



PERÚ

Ministerio  
de EducaciónAPRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

**Medio:** TV**Fecha:** Del lunes 26 al viernes 30 de octubre de 2020**Área curricular:** Matemática, Personal Social, Comunicación y Educación Física**Ciclo:** V (quinto y sexto grado de Primaria)

### Situación significativa

Creemos fuertes y sanos con prácticas saludables

### Resumen

El propósito de esta situación significativa, que inició la semana anterior, es que los estudiantes reflexionen sobre la importancia de tener hábitos de vida saludable, evalúen sus actividades cotidianas y tomen decisiones para mejorar sus hábitos. Para lograrlo, identificarán los hábitos inadecuados y las enfermedades que se relacionan con estos hábitos a través de casos cotidianos. Además, evaluarán las prácticas personales y familiares para mantener una vida saludable. Con ese fin, considerarán las siguientes preguntas guía: ¿Qué significa tener una vida saludable? ¿Cómo influye en el desarrollo de un niño o niña de su edad? ¿Qué pasa cuando un niño o una niña no descansa lo necesario, no realiza actividad física o no se alimenta adecuadamente? A continuación, reflexionarán y tomarán una postura frente a este problema y, con ello, elaborarán un plan de acción que contribuya a mantener una vida saludable y que sirva como recomendación a otras personas y a sí mismos.

En esta segunda semana, los estudiantes se convertirán en detectives de la nutrición para resolver problemas relacionados al cuidado de la salud a través de los hábitos de alimentación o la actividad física, utilizando expresiones decimales, porcentuales o fraccionarias. Para ello, verán un caso cotidiano de consumo de azúcares de una persona; y, a partir de la información brindada en el programa, las recomendaciones de alimentación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y las tablas nutricionales de algunos productos alimenticios (jugo, cereal, gaseosa, etc.), calcularán el porcentaje de azúcar que se debe consumir empleando tres estrategias: 1) Para calcular la décima parte o el 10 % de una cantidad que termina en cero, se le quita el último cero a dicho número. 2) Para hallar la décima parte o el 10 % de una cantidad que no termina en cero, se separa con una coma decimal la última cifra del número. 3) Para calcular otro porcentaje, se hace el cálculo por partes. Por ejemplo, para determinar el 35 % de una cantidad, primero se calcula el 10 %,



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

luego el resultado se multiplica por 3, y, finalmente, se calcula y agrega el 5 %. Además, realizarán conversiones de gramos a kilocalorías e interpretarán los porcentajes de las etiquetas de los alimentos procesados.

A continuación, deliberarán con los miembros de su familia para establecer acuerdos que permitan poner en práctica una vida saludable. Para ello, analizarán algunas noticias sobre la alimentación de las personas y la importancia de leer las tablas nutricionales de los productos que suelen adquirir. También, identificarán que el cuidado de la salud es un asunto público e investigarán información en fuentes confiables (por ejemplo, la página del Centro Nacional de Alimentación y Nutrición y otras instituciones del Estado). Seguidamente, organizarán y escribirán un acta con los acuerdos de su familia sobre la práctica de hábitos saludables, considerando los siguientes elementos: a) lugar y fecha de la reunión, b) nombres y apellidos de los participantes, c) nombre de la agenda a realizar, d) lista de los principales acuerdos tomados, y e) firma de los participantes. Después, evaluarán su acta a fin de verificar que hayan desarrollado su trabajo de manera adecuada.

Del mismo modo, planificarán la estructura y la redacción de un plan de acción para mantener un estilo de vida saludable. Por ello, revisarán los casos de María y Luis, e identificarán los problemas que tienen, así como las causas y consecuencias de estos para la salud. Enseguida, organizarán dicha información en un esquema visual con la finalidad de analizar con mayor detalle estos casos. Asimismo, profundizarán sus conocimientos sobre un plan de acción a partir de las siguientes preguntas: ¿Para qué escribiré mi plan de acción? ¿Qué fuentes confiables utilizaré? ¿Cuántas acciones voy a proponer? Después de responder a las preguntas planteadas, elaborarán las dos primeras partes de su plan de acción: 1) Identificar el problema a partir de estas preguntas: ¿Qué te impide llevar una vida saludable? ¿Cuáles son las causas y consecuencias de mantener un estilo de vida poco saludable? 2) Redactar el objetivo general a partir de las siguientes interrogantes: ¿Qué quiero conseguir con mi plan de mejora? ¿Cuáles son mis objetivos específicos?

Posteriormente, para continuar con la elaboración de su plan de acción para mantener una vida saludable, recordarán el caso de Luis e identificarán el problema, las causas y consecuencias de los hábitos inadecuados de alimentación que tiene; y, a partir de ello, escribirán el objetivo general y los objetivos específicos de su plan de acción. Luego, propondrán diversas actividades o acciones para tener una vida saludable, considerando el tiempo que demanda realizar cada una de ellas y los horarios en los cuales podrían llevarlas a cabo. De esta manera, obtendrán la primera versión de su plan de acción.

Por último, elaborarán la versión final del plan de acción. Para lograrlo, recordarán que su plan debe contar con las siguientes partes: a) problema, causas y consecuencias, b) objetivo general y objetivos específicos, 3) propuesta de acciones de mejora, y 4) planteamiento de un instrumento



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

de seguimiento de las acciones propuestas; y revisarán aquellas partes que ya han desarrollado. Para comenzar, analizarán los objetivos específicos a partir de las acciones de mejora propuestas para cada uno de ellos, las dificultades que pueden encontrar en la realización de dichas acciones, así como sus alternativas de solución, y el tiempo que tomará ejecutarlas. Luego, revisarán la escritura de su texto, así como la coherencia de su contenido, a partir de los siguientes criterios: 1) Tiene en cuenta el propósito. 2) Los verbos están escritos en infinitivo. 3) Emplea correctamente los signos de puntuación y las reglas de tildación. 4) Considera en su plan de acción el objetivo general, los objetivos específicos y las actividades. 5) Las acciones de mejora propuestas guardan relación con los objetivos. Finalmente, para completar todas las partes del plan, elaborarán un instrumento para evaluar y dar seguimiento al desarrollo de su plan de acción.

### Programas

1	Matemática para una vida saludable	Lunes 26 de octubre
2	Establecemos acuerdos familiares para promover una vida saludable	Martes 27 de octubre
3	Planificamos la escritura de los planes de acción para mantener una vida saludable	Miércoles 28 de octubre
4	Elaboramos los plan de acción para mantener una vida saludable	Jueves 29 de octubre
5	Revisamos y mejoramos la escritura de los planes de acción para mantener una vida saludable	Viernes 30 de octubre



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

### Áreas, competencias y capacidades

#### **Matemática:**

##### **Resuelve problemas de cantidad.**

- Traduce cantidades a expresiones numéricas.
- Usa estrategias y procedimientos de estimación y cálculo.

#### **Personal Social:**

##### **Convive y participa democráticamente.**

- Construye normas y asume acuerdos y leyes.
- Delibera sobre asuntos públicos.

#### **Comunicación:**

##### **Escribe diversos tipos de textos escritos en su lengua materna.**

- Adecúa el texto a la situación comunicativa.
- Organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada.
- Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente.
- Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito.

#### **Educación física:**

##### **Asume una vida saludable.**

- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.
- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

### Evidencias de aprendizaje

- Elabora un registro de estrategias de cálculo con expresiones decimales, porcentuales o fraccionarias que obtiene tras calcular los porcentajes pde consumo permitido de las sustancias que se encuentran en ciertos productos. Además, realiza conversiones de gramos a kilocalorías.
- Elabora un acta de acuerdos familiares para practicar hábitos de vida saludable, considerando estos elementos: a) lugar y fecha de la reunión, b) nombres y apellidos de los participantes, c) nombre de la agenda a realizar: “Tomar acuerdos para practicar una vida saludable”, d) Lista de los principales acuerdos tomados, y e) firma de los participantes.
- Planifica y escribe un plan de acción que dé solución a uno de los casos presentados en el programa. Para ello, identifica el problema, las causas y consecuencias de los hábitos inadecuados, y, a partir de ello, escribe el objetivo general y los objetivos específicos. Luego, propone diversas actividades y acciones para tener una vida saludable, considerando el tiempo que le demanda cada una de ellas y los horarios en los cuales podría realizarlas.
- Elabora la versión final de su plan de acción considerando los siguientes pasos: 1) Identificar el problema, sus causas y consecuencias. 2) Redactar el objetivo general y los objetivos específicos. 3) Proponer acciones de mejora. 4) Plantear un posible instrumento de seguimiento a las acciones propuestas. Para ello, revisa la escritura de su texto, así como la coherencia de su contenido.

### Actividad de extensión

Evalúa su organizador visual con una ficha de autoevaluación. Para ello, señala, con un “sí” o “no”, si cumple con los siguientes criterios: 1) Nos reunimos en familia y compartimos ideas y opiniones en base a la información revisada. 2) Designamos roles como coordinador de debate y secretario. 3) Compartimos ideas y opiniones con base en la información confiable revisada. 4) Establecemos algunos acuerdos basados en información confiable. 5) Elaboramos el acta considerando los elementos sugeridos (lugar y fecha, nombres y apellidos de los participantes, nombre de la agenda a realizar, lista de acuerdos tomados, y firmas). Además, redacta un comentario para cada criterio.



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

### Enfoque transversal

#### Enfoque Ambiental

Valor(es)	Justicia y solidaridad
Actitud(es)	Disposición a evaluar los impactos y costos ambientales de las acciones y actividades cotidianas, y a actuar en beneficio de todas las personas, así como de los sistemas, instituciones y medios compartidos de los que todos dependemos.
Por ejemplo	Los estudiantes y sus familiares reflexionan sobre la importancia de practicar buenos hábitos de higiene y alimentación para mantener una vida saludable a partir de evaluar sus gustos y hábitos, y proponen un plan de acción que promueva el bienestar de su familia y que sirva de recomendación a otras.

### Recursos

- Cuaderno u hojas
- Lapicero
- Lápiz
- Lápices de colores
- Regla
- Borrador
- Tajador
- Portafolio



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

## GUÍA DOCENTE PARA LA PROGRAMACIÓN SEMANAL

### Enlaces de referencia

Recursos de la plataforma Aprendo en casa:

<https://aprendoencasa.pe/#/descubre-mas-recursos>

Currículo Nacional de la Educación Básica:

<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/>

Programa Curricular de Educación Primaria:

<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-primaria.pdf>

Orientaciones pedagógicas en la enseñanza aprendizaje a distancia.

Docentes del nivel Primaria:

<https://bit.ly/2SO4POB>

RVM 093-2020-MINEDU. Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus COVID-19:

[https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/632256/RVM\\_N\\_093-2020-MINEDU.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/632256/RVM_N_093-2020-MINEDU.pdf)

RVM 094-2020-MINEDU. Norma que Regula la Evaluación de las Competencias de los Estudiantes de la Educación Básica:

[https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/662983/RVM\\_N\\_094-2020-MINEDU.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/662983/RVM_N_094-2020-MINEDU.pdf)

## “Te escucho, docente”

Apoyo **psicológico gratuito y personalizado** para mejorar la salud emocional de maestras y maestros.

[Ingresa aquí](#)

