

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA	CÓDIGO: ED-F-30	VERSIÓN 2
	Taller	FECHA: 23-02-2019	

Marque el tipo de taller: Complementario _____ Permiso _____ Desescolarización Otro _____
 Asignatura: ESPAÑOL Y EDU. FÍSICA. Grado: quinto Fecha: Semanas 1 y 2.

Docente: LINA MARCELA NARANJO MONTOYA

Nombre y Apellidos de estudiante: _____

Propósito (indicador de desempeño):

ESPAÑOL: CONCEPTUAL Establece relaciones de coherencia entre los conceptos a tratar, el tipo de texto a utilizar y la intención comunicativa que media su producción.

EDU. FÍSICA: CONCEPTUAL: Identifica diversas formas de prácticas deportivas y recreativas, para hacer uso adecuado del tiempo libre.

Pautas para la realización del taller: El taller se realizará así:

Todo el taller se debe realizar en el cuaderno de español, tomar la foto y enviar el documento por la plataforma Edmodo en la asignación de semana 1 y 2 de español, los estudiantes que no pueden en forma virtual deben realizarlo en hojas y entregarlo en la secretaría de la institución.

1. Describir ítems de evaluación del taller para el estudiante:

- Orden y trabajo en el cuaderno será de un 90%.
- Interés y motivación en la realización de las actividades 10%

ACTIVIDADES:

Exploración:

1. Realizar lectura de:

¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS?

El deporte en los niños además de ser un derecho les ayuda a desarrollarse física y mentalmente, a estar sanos, y a relacionarse de una forma saludable con otros niños.

El deporte no sólo es bueno para la salud física del niño, también lo es para su salud mental; les ayudara tener más confianza en sí mismo, a relacionarse mejor con los demás e incluso a superar alguna enfermedad. Los niños necesitan estar activos físicamente a diario para promover un crecimiento y desarrollo físico, emocional y mental sanos. Es por eso que las personas que establecen patrones de vida saludables desde una edad temprana pueden vivir una vida más plena.

BENEFICIOS FÍSICOS: El ejercicio regular ayudará a reducir el riesgo de obesidad infantil, diabetes tipo 2, baja presión arterial, así como permitirá que fortalezcan su sistema cardiovascular y mejoren el sistema inmunológico, lo que significa que serán menos propensos a los resfriados, las alergias y las enfermedades. Además, el ejercicio ayuda a: Fortalecer los huesos y músculos en crecimiento, tener un crecimiento saludable, vigorizar el corazón, mejorar la postura y el equilibrio, estar en un rango de peso más saludable

BENEFICIOS DE SALUD MENTAL: El ejercicio ayuda a aliviar problemas como la ansiedad y la depresión. Y eso no es todo, también conduce a mayores niveles de autoconfianza, a niveles reducidos de estrés y al estímulo para una vida sana y positiva.

BENEFICIOS DE DESARROLLO: El deporte favorecerá una parte muy importante del día: dormir. Un aumento en la actividad durante todo el día, especialmente el ejercicio intenso, ayuda a fomentar una buena

noche de sueño, lo que posibilita que los niños se desempeñen mejor al día siguiente, tanto en la escuela como en el deporte. Cuanto mejor sea la calidad del sueño del niño, más crecerá física y mentalmente. Este patrón de vida saludable también crea una buena base para llevar la infancia y la adolescencia a la edad adulta, donde mucho trabajo implica ser sedentario durante horas.

BENEFICIOS SOCIALES: Además de todos los beneficios descritos anteriormente, aún hay otra importancia de hacer ejercicio. El deporte tiene un gran efecto en el bienestar social de los niños. Al unirse a un equipo o club, se alienta a los niños a trabajar en equipo, ser solidarios y mejorar mutuamente.

Si esa mentalidad se inculca a una edad temprana, es más probable que se traslade a la edad adulta. Algunas de las mejores amistades se pueden formar a partir de clubes o desde que se está en la etapa inicial. Las habilidades que se pueden aprender a través del ejercicio como un niño incluyen: Habilidades de liderazgo, es más fácil hacer nuevos amigos, se impulsa a tener un comportamiento positivo, actitudes positivas hacia el deporte, ayuda a crear empatía.

Sabias que:

La música, y el ejercicio físico, favorecen la neuro plasticidad; es decir, la capacidad del cerebro de cambiarse a sí mismo. un nuevo estudio realizado por investigadores de la Universidad de McMasters y publicado en Journal of Sports Sciences, asegura que escuchar música tiene el poder de hacer que el ejercicio de alta intensidad sea una experiencia más agradable. escuchar música aumenta las actitudes positivas sobre el ejercicio vigoroso por un corto período de tiempo.

Gran variedad de canciones presenta figuras literarias **¿qué son las figuras literarias?**

Las figuras literarias son construcciones gramaticales que se apartan de la sintaxis habitual para aumentar o matizar la expresividad. Las figuras literarias se utilizan con la intención de conmover, emocionar y despertar el interés del lector, enriqueciendo y engalanando su expresión. Las figuras literarias también son conocidas popularmente como recursos literarios, recursos estilísticos, recursos retóricos, figuras retóricas. Las figuras literarias que estudiaremos son:

Metáfora	Hipérbole	Comparación o símil	personificación
consistente en nombrar un término real con uno imaginario, entre los cuales existe una relación de semejanza <ul style="list-style-type: none"> ➤ Está llorando el cielo. ➤ Tiene los cabellos de oro. ➤ la nube llora apenada. 	consiste en aumentar o disminuir de manera excesiva un aspecto, característica o propiedad de aquello de lo que se habla, se denomina como hipérbole la exageración en sí de alguna cosa. <ul style="list-style-type: none"> ➤ Te escribí quinientos mensajes y no me respondiste. ➤ No sabe cocinar; se le quema hasta el agua. 	es una figura retórica que consiste en comparar un término real con otro imaginario que se le asemeje en alguna cualidad. <ul style="list-style-type: none"> ➤ Eres duro como el acero. ➤ Tus ojos son como dos esmeraldas. ➤ Hoy he dormido como un bebé 	Personificación es atribuir vida, acciones o cualidades propias del ser racional al irracional, o a las cosas inanimadas, incorpóreas o abstractas. <ul style="list-style-type: none"> ➤ La naturaleza es sabia. ➤ El viento gime por su soledad.

Estructuración:

2. Resuelve las siguientes preguntas. Recuerda letra clara y si algo no sabes escribir o se te hace difícil busca en el diccionario para que puedas ir mejorando la ortografía.
 - a. ¿de qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?
 - b. ¿Como reconozco mis cambios durante la actividad física?
 - c. ¿Cómo puedo promover en mi familia estilos de vida saludables?
 - d. ¿Cómo aprovechar el tiempo realizando actividad física para que mi cuerpo este saludable?
 - e. ¿Por qué es importante la actividad física para el buen funcionamiento del corazón?

- f. ¿Cómo lograr que la música le de vida a cada una de las cosas que realizo?
- g. ¿La música distrae a las personas del esfuerzo, el dolor y la fatiga y eleva el estado de ánimo? Explica ¿por qué?

3. Ingresar al siguiente link de COLMBIA APRENDE.

https://aprende.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/naspublic/ContenidosAprender/G_5/L/menu_L_G05_U04_L05/index.html

te aparece lo siguiente:



Puedes ingresar y leer todo, pero solo vas a realizar donde dice:

- **Desarrollo** y aparecen 4 actividades.
- **La tarea**: son actividades prácticas.
- **Actividades imprimibles**: puedes ingresar y copiar las definiciones en el cuaderno sobre lenguaje figurado, símil, Metáfora.

Transferencia

4. Realiza un poema o canción con el título "muévete al ritmo de la música", utilizando las figuras literarias, símil metáfora, hipérbole o personificación.
5. Escucha los sonidos del entorno tanto naturales como artificiales dibuja 4 de ellos y escribe de qué manera los utilizarías en la realización de los ejercicios físicos
6. Ahora vamos crear rutina de ejercicios. ¿como? Ponte ropa cómoda, ubica un espacio amplio en casa, invita a tus padres y pon el video en marcha. ¡VAMOS! <https://www.youtube.com/watch?v=69Za5UWtIC0>. Si tienes posibilidad toma una foto y agrégala al trabajo.