



I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA
ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19
ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

Área: ETICA Y VALORES **Grado:** 5° **Periodo:** I

Docente(s): Gloria Edilma Velásquez P.

Fecha de desarrollo: Marzo 2020_____

REFERENTES DE CALIDAD: COMPETENCIA(S)-ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS

Entiendo el sentido de las normas que me ayudan a mejorar mis relaciones interpersonales.
Identifico los elementos propios de la cultura y del país que me permiten descubrir en la diversidad diferentes maneras de relacionarme.
Me represento en mi proyecto de vida como ser social que se ajusta a las normas y leyes de cada grupo social con el cual comparto.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Entiende el sentido de las acciones que buscan instaurar una norma para el logro de una mejor convivencia y ejercicio de ciudadanía

CONOCIMIENTOS BÁSICOS:

Definición de:
Autocuidado, higiene, nutrición.

RECURSOS Y MATERIALES:

Cuaderno, lápiz, diccionario, colores.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Desarrollar el taller propuesto en el cuaderno. Este será revisado y evaluado una vez se regrese de vacaciones.
Presentar el animal realizado con el tubo de papel higiénico.



I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA
ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19
ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

DEFINICIÓN:

“El autocuidado comprende todo lo que hacemos por nosotros mismo para establecer y mantener la salud, prevenir y manejar la enfermedad.” (OMS, 1998)

Es un término amplio que abarca las siguientes acciones:

- Higiene (general y personal)
- Nutrición (tipo y calidad de alimento)
- Estilo de vida (actividades deportivas, tiempo libre, etc.)
- Factores ambientales (condiciones de vida, costumbres sociales, etc.)
- Factores socioeconómicos (nivel de ingreso, creencias culturales, etc.)
- Automedicación.

AUTOCUIDADO COLECTIVO:

El cuidado entre todos es denominado autocuidado colectivo, se refiere a las acciones que son planeadas y desarrolladas en cooperación, entre los miembros de una comunidad, familia o grupo, quienes se procuran un medio físico y social afectivo y solidario.

AUTOCUIDADO INDIVIDUAL:

Está conformado por todas aquellas medidas adoptadas por uno mismo, como gestor de su autocuidado.

ACTIVIDAD:

OBSERVAR EL VIDEO

<https://youtu.be/4daujO3f3Vs>

1. Realiza un resumen en el cuaderno de ética y valores sobre lo que entendiste del video
2. Colorea las fichas que aparecen a continuación.



I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA
ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19
ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

