



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@comun.cl

# ¡Tengo mucho que decir! “Periódico” 5°A



Semana 12  
22 al 26 de junio



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@comun.cl

MATERIALES	IMÁGENES
<p>¿Qué materiales podría utilizar para crear mi periódico?</p> <p>Block Medium 99 (cada parte del periódico una hoja de block doblada a la mitad)</p> <p>Lápices Scripto</p> <p>Pegamento en barra</p> <p>Lápiz mina y de colores</p> <p>Revistas, diarios o dibujos.</p> <p>Cartulina de colores</p> <p>Goma de borrar</p> <p>Creatividad</p> <p>Entusiasmo</p> <p>Constancia</p>	<p>¿Cómo se podría ver mi periódico?</p>    

Recuerda

Antes de realizar las actividades, escribe la fecha y el objetivo en tu cuaderno, según la asignatura que corresponda.



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@cornun.cl

### Calendarización de actividades JUNIO

Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
<b>Artes Visuales</b> Diseño publicitario Diseño gráfico  <b>Historia</b> Conquista de América y Chile	<b>Fonoaudiología</b> Velocidad lingüística-lenguaje oral  <b>Tecnología</b> Materiales y herramientas.  <b>Religión</b> Historia del profeta Elías	<b>Música</b> Música popular: jazz rock  <b>Ciencias</b> Las células	<b>Matemática / Geometría</b> (Girar o rotar figuras geométricas)  <b>Inglés</b> Expresión escrita	<b>Educación Física</b> (Cuidado de posturas)  <b>Psicología</b> Funciones ejecutivas



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@cornun.cl

<b>VIERNES 26 DE JUNIO: EDUCACIÓN FÍSICA / KINESIOLOGÍA</b>	
<b>Objetivo</b>	<b>Indicadores</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Mantener la correcta posición del cuerpo, en quietud o en movimiento y así evitar posibles lesiones futuras</li><li>• Aprender cómo adoptar posturas y realizar movimientos o esfuerzos de forma que la carga para la columna vertebral sea la menor posible.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Recuerdan la importancia de la columna vertebral y por qué elementos está compuesta</li><li>• Protegen su cuerpo principalmente su columna vertebral al realizar actividades diarias</li><li>• Identificar situaciones de riesgo hacia su columna (confección y trabajo del periódico) realizando las adecuaciones correspondientes</li><li>• Empiezan a identificarse con el lenguaje de higiene corporal</li></ul>
<b>Objetivo de la Semana</b>	<b>Contenidos</b>
<p>Conocer la importancia para su desarrollo integral la adopción, mantención de posturas adecuadas en las diferentes actividades de la vida diaria y área escolar</p> <p>Aprender a realizar los esfuerzos de la vida cotidiana de la forma más adecuada posible, disminuyendo el riesgo de padecer problemas de espalda</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Investigación.</li><li>• Motricidad.</li><li>• Reeducción</li><li>• Memoria</li><li>• Corrección</li><li>• Salud</li></ul>

### **Actividad semana 12:**

- ❖ Investiga de acuerdo a tus posibilidades (internet, diarios, revistas, enciclopedias etc.) y gustos deportivos, que significa el concepto de higiene postural.
- ❖ Escribe en el Periódico una “columna de salud” con indicación de postura correcta en posición sentado, de pie, al tomar un peso desde el suelo y también al cargar peso
- ❖ Escribe posturas incorrectas que crees tú adoptas al ver tele o al ayudar en actividades domésticas a tu mamá



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@cornun.cl

### LISTA DE COTEJO

Indicadores	SI	NO
1.-Recuerda las diferentes partes óseas de la columna vertebral y su importancia y función		
2.- Entiende el concepto de higiene postural		
3.- Identifica posturas incorrectas que tú adoptas en diferentes actividades		
4-identifica qué postura correctas debe tener en posición de pie, sentado y al cargar peso		

### ¡DESAFÍO!

¡Súmate a este desafío! promociona tu periódico, graba un video y participa. El estudiante que tenga más like en nuestra página de facebook ganará un premio.

“ Te recomendamos usar TikTok o avatar, escoge el que más te guste”

Envía tu video al correo [concurso.bvm@gmail.com](mailto:concurso.bvm@gmail.com)

Desde el día 15 al 19 de junio. Tú y tu familia podrán votar desde el día 29 de junio al 03 de julio en nuestra página de Facebook <https://www.facebook.com/oficialcbvm>