

Queridos alumnos (as)

- ✗ Esperamos de todo corazón que se encuentren bien en sus hogares juntos a sus familias, estamos viviendo momentos distintos a los que acostumbramos por lo que es importante que mantengamos nuestros hábitos de estudio y así darle continuidad al proceso de aprendizaje.
- ✗ Cuidémonos entre todos, para que pronto nos volvamos a ver.



Un abrazo virtual

Quédate en casa





Colegio Isabel Riquelme
U.T.P.

Guía Digital N° 9

Asignatura	Ciencias Naturales
Curso	2 básico A y B
Docente	Catherin Parra O. – Francisca Rojas A.
Semana	08 al 12 de junio
Días de consulta	lun. a vi. de 10° a 11° y de 15° a 16°
Contacto	catherin.parra@colegio-isabelriquelme.cl francisca.rojas@colegio-isabelriquelme.cl

Sigo mi ruta de aprendizaje.

Leeremos el objetivo a trabajar esta clase, recordaremos actividades realizadas en actividades anteriores, así nos guiaremos y realizaremos un buen trabajo.

Leer guía con los contenidos a tratar esta semana, posterior a eso realizar la tarea designada en la asignatura, terminado eso realizar una verificación de las respuestas, recuerda que la honestidad es un valor invaluable.



Para terminar, evaluaremos nuestros aprendizajes y los compartiremos con algún adulto responsable en tu hogar, no olvides enviar evidencia a tus profesores para una pronta retroalimentación.

1. OBJETIVO DE APRENDIZAJE

OBJETIVO DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
<p>OA_7 identificar la ubicación y explicar la función de algunas partes del cuerpo que son fundamentales para vivir</p> <p>OA_8 Explicar la importancia e la actividad física para el desarrollo de los músculos y el fortalecimiento del corazón</p>	<p>Partes y funciones del cuerpo.</p> <p>Consecuencias de la actividad física.</p>
OBJETIVO DE LA CLASE	HABILIDADES
<p>Retroalimentar y reforzar Unidad 1 ¿Cómo funciona nuestro cuerpo? .</p>	<p>Explorar, experimentar, observar, describir, comunicar.</p>





2. GUIA

No olvides antes de iniciar a trabajar



- a) Busca un lugar tranquilo e iluminado para trabajar
- b) 1° Busca tu estuche, cuaderno, tú libro y cuadernillo del estudiante.
- c) 2° Recuerda mantener el orden y la limpieza en tu trabajo.
- d) 3° Tu puedes, manos a la obra.
- e) Y por último, piensa positivo 😊





Recordemos...



Pulmones

Imágenes
Elaportales.com

Nuestro par de pulmones como órganos del cuerpo humano, son parte del sistema respiratorio. Los pulmones son órganos con una consistencia esponjosa los cuales se encuentran protegidos por nuestras costillas. La principal función de nuestros pulmones, es el inhalar el oxígeno y exhalar dióxido de carbono.

<https://www.imageneseducativas.com/>



Corazón

El corazón es el órgano principal del aparato circulatorio. Es un órgano musculoso y se encarga de bombear sangre a todo el cuerpo

MATERIAL REGISTRADO POR WWW.BOSQUEDEFANTASIAS.COM



Estómago

El estómago se encarga de almacenar los alimentos y descomponerlos en partículas más pequeñas para absorber posteriormente sus nutrientes.

MATERIAL REGISTRADO POR WWW.BOSQUEDEFANTASIAS.COM



Recordemos...



Funciones del sistema muscular

- El movimiento del cuerpo (Locomoción) o de algunas de sus partes y de las viseras.
- Protección de órganos internos.
- Producción de calor. (Los músculos producen el 40 % del calor corporal en reposo y hasta un 80 % durante el ejercicio.
- El mantenimiento de la postura
- La mímica, (Por acción de ciertos músculos, especialmente de la cara, ya que pueden adoptar determinados gestos que nos sirven para expresar emociones.



Funciones y partes del esqueleto

Las **funciones** que cumple el esqueleto son:

- Sostener y dar forma al cuerpo.
- Permitir los movimientos del cuerpo.
- Proteger las partes blandas y delicadas del cuerpo como el corazón, el cerebro, los pulmones, etc.

El esqueleto se divide en **3 partes**:

- La cabeza (cráneo y cara)
- El tronco (Columna vertebral y caja torácica).
- Las extremidades superiores (brazos, antebrazos y manos) e inferiores (muslos, piernas y pies).



SERGIO ARAMENDI



Recordemos...



BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

BENEFICIOS FÍSICOS

- Reduce la obesidad
- Disminución de las enfermedades articulares
- Reduce la tasa de enfermedades del corazón
- Disminuye la resistencia a la insulina
- Mejora el perfil lipídico
- Mejora la fuerza muscular
- Mejora la resistencia física
- Disminuye la osteoporosis

- Coadyuvante en el control del estrés
- Permite el mantenimiento de la autonomía
- disminución del aislamiento social
- Reduce los trastornos del comportamiento
- Mejora la auto imagen
- Aumenta el bienestar

BENEFICIOS EN LA EMPRESA

- Aumenta la productividad
- Mejora el ambiente institucional
- Disminuye el ausentismo laboral
- Aumenta la efectividad de la mano de obra
- Disminuye los gastos médicos

BENEFICIOS EN LA FASE ESCOLAR

- Aumenta la frecuencia en las aulas
- Aumenta el desempeño académico
- Mejora las relaciones interpersonales
- Aumenta la responsabilidad
- Disminuye la delincuencia
- Disminuye la fármaco - dependencia

OTROS BENEFICIOS

- Reduce la tasa de algunos tipos de cáncer como colon, mama y próstata.
- Incremento de la longevidad
- Mayor resistencia a las enfermedades
- Reduce la tasa de afecciones del sistema locomotor

BENEFICIOS PSICOSOCIALES

- Mejora la autoestima
- Disminuye la depresión



Recordemos...

¿Porqué hacer ejercicio?

Buen humor
Produce endorfinas

Flexibilidad

Corazón saludable
Reduce la presión arterial

Huesos fuertes

Dormir mejor
Reduce el estrés








CUIDADO DE LOS HUESOS

Para cuidar y promover su adecuado desarrollo, debemos:

- ❖ Tomar sol todos los días, para que se fije el calcio.
- ❖ Tomar vitamina D llamada también calciferol, que sirve para la formación de los dientes, se encuentra en sardinas, salmón, atún, hígado, leche, mantequilla y yema de huevo.
- ❖ Evitar accidentes provocados por falta de cuidados, como golpes, subir a lugares elevados.



3. Tarea

Realiza un afiche de libre confección, en donde promueves los hábitos de vida saludable, no olvides utilizar tu imaginación para tu trabajo

Aquí tienes unos ejemplos...





4. Solucionario



Queridos alumnos, deseamos que se encuentren bien en sus hogares, confío en que realizaste estas actividades de manera honesta y sin visualizar las respuestas con anterioridad ya que eso no sería correcto para ti, como les digo siempre los profesores ya estudiamos y esto ya lo sabemos, pero ahora es tu oportunidad de aprender y ser aún mejor en tus aprendizajes, ya que tú puedes y eres capaz de esto y de mucho más.

- x Si tienes todo bien te felicito por tu gran trabajo
- x Si te equivocaste, sabrás donde está tu error y lo podrás corregir
- x Recuerda que la honestidad es un valor invaluable y que aprender de los errores te hará un grande en la vida.



Queridos alumnos, tu creación no tiene una corrección ya que es algo individual, tu creación propia.

Procura realizar un trabajo limpio, ordenado y con mucho amor y de seguro estará excelente.





Ahora mi autoevaluación 😊

RUTINA DE PENSAMIENTO: LA ESCALERA DE LA METACOGNICIÓN

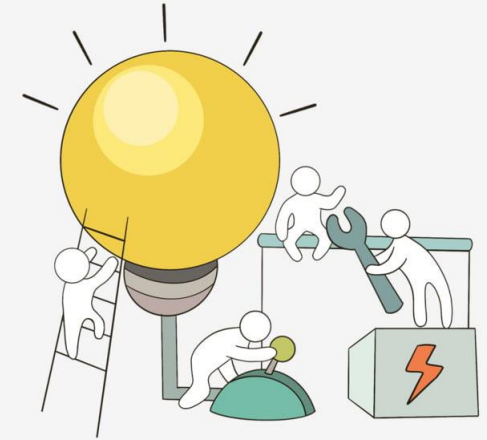


4 ¿En qué otras ocasiones puedo usarlo?

3 ¿Para qué me ha servido?

2 ¿Cómo lo he aprendido?

1 ¿Qué he aprendido?



pngtree.com

Recuerda que puedes consultar ante cualquier duda...
¡nos vemos la próxima clase! 😊

