



Educación General Básica - Subnivel Elemental

# PROYECTO 5

COSTA 2020 - 2021

## PLAN EDUCATIVO APRENDEMOS JUNTOS EN CASA

### 3.º EGB

PLAN DE CONTINGENCIA



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

*Lenín*



## Recuerda:

- 1 Se propone un proyecto mensual, relacionado con un objetivo de aprendizaje. El proyecto incluye actividades para cada semana, que podrás realizar individualmente o con el apoyo de tu familia. Te recomendamos trabajar en tu proyecto durante al menos 50 minutos diarios.
- 2 El Ministerio de Educación propone diversas actividades y/o recursos educativos, a los que puedes acceder a través del enlace <https://recursos2.educacion.gob.ec/>, programas educativos en radio y televisión (*AprenderLaTele*), o mediante mensajes de WhatsApp, SMS y redes sociales.
- 3 En los proyectos, las actividades planteadas para cada semana no requieren de material impreso. Trabaja con los recursos disponibles en casa.
- 4 Para consultar información y fortalecer tus aprendizajes, utiliza los textos escolares de este año o de años anteriores. Los textos de este año escolar los puedes encontrar en: <https://recursos2.educacion.gob.ec/textos/>
- 5 Sigue una rutina, con horarios regulares para tus actividades de aprendizaje, y también para los juegos, la recreación, las tareas del hogar y el descanso.
- 6 Lleva un registro de tus actividades y guarda las evidencias en tu portafolio. Este portafolio se utilizará para evaluar tu proyecto.
- 7 Un/a docente tutor se pondrá en contacto contigo. Si no lo ha hecho, pide la ayuda de una persona adulta y comunícate con él/ella, con un directivo de la institución o con el distrito educativo.
- 8 Realizar diferentes actividades a lo largo del día mantiene la mente y el cuerpo saludables. Esta ficha te ofrece muchas opciones para mantenerte activo y aprender al mismo tiempo.
- 9 Si eres víctima de violencia, o conoces de algún acto violento, cuéntaselo a una persona adulta de confianza o a tu docente. Con su ayuda, llama al 911 o al 1800 DELITO (335 486) para revelar estos casos.
- 10 Haz tu mejor esfuerzo al realizar las actividades de la ficha. No olvides que las personas somos siempre distintas y aprendemos de maneras diferentes. Lo más importante es encontrar tu propia forma de aprender al hacer estas actividades.

## Consejos para mantenerte saludable física y emocionalmente:

- Mantén la calma, pronto volveremos a la escuela, a los parques y compartiremos entre todos y todas.
- Recuerda que la higiene personal es muy importante para combatir el virus, lava tus manos con frecuencia y de forma adecuada.
- Mantén una alimentación saludable y realiza actividad física para que tu cuerpo y mente estén saludables.
- Es importante que te #QuedesEnCasa todo el tiempo que sea necesario. Te acompañaremos en esta nueva forma de aprender, porque sí se puede #AprenderEnCasa.
- Si es necesario que salgas de casa, recuerda utilizar siempre la mascarilla y al volver, lavarte las manos con agua y jabón.

## FICHA PEDAGÓGICA DEL PROYECTO

### Objetivo de aprendizaje

Los estudiantes comprenderán que la salud, la cultura y el entretenimiento son ejes fundamentales para el desarrollo del proyecto de vida y que su difusión es importante, a través de manifestaciones artísticas y culturales.

### Objetivos específicos

- Identificar los elementos que orientan un proyecto de vida para desarrollarlo.
- Conocer las diferentes actividades culturales de mi cantón para valorarlas y mantenerlas vivas.
- Aplicar hábitos de alimentación saludable y actividad física para mantener el cuerpo sano.

### Indicadores de evaluación

- Elabora producciones artísticas basándose en la observación de otras creaciones, tomadas como referente. (Ref. I.ECA.2.4.1.)
- Construye con pares diferentes posibilidades de participación en prácticas corporales expresivo-comunicativas propias de la región. (Ref. I.EF.2.6.1.)
- Utiliza la adición y sustracción con números naturales de hasta tres cifras en el contexto de un problema matemático del entorno. (Ref. I.M.2.2.3.)
- Learners can write information in a simple survey form. (Ref. I.EFL.2.20.1.)
- Escribe diferentes tipos de textos narrativos (relatos escritos de experiencias personales, hechos cotidianos u otros sucesos y acontecimientos de interés). Ordena las ideas cronológicamente. (Ref. I.LL.2.9.1.)
- Comprende los contenidos implícitos de un texto, basándose en inferencias espacio-temporales y referenciales. (Ref. I.LL.2.5.2.)
- Explica la importancia de mantener una vida saludable en función de la comprensión de habituarse a una dieta alimenticia equilibrada. (Ref. ICN.2.4.2.)

- Reconoce las características más relevantes (actividades culturales, acontecimientos, lugares, personajes y diversidad humana, natural, cultural y atractivos turísticos) de su localidad. (Ref. I.CS.2.4.1.)

## Nombre del proyecto

Construyo mi proyecto de vida.

## Indicaciones

Este proyecto tiene como finalidad dar a conocer los pasos para elaborar un proyecto de vida, tomando en cuenta la historia personal, origen, rasgos físicos, el conocimiento y trascendencia de los saberes culturales. Adicionalmente, construirás aprendizajes sobre el cuidado personal, la alimentación saludable, el ejercicio físico y el entretenimiento. Darás a conocer estos aprendizajes y tu proyecto de vida a través de una presentación oral, con la ayuda de un títere que tú elaborarás.

Para realizar las actividades del proyecto, que desarrollarás durante tres semanas, puedes utilizar los recursos que tengas disponibles en tu hogar. Si son reutilizables, mucho mejor. Utilizarás, por ejemplo, música, lanas, palos de chupete, una cuerda, diez cintas o corbatas, diez botellas de reciclaje, una pelota, una caja de cartón, dos pedazos de tela del tamaño de la mano, hilo, aguja, tijeras, goma, algodón, dos botones, cartulina, entre otros.

**Queridas familias,** a fin de facilitar la comprensión de las indicaciones que se proponen para el desarrollo del proyecto, algunas actividades llevan un icono cuyo significado es el siguiente:



Conocimiento nuevo



Trabajo en familia



Trabajo solo o sola



Escribo con mi propio código

## ACTIVIDADES SEMANA 1

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Ciencias Naturales, Lengua y Literatura, Matemática, Inglés, Educación Física y Educación Cultural y Artística.**

**Tema:** ¿De dónde vengo y a dónde voy?

**Actividad 1:** Inicio mi proyecto de vida



**Reflexiona** en familia sobre las siguientes preguntas:

¿Qué actividades te gusta hacer? ¿Qué juegos prefieres?  
 ¿Sobre qué te gustaría aprender o saber más? ¿Qué profesión te gustaría tener cuando seas grande? ¿Sabes qué es un proyecto de vida?

**Lee y conversa** en familia sobre la siguiente información:

El **proyecto de vida** es un plan trazado que una persona desarrolla con el propósito de alcanzar uno o más objetivos, tomando en cuenta sus prioridades, valores y expectativas como dueña de su destino, de cómo quiere vivir, qué quiere cambiar y a dónde quiere llegar.

Para esto, es importante observar la historia de esa persona, sus cualidades, sus fortalezas y sus debilidades.

### **Mi proyecto de vida: paso 1**

Para empezar a planificar tu proyecto de vida, escribe en tu cuaderno el título **MI PROYECTO DE VIDA** y completa los siguientes datos: tus nombres, apellidos, la edad que tienes, el nombre de tu papá y de tu mamá, tu fecha de nacimiento, el grado escolar en el que estás, el nombre de la escuela en la que estudias, tres cualidades y tres defectos.

**Actividad 2:** Mi historia inicia en mi familia

**Conversa** con tu familia y **contesta** las siguientes preguntas:

¿Crees que nuestra historia inicia incluso antes de que naciéramos? ¿Por qué?

Nuestras historias personales inician con nuestros antepasados. Algunos de ellos pudieron haber nacido en otra ciudad, otro país u otro continente. Ellos nos heredan mucho de sí, pero cada historia puede ser distinta, ya que el entorno y las decisiones personales influyen en nuestro comportamiento y modifican nuestro futuro.

Compartimos con nuestros antepasados no sólo el apellido, sino algunos rasgos físicos como el color de nuestra piel, de nuestros ojos, la forma de nuestra cara, etc.

Las personas nos construimos constantemente, en pensamiento, gustos, actitud, etc., con la ayuda de nuestras familias y de las personas que nos rodean, a través de las prácticas culturales, los hábitos y las costumbres.

Es importante conocer sobre nuestra historia familiar para valorar y entender que somos parte de una comunidad con historia.

## Mi proyecto de vida: paso 2



**Investiga y escribe** en tu cuaderno sobre tu origen, el nombre de mamá, papá, hermanos, hermanas, abuelos y bisabuelos. **Ayúdate** con la siguiente imagen para organizarlos. Puedes **dibujar** en tu cuaderno y aumentar o quitar ramas.



<https://n9.cl/uy0hp>

Además, **averigua** y **escribe** si existe alguna historia familiar que les recuerde su origen. También **escribe** la dirección del lugar en el que vives y del cantón al que pertenece.

### **Actividad 3:** Orgullo de nuestra identidad

**Lee** la letra de la canción e **inventa** un ritmo. Puedes acompañarla con algún instrumento que tengas en casa (tapas de olla, palos, etc.). Si puedes, escucha la canción en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=zXOMdCtaoos>

<p><b>De dónde vengo</b> Alex Alvear</p> <p><b>Vengo del ombligo del planeta</b> Tierra donde nunca falta el sol Tan variada y rica es su belleza Que al verla cualquiera se enamora</p> <p><b>Somos de todos los colores</b> <b>Cada pueblo tiene su sabor</b> <b>Un crisol de razas y culturas</b> Pétalos de una hermosa flor ¡Ay mi Ecuador!, ¡ay mi Ecuador!</p> <p><b>¡Ay mi Ecuador!, mi lindo Ecuador</b> <b>Donde quiera que vaya te llevo en mi corazón</b></p>	<p>Donde quiera que vaya te llevo en mi corazón El sendero que a mí me ha tocado Me ha llevado lejos de mi hogar</p> <p><b>Pero la distancia no ha logrado</b> <b>Hacerme olvidar de dónde vengo</b> A la sombra de un recuerdo nuevo Redescubro una vieja verdad</p> <p><b>Puede el árbol extender su rama</b> <b>Pero sus raíces no se moverán</b> ¡Ay mi Ecuador!, ¡ay mi Ecuador!</p> <p>¡Ay mi Ecuador!, mi lindo Ecuador Donde quiera que</p>	<p>vaya te llevo en mi corazón Donde quiera que vaya te llevo en mi corazón</p> <p>Hoy quiero cantarte tierra mía Llenarte de elogios y de amor Con esta sencilla melodía Que al cantarla grita el corazón</p> <p>¡Ay mi Ecuador!, ¡ay mi Ecuador!</p> <p>¡Ay mi Ecuador!, mi lindo Ecuador Donde quiera que vaya te llevo en mi corazón Donde quiera que vaya te llevo en mi corazón.</p>
---	---	--

Al finalizar, **contesta** en tu cuaderno las siguientes preguntas: ¿qué sentiste al cantar esta canción? ¿Qué crees que quieren decir las frases que están en negrillas?

**¿Sabías que...?**

La cultura es la forma de expresarse de las personas en distintos lugares, de forma oral, escrita, la música, los bailes tradicionales, la comida típica, la vestimenta colorida, etc. Ecuador es un país culturalmente muy rico. Esto se debe a que hay pueblos diferentes con una historia, tradiciones y costumbres propias, como podemos ver a continuación:



Rodeo montuvio, Salitre

Fuente: <https://n9.cl/a6kj>



Marimba, el alma de la fiesta en Esmeraldas

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN

## Mi proyecto de vida: paso 3

Para continuar la elaboración de tu proyecto de vida, **contesta** las siguientes preguntas en tu cuaderno: ¿qué tradición o qué costumbre te ha transmitido tu familia? ¿Qué haces tú para continuar con la tradiciones o costumbres familiares? ¿Cómo contribuyen los conocimientos sobre las manifestaciones culturales en la construcción de mi proyecto de vida?

## **Actividad 4:** Somos personas con derechos y responsabilidades

Cada día ejerces tus derechos: estudias, te alimentas, juegas, te llaman por tu nombre, tienes momentos de recreación, entre otros.



**Recuerda** que todo derecho conlleva una responsabilidad. Así, el derecho a la educación implica la responsabilidad de estudiar y hacer las tareas y guardarlas en tu portafolio.

Un derecho es un conjunto de normas jurídicas o reglas, es decir, las leyes que protegen a las personas sin distinción de origen étnico, edad, género, religión, nacionalidad o cualquier otra condición. Los derechos nos permiten desarrollar una vida digna, libre y saludable. Ninguna persona puede desconocerlos o incumplirlos.

Tienes leyes que te protegen, pero ¿cómo asumes tu responsabilidad frente a cada uno de tus derechos?

Reflexiona en familia y contesta las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es tu responsabilidad frente al derecho a la salud?
- ¿Cuál es tu responsabilidad en casa frente al derecho de una vivienda?
- ¿Cuál es tu responsabilidad frente al derecho de la igualdad?

## Mi proyecto de vida: paso 4

Para continuar la elaboración de tu proyecto de vida, **contesta** la siguiente pregunta: ¿Cómo ayuda el conocimiento de mis derechos y mis responsabilidades en la construcción de mi proyecto de vida?

## **Activity 5:** Expressions of time

**Look** and **listen** to the vocabulary. (**Mira** y **escucha** el vocabulario.)

**100% - Always – every day – usually - often – sometimes – rarely –twice - once – 0%**

**Read** the story and **circle** the expression of the time. (**Lee** la historia y **encierra** en un círculo las expresiones de tiempo.)

Mary and Paul

Mary and Paul have a dog. Everyday, they take their dog for a walk. There is a park near their house. Mary always eats a snack before going to the park.



Sometimes they go to the park with their parents, they rarely go with their grandparents. Mary and Paul go to the park twice a week and they often stay at the park until 5 o'clock in the afternoon. Once a week they have dinner with their family.

**Circle** the right answer. (**Encierra** la respuesta correcta.)

- Who are Mary and Paul? friends    cousins    siblings
- What does Mary always eat before going to the park?    ice cream  
cookies    snack
- Who do they usually go with? their parents    their grandparents    their cousins

Fuente: MinEduc English Pedagogical, Module 4

## ACTIVIDADES SEMANA 2

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Ciencias Naturales, Lengua y Literatura, Matemática, Educación Física e Inglés.**

**Tema:** Alimentación y actividad física en mi vida

**Actividad 1:** ¿Cómo me alimento?

### Las frutas y la comida chatarra

Había una vez un señor que tenía una tienda de frutas, pero nunca vendía nada porque la comida chatarra atraía mucho más a la gente. Pasado un tiempo, todos en la ciudad estaban enfermos por no cuidar su salud, así que empezaron a darse cuenta de que debían cuidarse más con la alimentación. Todos comían frutas o verduras. Y, después de empezar a comer mejor, se fueron curando del malestar que tenían.

Esto les sirvió de lección para no consumir comida no saludable. Las frutas habían sido como mágicas para todos los habitantes, todos se recuperaron por completo. Así que el señor que tenía la tienda de frutas estaba muy feliz porque iban a comprar los productos que cosechaba y las personas de la ciudad estaban tan contentas de estar saludables.

Fuente: Adaptado del Cuento Corto para niños y niñas, escrito por: Massiel Recuperado de: <https://bit.ly/31JY5Xt>.

**Observa** las palabras del cuento que están subrayadas y **pronúncialas** en voz alta. Luego, **enlístalas** en tu cuaderno. **Encierra** con color azul los sonidos **m-p** en cada una.

**¿Sabías que...?**

Se escribe con **m** antes de **p**. También se escribe **m** antes de **b**, por ejemplo, temblor, cambiar, costumbres.

**Escribe** en tu cuaderno cinco palabras que tengan **m-p** y cinco que tengan **m-b**.

**Actividad 2:** Me alimento sanamente

Como ya conocimos lo que les sucedió a las personas de la ciudad del cuento por no alimentarse bien, es necesario conocer los alimentos que nos ayudan a mantener el cuerpo sano, para poder realizar las actividades diarias como jugar, estudiar y dormir, y así lograr tener una vida más saludable en la edad adulta.

Los alimentos que consumimos realizan diferentes funciones en nuestro cuerpo: Alimentos reguladores: son las frutas y verduras que nos ayudan a que el cuerpo funcione bien.

Alimentos energéticos: son el pan, el fideo, el arroz, las papas, las harinas, los dulces, grasas como la mantequilla y muchos otros alimentos que nos aportan energía.

Alimentos constructores: granos secos como la lenteja y el garbanzo, fréjol, las carnes, huevos, leche, queso, entre otros que nos ayudan a crecer y mantener fuertes los huesos y los músculos.

Para conocer más sobre el tema, puedes revisar la página 50 del texto de Ciencias Naturales.



Ahora, con la ayuda de un adulto, realiza las siguientes actividades:

1. **Elabora** el siguiente cuadro en tu cuaderno.

Alimentos reguladores	Precio	Alimentos energéticos	Precio	Alimentos constructores	Precio

2. **Revisa** los alimentos que tienes en casa.

3. **Escribe** en el cuadro el nombre de **cinco** alimentos que pertenezcan a cada grupo.

4. Junto a cada alimento, **escribe** cuál fue el precio de compra.

**Recuerda** que en Ecuador la unidad monetaria oficial es el dólar americano, el cual tiene monedas y billetes. **Dialoga** con tu familia los usos que se le da al dinero.

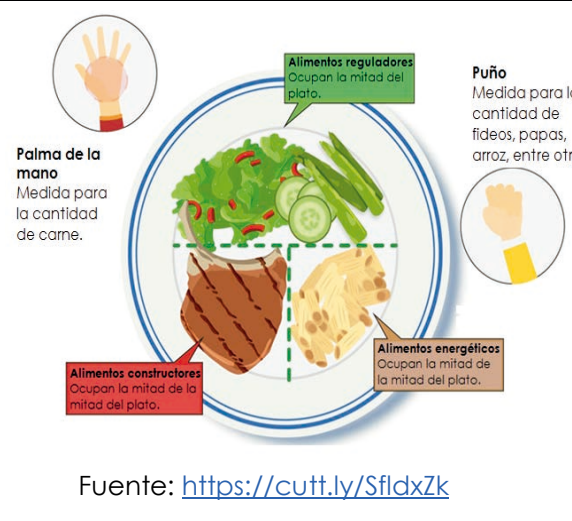
Para conocer más sobre el tema, puedes revisar la página 198 del texto de Matemática.

En tu cuaderno, **dibuja** monedas de diferentes denominaciones para formar tres maneras de sumar un (1) dólar, por ejemplo, dos monedas de 50 centavos.

### Actividad 3: Alimentación equilibrada

Para crecer saludables, se deben comer todos los alimentos en cantidades adecuadas. De esta manera, mantenemos una alimentación equilibrada. Es importante mencionar que se debe consumir agua diariamente y tener horarios establecidos para cada comida.

Una dieta equilibrada implica comer de todo, evitando los excesos y alimentos procesados, como los enlatados y embutidos, que son perjudiciales para nuestro cuerpo. Los alimentos que más podemos consumir son aquellos ricos en vitaminas.

<p>Es importante, por lo tanto, tomar en cuenta que la distribución de alimentos en un plato no sólo te ayudará a mejorar tu alimentación y la de tu familia. También podría facilitar las cosas al momento de preparar las comidas, pues sabiendo las cantidades exactas que debe haber en el plato, será más fácil combinar los alimentos e incluso comprarlos. La lista de compras podría simplificarse a los alimentos básicos que debes tener en casa.</p>	 <p><b>Alimentos reguladores</b> Ocupan la mitad del plato.</p> <p><b>Alimentos constructores</b> Ocupan la mitad de la mitad del plato.</p> <p><b>Alimentos energéticos</b> Ocupan la mitad de la mitad del plato.</p> <p><b>Palma de la mano</b> Medida para la cantidad de carne.</p> <p><b>Puño</b> Medida para la cantidad de fideos, papas, arroz, entre otros.</p> <p>Fuente: <a href="https://cutt.ly/SfldxZk">https://cutt.ly/SfldxZk</a></p>
---	---

### Toma en cuenta

#### ¿Sabes cómo hacer una mariposa con frutas?

**Anímate y prepara**, con la ayuda de un adulto, este plato divertido y saludable.

 <p>1. Cortar las rodajas de naranja por la mitad y colócalas en el plato como muestra el gráfico. Estas serán las alas de la mariposa.</p> <p>2. Cortar por la mitad las uvas o cualquier fruta y colócalas formando el cuerpo de la mariposa.</p> <p>3. Colocar los clavos de olor como ojos y las tiras de zanahoria como antenas de la mariposa. ¡Listo!</p>	<p><b>Ingredientes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2 rodajas de naranja</li> <li>3 uvas rojas, verdes o moradas, moras, u otra fruta picada que tengas en casa</li> <li>2 clavos de olor</li> <li>2 tiras cortas y finas de zanahoria</li> </ul> <p><b>Preparación:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Corta</b> las rodajas de naranja por la mitad y <b>colócalas</b> en el plato como muestra el gráfico. Estas serán las alas de la mariposa.</li> <li><b>Corta</b> por la mitad las uvas o cualquier fruta y <b>colócalas</b> formando el cuerpo de la mariposa.</li> <li><b>Coloca</b> los clavos de olor como ojos y las tiras de zanahoria como antenas de la mariposa. <b>¡Listo!</b></li> </ol>
---	--

Fuente: <https://n9.cl/kv3r>

**Averigua y escribe** en tu cuaderno cuáles son los beneficios de comer frutas para el cuerpo.

### Actividad 4: La actividad física

Como ya conocemos, la buena alimentación, unida al ejercicio, es importante para mantener el cuerpo sano y en forma, y así lograr un buen desempeño de nuestros órganos. A continuación, mencionamos algunos beneficios que se obtienen al realizar actividad física:

- Ayuda a desarrollar el aparato locomotor (huesos, músculos, articulaciones).
- Ayuda a controlar y coordinar movimientos corporales.
- Contribuye a crear afición por el deporte.
- Permite mantener un peso corporal saludable.
- Previene la aparición de obesidad, enfermedades cardiovasculares, entre otras.

Ahora, te indicamos algunos hábitos que puedes practicar en casa para que se conviertan en rutinas.

Todos los días	3 – 5 veces a la semana	2 - 3 veces a la semana	No más de 2 horas
Jugar en el patio. Ayudar en casa. Subir escaleras. Pasear al perro. Caminar. Hidratarse. Alimentarse equilibradamente.	Natación. Baloncesto. Fútbol. Baile. Carrera suave. Bañarse.	Estirar. Montar bicicleta. Ejercicios de fuerza. Tregar	Televisión. Videojuegos.

### Mi proyecto de vida: paso 5

Para continuar con la elaboración de tu proyecto de vida, **contesta** la siguiente pregunta: ¿en qué me beneficia alimentarme saludablemente y realizar actividad física en la construcción de mi proyecto de vida?

## Activity 5: Numbers 80-90

**Read aloud.** (Lee en voz alta.)

80	81	82	83	84	85
Eighty	eighty-one	eighty-two	eighty-three	eighty-four	eighty-five
86	87	88	89	90	
Eighty-six	eighty-seven	eighty-eight	eighty-nine	ninety	

**Read and write the number.** (Lee y escribe el número.)

Eighty	Eighty one	Eighty two	Eighty three

Fuente: MinEduc English Pedagogical Module 4

## ACTIVIDADES SEMANA 3

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Estudios Sociales, Lengua y Literatura, Educación Física, Matemática e Inglés.**

**Tema:** Actividades recreativas en mi vida

**Actividad 1:** Actividades recreativas

Cualquier actividad que permite a las personas emplear su tiempo libre para divertirse, entretenerse o distraerse, les evita el aburrimiento, las alegra y las aleja temporalmente de sus preocupaciones.

Vamos a conocer varias actividades recreativas practicadas por las personas en el país.



© Can Stock Photo  
Fuente: <https://cutt.ly/XflxhqV>

**Ensacados:** consigue un costal viejo para realizar la carrera de los ensacados, mete tus piernas dentro del costal; ubica dos objetos que determinen la distancia que deben recorrer con el costal.

**Carrera de los tres pies:** amarra tu pie izquierdo con el pie derecho de un compañero recorre una distancia determinada, coordinando con tu compañero hasta que logren correr y no solo caminar.

**Escribe** en tu cuaderno otros juegos tradicionales que tus familiares y tú conozcan.

## Actividad 2: La secuencia con las cintas

En varias comunidades del país se juega a la "carrera de cintas". Tal vez tú la conoces. Puedes jugar con las personas en casa siguiendo estos pasos:

1. Con la ayuda de un adulto, debes poner una cuerda entre dos postes a una altura que permita tocarla con el brazo extendido.
2. En la cuerda, empieza a amarrar nueve cintas o corbatas a 10 centímetros de distancia.
3. Al amarrar las cintas, debes dejar un hoyo pequeño, con un nudo deslizante, es decir que se pueda safar con facilidad.
4. Escribe en papeles la serie de centenas del 100 al 900, y pégalas en las cintas en orden, de izquierda a derecha.
5. Todos **buscan** un palo de chupete, o algo parecido, que se pueda ensartar en el hoyo de las cintas.
6. De uno en uno, los participantes **toman** 10 pasos de distancia y, a toda velocidad, **corren** pasando por debajo de la cuerda sin frenar, intentando **insertar** el palo en el hoyo de la cinta o corbata del primer número de la secuencia ascendente para llevársela.
7. Quien lo logra, **sigue** con el turno, y quien no lo hace **pierde** un turno.
8. El juego dura hasta que todas las corbatas o cintas se retiran.
9. El gran ganador es el que más cintas obtiene.



Fuente: Elaboración propia

Puedes hacer este ejercicio con una bicicleta, simulando que es un caballo. Si usas la bicicleta, toma más distancia y ten cuidado al frenar.

## ¡Te invitamos a jugar en casa!

## Actividad 3: Juguemos a sumar

Comparte con la familia y diviértete con los bolos de las sumas y restas.



Fuente: <https://bit.ly/3jtojnk>

Para repasar las operaciones de suma y resta, puedes buscar material para armar en tu casa un juego de bolos. Sigue los pasos para elaborarlo.

¡Iniciemos!

1. **Recorta** diez rectángulos de papel de 5 centímetros por 3 centímetros, y **escribe** en ellos los siguientes números: 10, 25, 30, 50, 75, 100, 125, 150, 175 y 250.
2. En botellas plásticas de cualquier tamaño, **pega** el rectángulo de papel donde escribiste los números. Estos representarán un puntaje.

## ¡Vamos a jugar!

1. En tu cuaderno, **suma** el total de puntos que tienes en todos los bolos.
2. Para empezar el juego, **coloca** las botellas en formando un triángulo en la base y **busca** una pelota.
3. **Marca** una línea a 10 pasos de distancia con respecto a las botellas y, desde esa distancia, **lanza** la pelota para derribarlas.
4. **Anota** en tu cuaderno los números de las botellas que derribas y **suma** para conocer el puntaje que has ganado en el primer lanzamiento. Recuerda **colocar** de forma correcta las cantidades.
5. **Resta** en tu cuaderno el puntaje que obtuviste del total de todos los bolos, para saber cuántos puntos dejaste sin derribar.
6. **Repite** los lanzamientos cinco veces.

Juega con un rival para que el juego sea más emocionante. **Practiquen** las operaciones. Pueden cambiar las cantidades de los bolos para aumentar la dificultad.

## Mi proyecto de vida: paso 6

Para continuar con la elaboración de tu proyecto de vida, **contesta** en tu cuaderno la siguiente pregunta: ¿cómo contribuye el entretenimiento en la construcción de mi proyecto de vida?

### Actividad 4: Creo mi títere

1. **Dibuja** el contorno de tu mano hasta la zona de la muñeca. Tu mano debe estar con los dedos índice, corazón y anular juntos, y el pulgar y el meñique bien separados, sobre un papel o cartulina.



<https://bit.ly/3jx6lQy>

2. **Recorta** el dibujo que realizaste y colócalo sobre la tela.

3. **Recorta** dos pedazos de tela utilizando el modelo de la mano que realizaste.

4. **Cose** los dos pedazos de tela utilizando hilo y aguja. Pídele a un adulto que te ayude. **Recuerda** dejar el agujero en la parte inferior para luego meter la mano.

5. **Coloca** los botones o círculos de cartulina para los ojos del títere y agrégale detalles, como la boca, el cabello, la camisa y las manos como más te gusten. Puedes utilizar algodón, lana, cartulina o pedazos de tela para agregar estos detalles.



<https://bit.ly/32O5JzA>



<https://bit.ly/32McCkC>

**Nota:** Las imágenes son referenciales, recuerda que puedes utilizar el material que tengas en casa, tú escoges el color y el tamaño.

Con el títere que elaboraste vas a contar tu proyecto de vida.

- **Prepara** lo que vas a contar en tu obra con los textos de los pasos de tu proyecto **de vida**.
- **Ensaya** con el títere la presentación de tu proyecto de vida. **Imita** voces divertidas para que tu títere exprese lo que sientes y mantengas la atención del público.

**¡Seguro lo harás muy bien!**

**Actividad 5:** Presento mi obra



1. Para crear un escenario donde se presentará el títere que creaste, **recorta** la parte frontal de una caja de cartón a manera de ventana. Si deseas, decórala con diversos materiales, como témperas, lana o cartulina.

Fuente: <https://bit.ly/2QFOnix>

2. **Reúne** a tu familia y coméntales que vas a presentar una función con los títeres que creaste.

3. **Pídeles** que durante la función guarden silencio para escuchar tu proyecto de vida en boca del títere.



4. Empieza la presentación.
5. Luego de tu presentación, **dialoga** con tu familia tomando como base las siguientes preguntas: ¿qué les gustó más de la obra? ¿Qué mensaje les dejó la obra? ¿Qué opinan sobre mi proyecto de vida? ¿Qué le falta a mi proyecto de vida?

## Activity 5: Story Structure: beginning, middle and end

**Read** the story. (**Lee** la historia.)

### Gymnastics classes

I love my gymnastics classes. I go to class three times a week. First, we run around the field to warm up. The teacher asks us to run four times around the court. Then, a volunteer shows us new tricks. We practice many times until we can do it right. Finally, we stretch our legs and arms. Sometimes we go and eat something together. Gymnastics is fantastic!

**Look** at the pictures and **number** the scenes. What happens at the beginning, middle, and at the end? (**Mira** las imágenes y numera las escenas. ¿Qué sucede al principio, en el medio y al final?)

1. Beginning	2. Middle	3. End
--------------	-----------	--------



## COMPROMISOS

Me comprometo a:

- Asumir las responsabilidades que tengo frente a los derechos que garantiza la ley.
- Conocer y valorar mi historia familiar y mis orígenes, transmitiendo las tradiciones y costumbres familiares.
- Consumir alimentos saludables, hidratarme, realizar actividad física al menos 30 minutos al día y practicar actividades recreativas.
- Comunicar a mi familia mi proyecto de vida de forma dinámica.
- Desarrollar mi creatividad a través de la creación artística.

## AUTOEVALUACIÓN / REFLEXIÓN

Ahora, vas a evaluar el proyecto que acabas de realizar. Contesta las preguntas de la escalera de la metacognición:

1. ¿Qué he aprendido?
2. ¿Cómo lo he aprendido?
3. ¿Para qué me ha servido?
4. ¿En qué otras ocasiones puedo usarlo?



## DIARIO

- ¿Qué cosas especiales descubriste hoy de ti?
- ¿Hay aspectos que puedes cambiar?
- ¿Hay aspectos que no puedes cambiar?
- ¿Cuáles de estos aspectos te ayudarán a ser feliz en tu futuro?
- ¿Crees que alguna de tus características está relacionada a alguna profesión u ocupación que te guste? ¿Cuál y por qué?

## Actividades de recreación y buen uso del tiempo libre

A continuación, te proponemos actividades que puedes realizar en compañía de tu familia, en cualquier momento del día, de la semana o del mes.



**¡Vamos a leer juntos!**

### La vida en el campo

Alexandra Cando

Todos creerán que la vida en el campo es aburrida e incluso que es lugar para personas iletradas que solo se dedican a la agricultura y la ganadería, que no saben nada de avances tecnológicos. Pero yo los contradigo en su ideología, a la vez que los entiendo, pues no tuvieron la oportunidad de compartir con la naturaleza, como lo hice yo, de ver al sol deslumbrar y cobijar con sus cálidos rayos al páramo, de contemplar a los animales cuando esperan el alba para comenzar sus actividades, así como nosotros.

El campo, este lugar tan maravilloso, lleno de colores vibrantes, de sentimientos ocultos, está lleno de cuentos y leyendas que en algún momento de mi infancia mis abuelitos, mis tíos e incluso mis padres me supieron relatar. Estos, de una manera u otra, me dejaron una enseñanza que me sirvió para forjarme como una persona profesional. Esta vez no contaré las típicas leyendas, porque ya las deben conocer, lo que les contaré en esta ocasión es una experiencia que no olvidaré, ya que me siento muy afortunada de haberla vivido, y que comenzó así:

Hace algunos años, cuando era una niña muy curiosa por cierto, me gustaba descubrir nuevos paisajes que nadie hubiera visto antes. En ese entonces mi abuelito era propietario de unas hectáreas de terreno en una especie de barranco, por ese motivo ni a mí ni a mis primos ni hermanas nos dejaban explorar. Yo sentía mucho coraje, pues mi instinto me decía que ahí podría encontrar cosas maravillosas, cosas de otro mundo; motivada por esos pensamientos, me adentré en lo profundo de ese lugar, tomando las precauciones necesarias para no perderme.

Entre ramas y caminitos escondidos, llegué a cierto lugar, el cual era mejor y aún más bonito de lo que había imaginado. Había riachuelos, florecillas de todos los colores, minicascadas que se pintaban con la luz del sol, pero lo más fascinante fue que pude observar a lo lejos a un venado, tan majestuoso como si fuera el príncipe de esas laderas.

Todo era de ensueño hasta que un rugido lo asustó e incluso a mí, me escondí y desde mi escondite vi lo que me asustó, “hermoso pero aterrador”, me dije. Parecía un perro, pero era más grande e infundía mucho más respeto. Aquello que estaba viendo era un lobo, que bebía un poco de agua de la cascada y se veía cansado, parecía haber recorrido un largo camino. Después de acabar con lo que hacía, siguió su camino, sin mirar atrás, hasta que desapareció por completo.

Yo, por el contrario, decidí ver qué más había en el lugar. Fui feliz cuando vi pequeños peces nadando en el agua, puesto que estos animalitos cautivan mi atención; vi cosas tan excitantes que no quería salir del lugar. El mismo sol que indica el comienzo del día me avisaba que también terminaría. Con mucho por explorar aún me dispuse a salir para volver al día siguiente, y así lo hice. Volví donde todo comenzó, pero no encontré el camino para llegar al lugar donde había sido tan feliz con pequeñas cosas. Me dirán que exagero, o tal vez que miento, pero a mí este hecho me entristeció mucho, porque nunca pude volver a aquel lugar. Sin embargo, aún guardo ese paisaje y esos animales tan maravillosos en mis recuerdos, en mi mente, y no seré capaz de olvidarlos jamás.

**Alexandra Beatriz Cando** (1978). Trabaja en la Unidad Educativa Dr. José Ricardo Chiriboga Villagómez. Este relato fue seleccionado en el concurso “Nuestras propias historias”, organizado por el Ministerio de Educación en 2017-2018.

**Actividad:** Mi lugar espacial

El planeta en el que vivimos es mágico: está lleno de lugares que guardan misterios que esperan ser resueltos, paisajes llenos de vida que nos hacen estremecernos y rincones que amamos. Piensa, ¿cuál es tu lugar favorito en el mundo? No importa si es dentro o fuera de casa. Lo que de verdad es importante es que describas ese lugar y nos cuentes las aventuras que has vivido ahí.

- Encuentra esta lectura en el texto escolar de Estudios Sociales de tercero de básica.



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación,  
la Ciencia y la Cultura



Objetivos de  
Desarrollo  
Sostenible

**Oficina en Quito**  
Representación para Bolivia,  
Colombia, Ecuador y Venezuela



**DISTRIBUCIÓN GRATUITA  
PROHIBIDA SU VENTA**

 @MinisterioEducacionEcuador

 @Educacion\_EC

 /MinEducacionEcuador

 /EducacionEcuador

**www.educacion.gob.ec** ● **1800-EDUCACIÓN (338222)**

**Dirección:** Av. Amazonas N34-451 y Av. Atahualpa ● **Código postal:** 170507/Quito-Ecuador ● **Teléfono:** 593-2-396-1300