

GUÍA DOCENTE | CICLO INTERMEDIO

Guía docente para la planificación curricular de la experiencia de aprendizaje N° 9

1

Presentación de la experiencia

Datos generales

- **Título** : Investigamos sobre alimentación y hábitos saludables para vivir mejor
- **Fecha** : Del 29 de noviembre al 17 de diciembre de 2021
- **Periodo de ejecución** : Tres semanas
- **Nivel de estándar** : V
- **Ciclo y grado** : Ciclo Intermedio - 3.º grado
- **Áreas curriculares** : Comunicación, Ciencia, Tecnología y Salud, Matemática y Desarrollo Personal y Ciudadano

Componentes

a. Planteamiento de la situación



En los últimos años escuchamos hablar de vivir y mantener un estilo de vida saludable. Los directivos, profesores, estudiantes y en sí, toda la comunidad educativa de nuestro CEBA, somos conscientes de la necesidad de promover hábitos en nuestra vida que nos permitan mantenernos más sanos y con menos limitaciones funcionales. Mantener una buena salud, no solo física sino mental, implica una serie de comportamientos y hábitos adecuados en todas las etapas de nuestra vida.

Lograr este equilibrio en la vida de las personas depende de varios factores que con frecuencia se ven limitados por la vida sedentaria, la mala alimentación, estrés emocional evitando que cumplamos con hábitos y actitudes que promueven una vida saludable. La actual situación de la pandemia de la COVID-19 que no solo afecta la salud física sino también emocional, los diferentes tipos de trabajo sedentarios, malos hábitos



alimenticios, la rutina diaria, entre otros, no contribuyen al logro de una vida saludable.

Ante esta situación surgen algunas inquietudes como: ¿entendemos con claridad qué significa tener un estilo de vida saludable?, ¿qué actividades, comportamientos o hábitos influyen en un estilo de vida saludable?, ¿cómo ha afectado la pandemia de la COVID-19 nuestro estilo de vida saludable?, ¿cómo promovemos en nuestra familia y comunidad un estilo de vida saludable?

Por esta razón consideramos importante, con el acuerdo de estudiantes y profesores, asumir el compromiso de responder al siguiente reto para la presente experiencia de aprendizaje: **¿qué actividades podemos realizar para conocer, comprender y promover comportamientos y hábitos que susciten un estilo de vida saludable?**

b. Propósito de aprendizaje

Conocer y comprender las actividades, comportamientos y hábitos que permitan promover un estilo de vida saludable en las personas de nuestra familia y comunidad.



Fuente: Banmédica

Presentamos las competencias que se desarrollarán en la situación planteada. Recuerda que el propósito debe ser comunicado a tus estudiantes de manera concreta.

Competencias curriculares:

- Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna.
- Construye su identidad.
- Resuelve problemas de cantidad.
- Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.

Competencias transversales:

- Asume una vida saludable.
- Gestiona su aprendizaje de manera autónoma.



c. Enfoques transversales

Enfoque de Derechos	
Valores	Responsabilidad
Se demuestra, por ejemplo, cuando:	El estudiante tiene una participación activa y responsable en el desarrollo de competencias ciudadanas, en su relación familiar, en su comunidad, propiciando en todo momento el bien común.

Enfoque Intercultural	
Valor	Respeto a la identidad cultural
Se demuestra, por ejemplo, cuando:	El estudiante promueve la recuperación y desarrollo de las prácticas culturales ancestrales (como saberes, conocimientos, valores, costumbres, etc.) de la comunidad, que generan una práctica de convivencia plena y enriquecedora.

d. Relación entre producción, competencias, criterios de evaluación y actividades sugeridas

Recuerda que el producto permite evidenciar el nivel de desarrollo esperado de las competencias de los estudiantes. Dicho nivel se demuestra a partir del cumplimiento de los criterios de evaluación. Por ello, se llevan a cabo una serie de actividades que guardan estrecha relación entre sí.

Producciones: En la presente experiencia de aprendizaje se desarrollarán las siguientes producciones: escribir un texto argumentativo sobre las características y condiciones para promover una vida saludable, resolver situaciones matemáticas relacionadas con actividades físicas y nutricionales para promover una vida saludable, elaborar un afiche informativo para promover los efectos negativos del alcohol y el tabaco, escribir un texto informativo sobre el cuidado de la salud emocional y escribir una receta para preparar un plato tradicional navideño nutritivo y saludable.

Competencia	Criterio de evaluación	Actividades sugeridas
<p>Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>Estándar de aprendizaje - Nivel 5:</p> <p>Escribe diversos tipos de textos de forma reflexiva. Adecúa su texto al destinatario, propósito y el registro, a partir de su experiencia previa y de algunas fuentes de información complementarias. Organiza y desarrolla lógicamente las ideas en torno a un tema y las estructura en párrafos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Escribe un texto argumentativo, adecuándolo a la situación comunicativa y al propósito comunicativo. Considera la estructura y las características del texto. Elabora un afiche informativo adecuando el texto a la situación comunicativa y al propósito comunicativo. 	<p>Actividad 31 Disfrutamos de una vida saludable</p> <p>Actividad 34 Evitemos el consumo de alcohol, tabaco y drogas</p> <p>Actividad 35 Cuidemos nuestra salud emocional</p>

<p>Establece relaciones entre ideas a través del uso adecuado de algunos tipos de conectores y de referentes; emplea vocabulario variado. Utiliza recursos ortográficos para separar expresiones, ideas y párrafos con la intención de darle claridad y sentido a su texto. Reflexiona y evalúa de manera permanente la coherencia y cohesión de las ideas en el texto que escribe, así como el uso del lenguaje para argumentar o reforzar sentidos y producir efectos en el lector según la situación comunicativa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Elabora un texto informativo con sentido lógico organizando secuencialmente sus ideas, utilizando algunos conectores. Tiene en cuenta la situación comunicativa y el propósito comunicativo. • Escribe una receta, teniendo en cuenta el propósito comunicativo y el destinatario. Para ello organiza sus ideas respecto al tema. 	<p>Actividad 36 Organizamos un plato festivo y nutritivo para toda la familia en estas fiestas navideñas</p>
<p>Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p> <p>Estándar de aprendizaje - Nivel 5:</p> <p>Explica, con base en evidencia con respaldo científico, las relaciones entre: propiedades o funciones macroscópicas de los cuerpos, materiales o seres vivos con su estructura y movimiento microscópico; la reproducción sexual con la diversidad genética; los ecosistemas con la diversidad de especies; el relieve con la actividad interna de la Tierra. Relaciona el descubrimiento científico o la innovación tecnológica con sus impactos. Justifica su posición frente a situaciones controversiales sobre el uso de la tecnología y el saber científico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Haciendo uso de un texto argumentativo reflexiona y explica las características y condiciones para promover una vida saludable. • Explica la relación entre la ingesta de calorías, peso corporal y otros teniendo en cuenta los cambios físicos propios de su edad. • Argumenta que los avances científicos y tecnológicos se relacionan con el desarrollo de la nutrición, salud y otros campos que fueron creados para mejorar los estilos de vida colectiva. • A través de un afiche previene el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas argumentando el daño corporal y social que producen. 	<p>Actividad 31 Disfrutamos de una vida saludable</p> <p>Actividad 32 Dieta balanceada con alimentos nutritivos para una calidad de vida</p> <p>Actividad 33 Actividad física y sus beneficios para una vida saludable</p> <p>Actividad 34 Evitemos el consumo de alcohol, tabaco y drogas</p>



<p>Resuelve problemas de cantidad.</p> <p>Estándar de aprendizaje - Nivel 5:</p> <p>Resuelve problemas referidos a una o más acciones de comparar, igualar, repetir o repartir cantidades, partir y repartir una cantidad en partes iguales; las traduce a expresiones aditivas, multiplicativas y la potenciación cuadrada y cúbica; así como a expresiones de adición, sustracción y multiplicación con fracciones y decimales (hasta el centésimo). Expresa su comprensión del sistema de numeración decimal con números naturales hasta seis cifras, de divisores y múltiplos, y del valor posicional de los números decimales hasta los centésimos; con lenguaje numérico y representaciones diversas. Representa de diversas formas su comprensión de la noción de fracción como operador y como cociente, así como las equivalencias entre decimales, fracciones o porcentajes usuales.</p> <p>Selecciona y emplea estrategias diversas, el cálculo mental o escrito para operar con números naturales, fracciones, decimales y porcentajes de manera exacta o aproximada; así como para hacer conversiones de unidades de medida de masa, tiempo y temperatura, y medir de manera exacta o aproximada usando la unidad pertinente. Justifica sus procesos de resolución así como sus afirmaciones sobre las relaciones entre las cuatro operaciones y sus propiedades, basándose en ejemplos y sus conocimientos matemáticos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Resuelve situaciones problemáticas con acciones de agregar para transformarlas en expresiones numéricas de adición y multiplicación de fracciones. 	<p>Actividad 32 Dieta balanceada con alimentos nutritivos para una calidad de vida</p> <p>Actividad 33 Actividad física y sus beneficios para una vida saludable</p>
---	--	--



<p>Construye su identidad</p> <p>Estándar de aprendizaje - Nivel 5:</p> <p>Construye su identidad al tomar conciencia de los aspectos que lo hacen único, cuando se reconoce a sí mismo a partir de sus características personales, sus capacidades y limitaciones reconociendo el papel de las familias en la formación de dichas características. Aprecia su pertenencia cultural a un país diverso. Explica las causas y consecuencias de sus emociones, y utiliza estrategias para regularlas. Manifiesta su punto de vista frente a situaciones de conflicto moral, en función de cómo estas le afectan a él o a los demás. Examina sus acciones en situaciones de conflicto moral que se presentan en la vida cotidiana y se plantea comportamientos que tomen en cuenta principios éticos. Establece relaciones de igualdad entre varones y mujeres y explica su importancia. Crea vínculos afectivos positivos y se sobrepone cuando estos cambian. Identifica conductas para protegerse de situaciones que ponen en riesgo su integridad en relación a su sexualidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A través de un texto informativo explica estrategias para el cuidado y mejora de la salud emocional. 	<p>Actividad 35</p> <p>Cuidemos nuestra salud emocional</p> <p>Reconocemos qué actitudes mejoran la salud emocional</p>
---	---	--

e. Secuencia de sesiones sugeridas

Estimados docentes, la numeración corresponde a la secuencia consecutiva presentada de semana a semana durante el segundo semestre. (*)

Actividad 31: Disfrutamos de una vida saludable.

En esta actividad, los estudiantes conocerán el significado de estilo de vida saludable y los hábitos y comportamientos más importantes que promueven este estilo de vida.

Actividad 32: Dieta balanceada con alimentos nutritivos para una calidad de vida.

En esta actividad, los estudiantes conocerán la importancia de una dieta balanceada para una vida saludable y calcularán las kilocalorías que deben ingerir para tener buena salud.

* Recuerden que el número de programa radial N°31 desarrollará la primera actividad de la EdA N°09, con la misma numeración las encontrarás en las actividades y recursos en la plataforma de Aprendo en Casa

**Actividad 33: Actividad física y sus beneficios para una vida saludable.**

En esta actividad, los estudiantes reconocerán la importancia de la actividad física para tener un estilo de vida saludable y resolverán situaciones problemáticas relacionadas con el ejercicio físico para promover una vida saludable.

Actividad 34: Evitemos el consumo de alcohol, tabaco y drogas.

En esta actividad, los estudiantes elaborarán un afiche informativo para dar a conocer los efectos negativos del alcohol y el tabaco en las personas, los cuales impiden tener un estilo de vida saludable.

Actividad 35: Cuidemos nuestra salud emocional.

En esta actividad, los estudiantes elaborarán propuestas a través de un texto informativo, reconociendo actitudes y estrategias que mejoran la salud emocional de las personas y promueven un estilo de vida saludable.

Actividad 36: Organizamos un plato festivo y nutritivo para toda la familia en estas fiestas navideñas.

En esta actividad, los estudiantes escribirán una receta de un plato tradicional navideño saludable y nutritivo que promueva un adecuado estilo de vida.

2

Sugerencias para la diversificación

Considera qué tan pertinente es para tus estudiantes la experiencia de aprendizaje planteada. Para ello, analiza sus características y necesidades a partir del diagnóstico que has realizado. Para una mejor comprensión, te presentamos el siguiente caso:

Segundo es docente del CEBA José Cayetano Heredia, del distrito de Lagunas, desde hace muchos años y conoce muy bien la realidad social del distrito en el que trabaja. La experiencia de Segundo le permite tener una visión amplia de las cuestiones sociales y realizar una caracterización del medio útil para el desarrollo de la experiencia de aprendizaje. Además, Segundo ha realizado una evaluación diagnóstica para caracterizar a sus nuevos estudiantes del tercer grado del ciclo intermedio. La mayoría de estos estudiantes vienen del año anterior y solo un bajo porcentaje son de otros CEBA o quieren volver a estudiar después de algunos años de para. La gran mayoría de estudiantes son mayores de edad y tienen edades variadas; asimismo, se dedican a diferentes actividades laborales dentro y fuera de sus hogares.

Segundo también analizó el nivel de desarrollo de las competencias de sus estudiantes. Por ejemplo, en la competencia “Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo”, encuentra que tienen dificultades para conocer y comprender los hábitos, funciones y comportamientos de las personas que permiten promover un estilo de vida saludable que conlleve o suscite a mejorar la calidad de vida de ellos y sus familias.



A partir de este diagnóstico, Segundo ha decidido adecuar la experiencia de aprendizaje de esta manera:

a. Planteamiento de la situación

A partir del contexto, Segundo analiza la situación y el reto. Ello le permite tomar decisiones. Por ejemplo, después de conocer las características de sus estudiantes ha decidido que la mayoría necesita fortalecer su conocimiento y comprensión de las actividades, hábitos y comportamientos que permitan promover un estilo de vida saludable en las personas de la familia y comunidad.

Situación original	Situación diversificada
<p>En los últimos años escuchamos hablar de vivir y mantener un estilo de vida saludable. Los directivos, profesores, estudiantes y en sí, toda la comunidad educativa de nuestro CEBA, somos conscientes de la necesidad de promover hábitos en nuestra vida que nos permitan mantenernos más sanos y con menos limitaciones funcionales. Mantener una buena salud, no solo física sino mental, implica una serie de comportamientos y hábitos adecuados en todas las etapas de nuestra vida.</p> <p>Lograr este equilibrio en la vida de las personas depende de varios factores que impiden que cumplamos con hábitos y actitudes que promueven una vida saludable. La actual situación por la pandemia de la COVID-19 que no solo afecta la salud física sino también emocional, los diferentes tipos de trabajo sedentarios, malos hábitos alimenticios, la rutina diaria, entre otros, no contribuyen al logro de una vida saludable.</p> <p>Ante esta situación surgen algunas inquietudes como: ¿entendemos con claridad qué significa tener un estilo de vida saludable?, ¿qué actividades, comportamientos o hábitos influyen en un estilo de vida saludable?, ¿cómo ha afectado la pandemia de la COVID-19 nuestro estilo de vida saludable?, ¿cómo promovemos en nuestra familia y comunidad un estilo de vida saludable?</p>	<p>En la comunidad de Lagunas, como en muchas otras comunidades de nuestra región, las personas tienen hábitos alimenticios poco saludables, escasa actividad física y comportamientos y actitudes poco adecuados, que afectan su estado emocional. Todas estas condiciones promueven un estilo de vida desfavorable que afectan la salud y calidad de vida de sus habitantes.</p> <p>Los malos hábitos alimenticios tienen que ver con el consumo de alimentos y comidas poco saludables, cantidad y calidad de los mismos y horarios para su consumo.</p> <p>Otro aspecto es la escasa actividad física de la población debido a la poca costumbre de realizar ejercicios y deporte como medio de mantener un cuerpo y mente saludable.</p> <p>Además, los comportamientos y actitudes de las personas afectan su salud emocional, más aun durante esta pandemia, por lo cual se profundizan los problemas de salud.</p> <p>Es importante que en los estudiantes de nuestro CEBA y en la población de la comunidad en general se suscite un cambio hacia estilos de vida saludables que promuevan una mejor calidad de vida.</p> <p>En este sentido nos planteamos el siguiente reto:</p>



<p>Por esta razón consideramos importante, con el acuerdo de estudiantes y profesores, asumir el compromiso de responder al siguiente reto para la presente experiencia de aprendizaje: ¿qué actividades podemos realizar para conocer, comprender y promover comportamientos y hábitos que susciten un estilo de vida saludable?</p>	<p>¿Qué actividades realizaremos para conocer y promover en los estudiantes y la población de la comunidad de Lagunas hábitos y comportamientos que promuevan estilos de vida saludables?</p>
--	--

b. Propósito de aprendizaje

Segundo revisa nuevamente el diagnóstico de sus estudiantes para analizar el propósito de aprendizaje. Identifica que los estudiantes muestran la mayor dificultad en la competencia **“Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo”**, y comprende que las actividades sugeridas permitirán continuar trabajando con el suficiente énfasis esta competencia, por lo que decide mantener las competencias a trabajar en la presente experiencia. Por ejemplo, la competencia **“Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna”** se aborda y logra a través de la elaboración de textos argumentativos e informativos que se proponen en algunas actividades.

- Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna.
- Resuelve problemas de cantidad.
- Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.
- Construye su identidad.

c. Enfoques transversales

Segundo concluye que, para que los estudiantes planteen posibles acciones a favor de promover estilos de vida saludables, es necesario que dialoguen con su familia y comunidad. Por lo tanto, decide mantener el enfoque propuesto en la experiencia de aprendizaje.

Enfoque Ambiental		
Valor	Actitudes que supone	Se demuestra, por ejemplo, cuando:
Solidaridad planetaria y equidad intergeneracional	Disposición para colaborar con el bienestar y la calidad de vida de las generaciones presentes y futuras, así como con la naturaleza asumiendo el cuidado del planeta.	Los directivos, los docentes y los estudiantes implementan acciones que promuevan las prácticas de cuidado de la salud y para el bienestar común, teniendo en cuenta las generaciones presentes y futuras.



d. Producción, competencias, criterios de evaluación y actividades

A partir su análisis y de determinar las competencias que se desarrollarán acordes a las necesidades de aprendizaje de sus estudiantes, Segundo decidió lo siguiente:

- Considerar los mismos criterios de evaluación propuestos en la experiencia de aprendizaje original para la mayoría de competencias seleccionadas.
- Mantener la propuesta de producción descrita en la experiencia original contextualizando los criterios para la competencia **“Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo”**.

Producción: En la presente experiencia de aprendizaje se desarrollarán las siguientes producciones: escribir un texto argumentativo sobre las características y condiciones para promover una vida saludable, resolver situaciones matemáticas relacionadas con actividades físicas y nutricionales para promover una vida saludable, elaborar un afiche informativo para promover los efectos negativos del alcohol y el tabaco, escribir un texto informativo sobre el cuidado de la salud emocional y escribir una receta para preparar un plato tradicional navideño nutritivo y saludable.

Competencias	Criterios
Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.	Se mantienen los criterios y las actividades planteadas en la experiencia original.
Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.	Se proponen los siguientes criterios a partir de la experiencia diversificada: <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce y comprende los hábitos y comportamientos para un estilo de vida saludable. • Reflexiona sobre la importancia de un estilo saludable para todas las personas. • Explica la influencia de los hábitos alimenticios, actividades físicas y comportamientos de las personas para promover un estilo de vida saludable.
Resuelve problemas de cantidad.	Se mantienen los criterios y las actividades planteadas en la experiencia original.
Construye su identidad.	Se mantienen los criterios y las actividades planteadas en la experiencia original.



e. Secuencia de actividades

De acuerdo con la experiencia diversificada, el docente ha decidido tomar todas las actividades de la experiencia original, pero incorporará estrategias diferenciadas y andamiajes (criterios y actividades) que atienden a la diversidad y a las necesidades de aprendizaje de sus estudiantes.

Actividad 31: Disfrutamos de una vida saludable.

En esta actividad, los estudiantes comprenderán el significado de vida saludable, los hábitos y comportamientos más importantes que promueven este estilo de vida.

Actividad 32: Dieta balanceada con alimentos nutritivos para una calidad de vida.

En esta actividad, los estudiantes conocerán la importancia de una dieta balanceada, saludable y calcularán las kilocalorías que deben consumir para su buena salud.

Actividad 33: Actividad física y sus beneficios para una vida saludable.

En esta actividad, los estudiantes conocerán la importancia de la actividad física como práctica de un estilo de vida saludable y resolverán situaciones problemáticas relacionadas con el ejercicio físico.

Actividad 34: Evitemos el consumo de alcohol, tabaco y drogas.

En esta actividad, los estudiantes elaborarán un afiche informativo para dar a conocer los efectos negativos del alcohol y el tabaco en las personas, los cuales impiden tener un estilo de vida saludable.

Actividad 35: Cuidemos nuestra salud emocional.

En esta actividad, los estudiantes propondrán, a través de un texto informativo, actitudes y prácticas de vida que mejoran la salud emocional de las personas.

Actividad 36: Organizamos un plato festivo y nutritivo para toda la familia en estas fiestas navideñas.

En esta actividad, los estudiantes escribirán una receta de un plato tradicional navideño saludable y nutritivo que promueva un estilo de vida y alimentación saludable.

3

Sugerencias para el acompañamiento

3.1. Comprensión de los componentes de la experiencia de aprendizaje

En esta sección, es necesario que se planteen algunas actividades para asegurar que los estudiantes comprendan los componentes de la experiencia de aprendizaje:

Planteamiento de la situación

- Presenta la situación de forma atractiva y usando un lenguaje sencillo. Puedes leer un texto informativo o compartir videos contextualizados sobre los estilos de vida saludable, su importancia y promoción.



- Verifica mediante preguntas la comprensión de la información, por ejemplo: ¿reconoces los hábitos y comportamientos adecuados para promover una vida saludable? ¿Cómo puedes mejorar tu dieta alimenticia para tener un estilo de vida saludable? ¿Qué actividades o ejercicios físicos propones para promover un estilo de vida saludable? ¿Cómo puedes evitar el consumo de sustancias o alimentos que perjudican la salud? ¿Qué plato típico nutritivo podemos preparar en estas fiestas navideñas?

Propósito de aprendizaje

- Plantea una actividad para presentar los propósitos de aprendizaje. Por ejemplo, puedes formular preguntas tales como: ¿qué lograremos hoy? ¿De qué manera lo lograremos? ¿Por qué será importante conocer la importancia de los estilos de vida saludables? ¿Qué podemos hacer para promover o suscitar un estilo de vida saludable?

Producción/actuación y criterios de evaluación

- Señalar que la producción de la experiencia a través de pequeños y diversos textos se construirá en cada una de las actividades y deben archivarlos secuencial y ordenadamente.
- En cada actividad, debe señalarse la evidencia de la competencia que se aborda con sus respectivos criterios de evaluación. Para una mejor comprensión del criterio de evaluación, puedes exponer la siguiente analogía:

Comprensión de la secuencia de actividades sugeridas

Segundo conversa con sus estudiantes acerca de la secuencia de actividades que seguirán y cómo el desarrollo de estas les permitirá enfrentar la situación y el reto. Para ello, realiza lo siguiente:

Brinda orientaciones precisas y describe las acciones con una secuencia ordenada: comprende el significado de estilo de vida saludable, reconoce los hábitos y comportamientos más importantes para promover un estilo de vida saludable, después explica la importancia y estrategias de una alimentación saludable, actividades físicas que favorecen la salud, y comportamientos y actitudes que benefician la salud emocional.

Debe asegurar que sus estudiantes realicen la actividad.

Los estudiantes evaluarán las evidencias realizadas y si se cumplieron o no con lo que se esperaba de ellos, y si mediante diversos textos comunican su compromiso. Por ejemplo, Segundo, presenta a sus estudiantes la necesidad de comprometerse con desarrollar las actividades asignadas.

3.2. Seguimiento y retroalimentación del proceso de aprendizaje

Te proponemos algunas acciones para **dar seguimiento al aprendizaje** de tus estudiantes:

- Identifica saberes, experiencias y los conocimientos previos de tus estudiantes sobre lo que se abordará en la experiencia de aprendizaje. Para que puedan expresar sus ideas con libertad, garantiza un clima de escucha, diálogo y respeto. Así sentirán confianza y seguridad para participar. Por ejemplo:



- Presenta información sobre estilos de vida saludables y cómo promoverlos en sus comunidades. También puedes presentar problemas que se producen en la salud de las personas por malos hábitos alimenticios y comportamientos inadecuados.
- Identifica quiénes avanzan con mayor involucramiento, seguridad y autonomía, y quiénes presentan dificultad. Brinda apoyo a estos últimos según sus necesidades. Por ejemplo: para identificarlo, puedes pedir que te digan tres ideas que han aprendido, dos cosas que aún no quedan claras y una nueva pregunta que surge a raíz de lo aprendido.
- Hacia el final de la experiencia de aprendizaje, orienta a tus estudiantes a contrastar las respuestas de inicio y de cierre de la experiencia, ser conscientes del nuevo aprendizaje, y reflexionar sobre lo que se logró y qué ayudó a ello en el proceso de aprendizaje, cuáles fueron los principales nudos o dificultades, cómo los resolvieron y cuáles son los cambios en sus respuestas.

Para realizar la **retroalimentación**, toma en cuenta las siguientes acciones:

- Comunica los criterios de evaluación de forma oportuna y verifica su comprensión. Por ejemplo, comparte la lista de cotejo o rúbrica de evaluación antes de iniciar la actividad. Explica cada criterio con ejemplos y, luego, verifica la comprensión mediante dinámicas que puedas aplicar, para saber si han comprendido o tienen dudas. También, puedes utilizar recursos tecnológicos como formularios de Google para interactuar con tus estudiantes y aplicar una pequeña encuesta sobre la calidad de tu explicación.
- Retroalimenta el proceso y las producciones o actuaciones de tus estudiantes usando los criterios de evaluación. Recuerda que se retroalimentan las producciones y actuaciones, y no a la persona.
- Durante el desarrollo de las actividades y la elaboración de las diferentes producciones o actuaciones, enfatiza en los aspectos positivos para brindar retroalimentación e incluye acciones concretas y realizables para tus estudiantes. Por ejemplo, durante la producción de escribir textos, resalta los aciertos de los estudiantes al identificar ideas en entorno al tema. Brinda observaciones y recomendaciones para que mejoren su producto.
- Considera las necesidades individuales y grupales de tus estudiantes para brindarles retroalimentación.
- Plantea preguntas guía para promover la reflexión de tus estudiantes sobre la actividad o producto que realizan. Por ejemplo: ¿cómo has realizado la actividad? ¿Por qué has seguido ese proceso? ¿Cómo llegaste a esa conclusión? ¿Qué piensas de lo que dijo tu compañera/o?
- Programa reuniones con los estudiantes que has identificado que necesitan mayor acompañamiento.
- Revisa el cuaderno o portafolio de aprendizaje según la calendarización que has realizado para la evaluación de los productos y actuaciones.

4

Consideraciones finales

Finalmente queremos agregar que la experiencia de aprendizaje considera situaciones diversas en función a las necesidades de nuestros estudiantes de la modalidad. Sin embargo, por la diversidad del público que se atiende, el cual tiene características específicas, sugerimos tener en cuenta los siguientes alcances:

Proyecto Qhapaq Ñan (Camino Inca)

En la diversificación de Qhapaq Ñan, se debe tener en cuenta que se busca generar una comprensión sobre gran parte de nuestra historia y la magnitud de nuestra herencia andina, lo cual está presente en la identidad y desarrollo de las personas. Por ello, es necesario que ello esté presente en el aprendizaje de nuestros estudiantes, ya que es una forma de seguir desarrollando sus competencias para una mejor calidad de vida.

Educación para el Trabajo (EPT)

En el proceso de diversificación del área curricular de Educación para el Trabajo, se debe considerar tres enfoques: el de emprendimiento, el tecnológico y el de competencia laboral. Estos tres permitirán proponer experiencias que se orienten a fortalecer la competencia para gestionar emprendimientos, los cuales estarían alineados a las necesidades de los estudiantes y en beneficio de su desarrollo personal, familiar y comunitario.

Personas Adultas Mayores (PAM)

En la planificación, se debe considerar que las personas se desarrollan a lo largo de toda la vida, pero cada etapa de esta tiene sus propias características. En el caso de los adultos mayores, es importante comprender que siguen desarrollando aprendizajes, los cuales se complementan con las necesidades de esta etapa y se dan de acuerdo con los contextos en los que viven.

Las necesidades de aprendizaje de la persona adulta mayor se vinculan también a la renovación de roles, ya que en esta etapa de su vida existe mayor probabilidad de pérdidas en aspectos personales, familiares y sociales. Por ello, los mecanismos de adaptación son muy relevantes en la medida que permitan a la persona adecuarse a las circunstancias del contexto y le permitan crear propositivamente sus propias circunstancias.

Leemos juntos

Espacio de lectura libre y de disfrute para leer o escuchar la lectura de manera individual o familiar, siempre con lecturas que van adecuadas a la situación que corresponde a cada edad; allí tendrán espacios de reflexión, recreación y creación sobre el significado de lo leído.

El contenido del presente documento tiene fines exclusivamente pedagógicos y forma parte de la estrategia de educación a distancia gratuita que imparte el Ministerio de Educación.

“Te escucho, docente”

Este 2021, **seguimos con el apoyo psicológico gratuito y personalizado** para mejorar la salud emocional

[Ingresa aquí](#)



Luego de presentar la secuencia de actividades sugeridas observarán a continuación cómo se organizan estas en la programación radial:

EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N.º 9 - DICIEMBRE
DEL 29 DE NOVIEMBRE AL 04 DE DICIEMBRE

SEMANA 33

Ciclo	Hora	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 01	Jueves 02	Viernes 03	Sábado 04
CICLO INICIAL E INTERMEDIO	5:30 a 6:00 p. m.	GUIÓN N.º 43 1.º grado - Ciclo Inicial COM/CTS Importancia de la calidad del sueño para conservar la salud	GUIÓN N.º 31 1.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Reconocemos la importancia de una vida saludable	GUIÓN N.º 44 1.º grado - Ciclo Inicial COM/CTS ¡Beber agua, un hábito saludable!	GUIÓN N.º 32 1.º grado - Ciclo Intermedio MAT/CTS Importancia de una alimentación balanceada y saludable	GUIÓN N.º 45 1.º grado - Ciclo Inicial MAT/CTS ¿Por qué la actividad física beneficia a la salud?	
	Competencias	COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.	COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.	COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.	MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.	MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.	

	6:00 a 6:30 p. m.	<p>GUIÓN N.º 43 2.º grado - Ciclo Inicial COM /CTS ¡El sueño como necesidad básica para tener salud!</p>	<p>GUIÓN N.º 31 2.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS ¡Decide por un estilo de vida saludable!</p>	<p>GUIÓN N.º 44 2.º grado - Ciclo Inicial COM/CTS ¿Por qué es importante beber agua para tener salud?</p>	<p>GUIÓN N.º 32 2.º grado - Ciclo Intermedio MAT/CTS ¡Come sano para que te sientas sano!</p>	<p>GUIÓN N.º 45 2.º grado - Ciclo Inicial MAT/CTS El ejercicio físico y su relación con la salud</p>	<p>GUIÓN N.º 16 PAM CICLO INICIAL COM/DPC Importancia de la actividad física y nutricional en la calidad de vida del adulto mayor</p>	Competencias	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>DPC Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>DPC Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente.</p>
--	----------------------------	--	---	---	---	--	---	--------------	---	---	---	---	--	--



<p>6:30 a 7:00 p. m.</p>	<p>GUIÓN N.º 29 EPT Multigrado Ciclo Inicial e Intermedio Servicios a emprender sobre promoción de una vida saludable</p>	<p>GUIÓN N.º 31 3.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Disfrutamos de una vida saludable</p>	<p>GUIÓN N.º 16 Qhapaq Ñan Ciclo Inicial e Intermedio COM/DPC Las actividades productivas y su relación con las festividades tradicionales</p>	<p>GUIÓN N.º 32 3.º grado - Ciclo Intermedio MAT/CTS Dieta balanceada con alimentos nutritivos para una calidad de vida</p>	<p>GUIÓN N.º 30 EPT Multigrado Ciclo Inicial e Intermedio Tendencias alimentarias en el S. XXI</p>	<p>GUIÓN N.º 16 PAM CICLO INTERMEDIO COM/CTS Estilos de vida en la salud física del adulto mayor que mejoran su calidad de vida</p>
<p>Competencias</p>	<p>EPT Gestiona proyectos de emprendimiento económico y social.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>DPC Constuye interpretaciones históricas.</p>	<p>MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>EPT Gestiona proyectos de emprendimiento económico y social.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>



EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N.º 9 - DICIEMBRE
SEMANA DEL 6 AL 11 DE DICIEMBRE

SEMANA 34

Ciclo	Hora	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10	Sábado 11
CICLO INICIAL E INTERMEDIO	5:30 a 6:00 p. m.	<p>GUIÓN N.º 46 1.º grado - Ciclo Inicial COM/DPC ¿Cómo beneficia el pensamiento positivo en la salud?</p>	<p>GUIÓN N.º 33 1.º grado - Ciclo Intermedio MAT/CTS Realizamos actividades físicas para cuidar nuestra salud</p>		<p>GUIÓN N.º 34 1.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Consecuencias del consumo de alcohol, tabaco y drogas</p>	<p>GUIÓN N.º 47 1.º grado - Ciclo Inicial COM/DPC Las relaciones sociales y su importancia en la salud</p>	
	Competencias	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Construye su identidad.</p>	<p>MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>		<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Construye su identidad.</p>	

	6:00 a 6:30 p. m.	<p>GUIÓN N.º 46 2.º grado – Ciclo Inicial COM /DPC Los pensamientos positivos y sus beneficios para la salud</p>	<p>GUIÓN N.º 33 2.º grado - Ciclo Intermedio MAT/CTS Realicemos actividades físicas regularmente para sentirnos mejor</p>	<p>GUIÓN N.º 34 2.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Reconozcamos las consecuencias del uso de las drogas</p>	<p>GUIÓN N.º 47 2.º grado – Ciclo Inicial COM/DPC ¿De qué manera las relaciones sociales son importantes para la salud?</p>	<p>GUIÓN N.º 16 PAM CICLO INICIAL COM/DPC Hábitos saludables que mejoran la salud mental del adulto mayor</p>	Competencias	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Construye su identidad.</p>	<p>MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>		<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Construye su identidad.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente.</p>
--	----------------------------	--	---	---	---	---	--------------	---	--	--	--	---	---	---

EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N.º 9 - DICIEMBRE

SEMANA 35

SEMANA DEL 13 AL 18 DE DICIEMBRE

Ciclo	Hora	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17	Sábado 18
CICLO INICIAL E INTERMEDIO	5:30 a 6:00 p. m.	<p>GUIÓN N.º 48 1.º grado - Ciclo Inicial COM/CTS ¿Cómo influye en la salud una casa ordenada, organizada y limpia?</p>	<p>GUIÓN N.º 35 1.º grado - Ciclo intermedio COM/DPC Asumimos el cuidado de nuestra salud emocional</p>	<p>GUIÓN N.º 49 1.º grado - Ciclo Inicial MAT/CTS ¡Alimenten y suben las defensas!</p>	<p>GUIÓN N.º 36 1.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Organizamos alternativas saludables para las comidas navideñas en familia</p>	<p>GUIÓN N.º 50 1.º grado - Ciclo Inicial COM/DPC Cómo afrontar el duelo y regular nuestras emociones</p>	
	Competencias	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Constuye su identidad.</p>	<p>MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Constuye su identidad.</p>	

	6:00 a 6:30 p. m.	<p>GUIÓN N.º 48 2.º grado - Ciclo Inicial COM /DPC Importancia de la organización y limpieza de la casa en la salud</p>	<p>GUIÓN N.º 35 2.º grado - Ciclo intermedio COM/DPC Valoremos nuestra salud emocional</p>	<p>GUIÓN N.º 49 2.º grado - Ciclo Inicial MAT/CTS ¿Qué alimentos nutren y suben las defensas de mi cuerpo para tener salud?</p>	<p>GUIÓN N.º 36 2.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Celebramos las fiestas navideñas comiendo sano</p>	<p>GUIÓN N.º 50 2.º grado - Ciclo Inicial COM/DPC ¿Cómo superar el duelo para regular nuestras emociones?</p>	<p>GUIÓN N.º 17 PAM Ciclo Inicial COM/DPC Buscamos el crecimiento espiritual en la vida del adulto mayor</p>
Competencias		<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Constuye su identidad.</p>	<p>MATEMÁTICA Resuelve problemas de cantidad. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Constuye su identidad.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna. DPC Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente.</p>

	6:30 a 7:00 p. m.	<p>GUIÓN N.º 33 EPT Multigrado Ciclo Inicial e Intermedio Bibliotecas caminantes</p>	<p>GUIÓN N.º 35 3.º grado - Ciclo Intermedio COM/DPC Cuidemos nuestra salud emocional</p>	<p>GUIÓN N.º 17 Q'hapaaq Ñan Ciclo Inicial e Intermedio COM/DPC El Señor de Vilque, manifestación de fe y tradición en el Altiplano</p>	<p>GUIÓN N.º 36 3.º grado - Ciclo Intermedio COM/CTS Organizamos para las celebraciones un plato festivo nutritivo para toda la familia</p>	<p>GUIÓN N.º 34 EPT Multigrado Ciclo Inicial e Intermedio Venta de cenas navideñas típicas de acuerdo a cada región</p>	<p>GUIÓN N.º 17 PAM CICLO INTERMEDIO COM/DPC Valoramos el mundo espiritual del adulto mayor en la familia como herencia intergeneracional</p>	Competencias	<p>EPT Gestiona proyectos de emprendimiento económico y social.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>DPC: Construye su identidad.</p>	<p>DPC: Construye interpretaciones históricas.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>CTS Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo.</p>	<p>EPT Gestiona proyectos de emprendimiento económico y social.</p>	<p>COMUNICACIÓN Escribe diversos tipos de textos en lengua materna.</p> <p>DPC Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente.</p>
--	----------------------------	---	--	--	--	--	--	--------------	--	---	---	---	--	--