas del buen hablante y del oyente.
- b) Indico cuál fue el canal, el código y el contexto.

Área: Matemática

Contenido: Los ángulos y su clasificación

La noción de ángulo, que procede del vocablo latino angŭlus, hace referencia a una figura de la geometría que se forma a partir de dos rectas que se cortan entre sí en una misma superficie. También puede decirse que un ángulo está formado por dos semirrectas que comparten un mismo vértice.



Los ángulos se clasifican según su medida en:

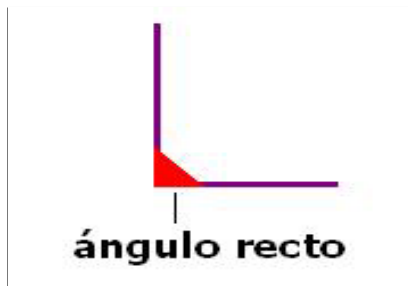
Ángulo recto: es un ángulo que mide noventa grados sexagesimales (90°). Este ángulo está formado por dos semirrectas que son perpendiculares entre sí y que se originan en el vértice que comparten. Además de todo lo expuesto, no podemos pasar por alto otras características también muy significativas como son las siguientes:

-Se considera que es el ángulo más fácil de identificar entre todos los que existen.

-Siempre es igual.

Podemos encontrar ángulos rectos en diversas figuras planas de la geometría. Si centramos nuestra atención en un cuadrado (que tiene cuatro lados iguales y paralelos), notaremos que sus cuatro ángulos interiores son ángulos rectos. Esto quiere decir que

cada ángulo de un cuadrado mide 90° y que la sumatoria de todos sus ángulos totaliza 360° .



Ángulo agudo: es un ángulo que mide más de 0° y menos de 90° . Esto quiere decir que, si solo consideramos los números enteros, un ángulo agudo mide entre 1° y 89° .

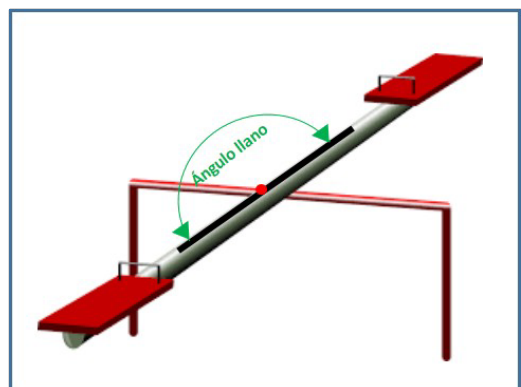


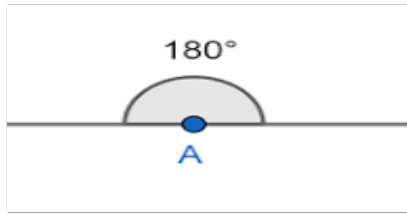
La manera más habitual de cortar la pizza es en porciones triangulares: en cada porción podemos encontrar tres ángulos agudos.

Ángulos obtusos: se trata de ángulos que miden más de 90° y menos de 180° . Por ejemplo: ángulos de 92° , de 105° , de 136° , de 161° y de 179° .



Ángulos llanos: es aquel que mide 180°





Actividades

Indica a qué tipo de ángulo pertenece cada uno de los siguientes ángulos:

- | | | |
|---------------|----------------|----------------|
| a) 37° | d) 132° | g) 108° |
| b) 29° | e) 180° | h) 90° |
| c) 67° | f) 99° | i) 12° |

Semana del 08-11 al 12-11

Área: Ciencias Sociales

Contenido: Venezuela multiétnica y pluricultural

La cultura de Venezuela es una mezcla de tres culturas distintas: la europea en particular española, la indígena y la africana. La influencia indígena se limita al vocabulario y la gastronomía.

En nuestro país, al igual que el resto del



continente americano, habitan diversos pueblos indígenas, los cuales son descendientes de todas aquellas comunidades que poblaron originariamente el continente americano y constituyen un factor fundamental de nuestra identidad. La existencia de los pueblos indígenas en nuestro país antecede a la llegada de los primeros europeos y por ende, a la formación de estados nacionales. Cuando llegaron los europeos al territorio que hoy es Venezuela, había una gran heterogeneidad de pueblos indígenas, pero ante la invasión, conquista y colonización, y a pesar de que defendieron sus tierras y sus vidas, muchas de estas poblaciones desaparecieron, a causa del exterminio, la esclavitud, por las guerras desencadenadas, por epidemias y enfermedades y por asimilación a la población global. Sin embargo, otras sobrevivieron hasta el día de hoy, manteniendo sus formas de organización, costumbres, tradiciones e idiomas propios. La población indígena venezolana en la actualidad, alcanza alrededor de 183.000 habitantes (CENSO 2001), todos agrupados en 28 grupos étnicos

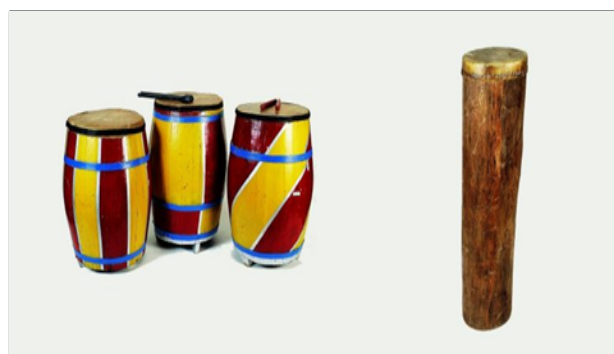
Actualmente existen en Venezuela 32 grupos indígenas distribuidos principalmente en la Región de Guayana, además de partes de la Región de los Llanos, la Región Nor-Oriental y del Zulia. Se hablan 35 lenguas.



La cultura afrovenezolana es aquel segmento de la diversidad cultural venezolana formada por las distintas expresiones musicales, culinarias, bailes, técnicas de trabajo, arquitectura tradicional, conocimientos tecnológicos, religiosos, valores sociales, elementos lingüísticos, traído por los africanos esclavizados durante la época colonial venezolana. Este complejo cultural de origen africano, se mantuvo a través del tiempo hasta nuestros días en la música y otras manifestaciones artísticas.

Muchos fueron los aportes de esta cultura en nuestra música, con la incorporación de una gran variedad de instrumentos de percusión, que se fueron involucrando en las fiestas tradicionales venezolanas y que ayudaron a darle mayor énfasis y creatividad.

Instrumentos afrovenezolanos



En la actualidad, se

puede afirmar que, en Venezuela conviven cuatro tipos de tradiciones culturales de sentido popular:

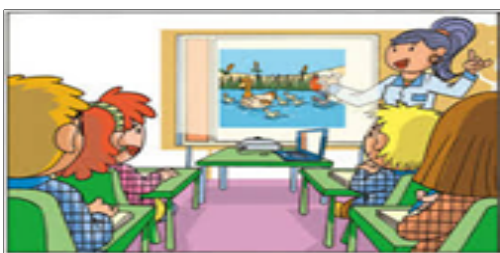
- Origen étnico americano (pueblos indígenas): Que se observan en la arquitectura y gastronomía.
- Origen europeo (en un comienzo con la llegada al continente de los españoles): La aportación que dio origen a fiestas tradicionales apegadas al calendario católico, gastronomía, costumbres, música entre otras.
- Propias del mestizaje local: Aportes originales locales e innovaciones únicas como el joropo, la arepa y las gaitas.
- Afroamericanas: que se manifiestan primordialmente en la comida, la música y la danza.

Actividades

- 1- Investigar ¿cuáles son los grupos indígenas que existen en los estados Monagas, Bolívar y Amazonas?
- 2- ¿Dónde están situados los grupos AfroVenezolanos?

Área: Lengua y Literatura

Contenido: La Exposición oral



La exposición oral es una técnica de comunicación útil para explicar un tema específico. Consiste en presentar, frente a un público determinado, una investigación que previamente hemos realizado individual o grupalmente

Pasos para preparar una exposición oral:

- **Seleccionar un tema:** para ello debemos tener en cuenta donde encontrar la información.
- **Buscar la información:** Se trata de reunir suficientes datos sobre el tema, para ello consultamos diversas fuentes.
- **Clasificar la información:** se trata de seleccionar los contenidos más importantes para nuestra exposición.
- **Organizar lo que vamos a decir:** podemos hacer un esquema de lo que haremos en cada parte de la exposición: introducción (presentación del tema), desarrollo (exposición del contenido) y cierre (conclusión del tema).
- **Seleccionar recursos audiovisuales:** se trata de apoyar nuestra exposición con láminas, diapositivas, afiches u otros recursos

La argumentación, consiste en explicar las razones que justifican nuestro punto de vista sobre un tema específico. Para tener buenos argumentos en nuestra exposiciones orales, es necesario que reflexionemos sobre el tema y comprendamos las diferentes opiniones que existan sobre el mismo. Además, debemos expresar con seguridad las razones que apoyan nuestras ideas.

La Afirmación, consiste en dar por cierta una definición o hecho relacionado con algún tema específico. Para hacer una afirmación en una exposición oral, tenemos que estar completamente seguros de nuestras investigaciones, estudios y argumentos.



Actividades

- 1- Preparo y exposición oral. realizo una
 - a) Elije un tema y escribe las posibles fuentes de información donde puedes investigar.
 - b) Anota de forma ordenada, los puntos que quieres explicar. Luego selecciona algún recurso de apoyo para tu exposición.
 - c) Escribe el texto de tu exposición. Explica conceptos y palabras claves para que los oyentes comprendan el tema.
 - d) Realiza a tu familia, la exposición del tema seleccionado. Respondiendo las interrogantes que surjan.

Área: Matemática

Contenido: Utilización del transportador



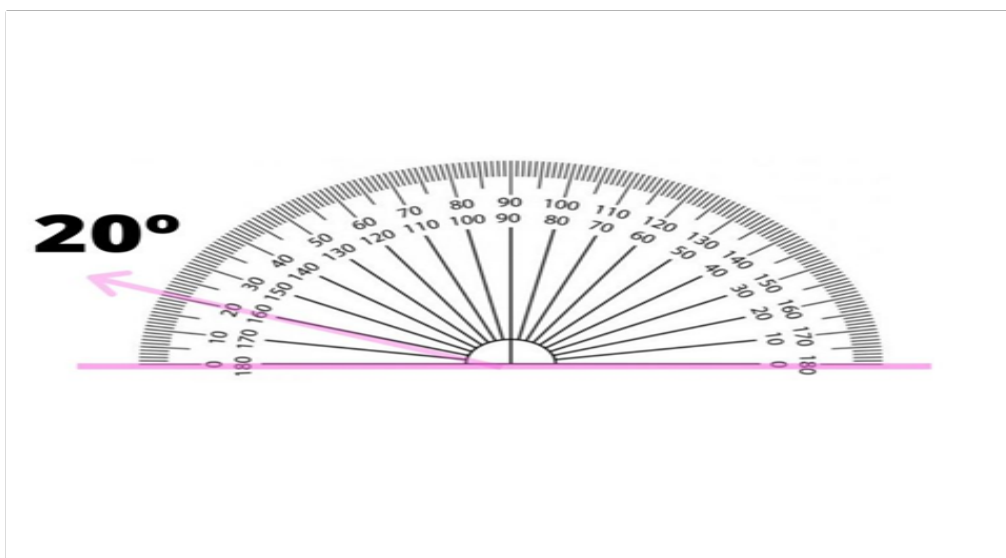
El transportador es un instrumento utilizado para medición de ángulos. Te será útil tanto para medir como para crear el ángulo que se constituye en las dos caras de una pieza. Es muy útil para trasladar medidas de un sitio a otro, y su escala está en grados ($^{\circ}$). El transportador te permite medir y confeccionar ángulos. Este instrumento es muy útil para fabricar elementos con todo tipo de ángulos, en especial si no son rectos. También se utiliza para copiar un ángulo de un determinado sitio y trasladarlo.

Es una herramienta que se utiliza en matemáticas, geometría, astronomía, carpintería, en la náutica y en otras áreas.

Para medir un ángulo, se coloca el transportador de forma que coincida su centro con el vértice del ángulo y uno de sus lados con la marca de 0° . La medida en el transportador que coincida con el otro lado del ángulo es la medida del ángulo.

Para trazar un ángulo, conociendo sus medidas, se utiliza una regla y un transportador y se siguen los siguientes pasos: ejemplo 20°

- Lo primero que vas a hacer es trazar una línea recta.
- Luego con tu transportador, haz coincidir en tu línea el vértice con la punta, y el 0° de manera horizontal.
- Ahora busca en la gradación del transportador el 20° , y haz un punto con un lápiz.
- Con la parte recta del transportador une el punto que acabas de hacer con la punta de tu línea. Puedes hacerlo tan largo como quieras, no afectará el ángulo.
- ¡Listo, ya tienes tu ángulo de 20° !



Actividades

- 1- Traza en tu cuaderno los siguientes ángulos y responde:
- a) Un ángulo de 49° b) un ángulo de 113° c) un ángulo de 90°
- ¿Qué tipo de ángulo es cada uno?