



## Comunicación

6to grado

### Sesión 30: Planificamos, revisamos y mejoramos la escritura de los planes de acción

#### APRENDIZAJES ESPERADOS

Competencia y capacidades	Desempeños
<p><b>ESCRIBE DIVERSOS TIPOS DE TEXTOS EN SU LENGUA MATERNA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Adecúa el texto a la situación comunicativa.</li> <li>Organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada.</li> <li>Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente.</li> <li>Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito</li> </ul>	<p>Escribe textos de forma coherente y cohesionada. Ordena las ideas en torno a un tema, las jerarquiza en subtemas e ideas principales de acuerdo a párrafos, y las desarrolla para ampliar la información. Establece relaciones entre las ideas, como causa-efecto, consecuencia y contraste, a través de algunos referentes y conectores. Incorpora de forma pertinente vocabulario que incluye</p>

Propósito: Planifica, revisa y mejora la estructura de los planes de acción para él o ella misma/o.

## Actividad 1

- Escucha el vídeo y luego rescata aquellas ideas importantes que diferencian a un caso del otro. (el texto en anexos)



<https://youtu.be/5FyiLAN6axA>

- Responde las siguientes preguntas:
  - Este caso es una breve historia de las prácticas de vida que tienen María, Luis y Ana ¿Es un texto narrativo?
  - ¿Crees que esta historia es verídica o simulada (que relatan situaciones de la vida real)?
  - ¿Qué es un plan?

## Actividad 2

- Los textos instructivos son muy importantes en nuestras vidas. Por ejemplo, cuando nos marcamos ciertas metas de manera personal o colectiva, también hacemos uso de ellos, y es que para lograr una meta tenemos que hacer un plan. Ahora, ¿qué es un plan?

Es un conjunto de actividades o tareas que se ejecutan para lograr una finalidad, por eso se plantean objetivos para resolver un problema de manera organizada y estratégica, con cierto orden y temporalidad. Ejemplos de ellos son los planes de acción para una vida saludable, cuya escritura empezarás a planificar el día de hoy.

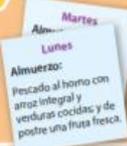
**Analicemos algunos formatos de planes**

Para profundizar sobre estos textos observamos estos "ejemplos de planificación".

**Ejemplo 1:**

## Una vida saludable para María

**Objetivo general del plan:** Proporcionar un **plan de vida saludable** a María, para ayudarla a salir del sedentarismo.

¿Qué harán?	¿Para qué?	¿Cómo?	¿Quiénes son los responsables	¿Cuándo?
<p><b>Acciones para una alimentación saludable</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Incorporar buenos hábitos alimenticios para favorecer el desarrollo de María.</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organizar un <b>plan de dieta</b>.                              </li> <li>En <b>cada comida</b> debe haber proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales.                              </li> <li><b>Reducir</b> el consumo de azúcar.                              </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Su mamá. </li> <li>Su mamá o quien cocine en casa. </li> <li>María y su mamá. </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Variar la dieta cada <b>semana</b>. </li> <li>Todos los días y en todas las comidas. </li> <li>Todos los días y en todas las comidas.</li> </ul>
	<p><b>Acciones para hacer actividad física adecuada</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades físicas para <b>sentirse mejor</b>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Reducir</b> el tiempo en la computadora a 3 horas y de manera fraccionada para todas sus actividades (escuela, vida social y juego).</li> <li>...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>...</li> <li>...</li> </ul>

Ejemplo 2:

# El plan de vida saludable de Luis

## Contexto:

Luis es un niño al que le gusta jugar fútbol...



...pero, últimamente ha dejado de hacerlo y ha generado un mal hábito de consumo de comida chatarra y golosinas.



Por eso, es importante proponerle un plan de vida saludable que debe realizar con el apoyo de su abuelito.



## Objetivo:

Planificar acciones de vida saludable que permitan a Luis **transformar los malos hábitos** de alimentación y actividad física.



## Responsables:

Luis y su abuelito.



Acciones	Cronograma semanal 2020								
	Noviembre				Diciembre				
	1	2	3	4	1	2	3	4	
Luis habla con su abuelito, para que él también se <b>comprometa</b> con este plan. 									
Luis mejora sus <b>hábitos alimenticios</b> . 									
...									
...									
Luis retoma sus <b>actividades físicas</b> , poco a poco. 									
<b>30 minutos</b> diarios de actividades aeróbicas y dominadas (pataditas). 									
<b>40 minutos</b> diarios de actividades aeróbicas, remates a la pared y dominadas. 									
<b>1 hora</b> diaria de aeróbicos, ejercicios de fuerza y resistencia y paseos con su abuelito. 									

Ejemplo 3:

# Por una vida saludable para Ana



## Acciones previas

**1**

La mamá de Ana debe pesarla y medirla para saber qué peso le corresponde según su talla y edad.

**2**

La mamá de Ana la lleva donde su médico y le explica que está con sobrepeso. Por ello, le pide orientación sobre la dieta que debe consumir Ana, ya que es diabética.

**3**

La mamá de Ana elabora un horario para organizar las actividades para una vida saludable.

**Objetivo:**

Diseñar un plan de acciones **diario** para que Ana realice prácticas de **vida saludable**.



Actividad	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p><b>Alimentación saludable</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Control del peso</li> <li>Dieta baja en azúcar y harinas indicada por su médico</li> </ul>	...	...	...	...	...	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plan de dieta para la siguiente semana</li> <li>Lista de compras</li> </ul>
<p><b>Actividad física</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 min de actividad aeróbica y vóley con la pared</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 min de vóley con sus familiares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 min de actividad aeróbica y vóley con la pared</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 min de vóley con sus familiares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 min para correr en el parque</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades aeróbicas y lúdicas familiares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Calentamiento y vóley con la familia</li> </ul>
<p><b>Marcar cuánto cumplió.</b></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>	<p>Cumplió...</p> <p>Todo <input type="checkbox"/></p> <p>Algo <input type="checkbox"/></p> <p>Nada <input type="checkbox"/></p>

4. Es probable que hayas identificado que un plan de acciones cuenta con algunas partes básicas: objetivos, cronograma de acciones, responsables, etc. Para ello, puedes preguntarte:

- ✚ ¿Qué quieres lograr con este plan de acciones (tu objetivo)?
- ✚ ¿En cuánto tiempo lo realizarás?
- ✚ ¿Quién te ayudará?

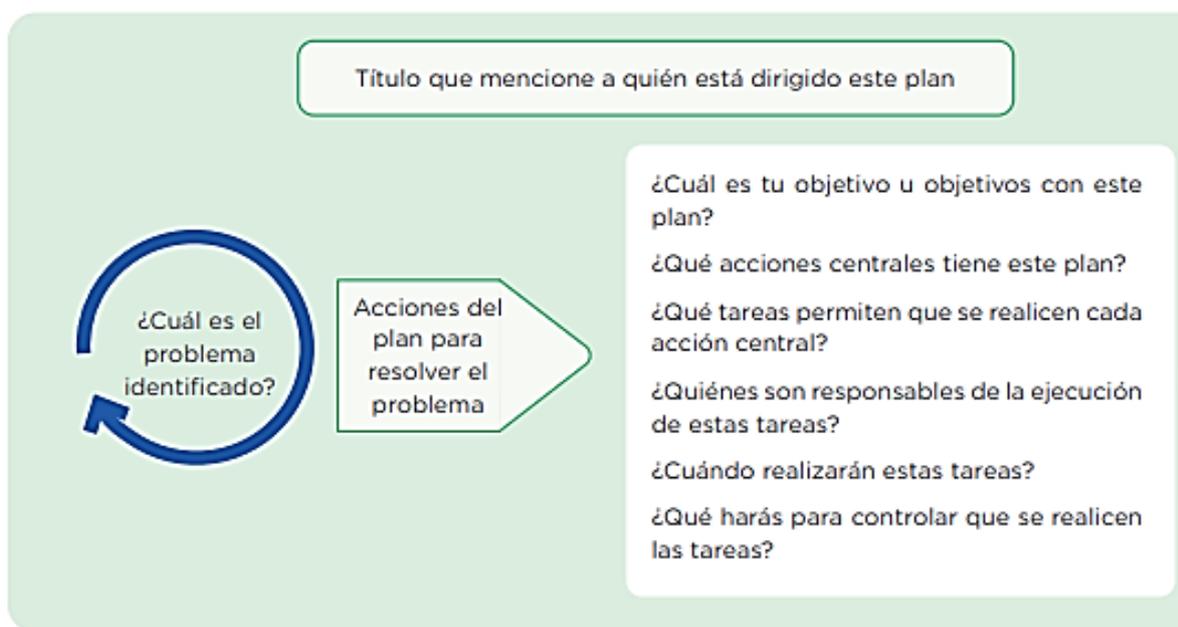
- ✚ ¿Cuáles son las actividades principales de tu plan?
- ✚ ¿Qué tareas hay para cada actividad?

## ¡Ya estamos listas/os para planificar tu texto!

5. Responde en tu cuaderno u hojas de reúso las siguientes preguntas:

¿Para qué vas a escribir estos planes de acción?  
 ¿Cuál es el título de cada plan?  
 ¿Cómo será el lenguaje que emplearás?  
 Si ya elegiste el plan de acción para uno de los casos,  
 ¿ya identificaste qué le falta?  
 ¿Qué acciones plantearás en tu plan de acción de  
 vida saludable?

6. Observa el siguiente esquema-resumen de lo que debes tener en cuenta al organizar las ideas del plan de acción para una vida saludable dirigido a ti.



¡Manos a la obra!

- ✚ Empieza a crear tu plan de acción: Vida saludable. Utiliza uno de los esquemas revisados. (caso de Maria, Luis y Ana)
- ✚ Revisa lo que has planificado y organizado con esta lista de cotejo y reajusta tu planificación. (encuétralo en la parte inferior con el nombre: Autoevaluación de la planificación en la escritura de los planes de acción)

# Actividad 3

## Recomendaciones para la versión final

• Cuando escribas tu versión final, ten en cuenta las siguientes recomendaciones, siempre de acuerdo con el plan de vida saludable que escribas: el plan dirigido a ti.

Ten a la mano tus hojas de reúso para escribir tu borrador.

Respetar el formato que elegiste para el caso que atiendes y el que reajustaste para tu propio plan.

Coloca un título atractivo donde se mencione a quién está dirigido cada plan.

Asegúrate de que en el contexto se explique el problema que vas a atender.

Asegúrate del uso adecuado de la acción al escribir el objetivo del plan: Diseñar, proporcionar, elaborar, etc. (El objetivo debe iniciar con el verbo en infinitivo: -ar, -er, -ir al final de la palabra).

Utiliza un lenguaje sencillo y claro, de tal forma que se comprendan las tareas que se deben realizar para desarrollar cada acción.

Recuerda considerar que en el cuadro se detalle cuándo y cuántas veces se debe desarrollar cada tarea. Puede ser, general (ejemplo 1), semanal (ejemplo 2) o diario (ejemplo 3).

Debe identificarse en tus planes quién es responsable de cada tarea.

Ten a la mano tus anotaciones para orientar las tareas u otras acciones que quieras incluir.

Define si vas a plantear un control de la ejecución de las tareas mucho más riguroso (ejemplo 3) o flexible o general (ejemplos 1 y 2).

Evalúa si es necesario agregar algunas imágenes e incorpóralas de ser así.

Cuida la calidad de la presentación de tu texto. Por ejemplo: que las enmendaduras en el texto final sean mínimas, que se distingan las partes del plan, que la información no se vea apretada y que los dibujos sean coherentes con el contenido.

## En familia

- ✚ Reúnete con tu familia y cuéntales todo lo que tuviste que hacer para elaborar tu plan para una vida saludable. Anímalos a que se sumen a la ejecución del plan, compromételos y organízate con ellas/os para ejecutar este plan personal o, de pronto, familiar. ¡Será un gran reto para todas/os!

## Reflexiona

- ✚ Te invitamos a reflexionar a partir de las siguientes preguntas:  
¿Qué aprendí hoy sobre la escritura de un plan de acciones?, ¿cómo lo hice?, ¿qué se me hizo fácil y difícil a la hora de escribir?, ¿por qué?, ¿qué pasos debo hacer cuando deba elaborar un plan de acciones?

# Evaluación

Metacognición
1. ¿Qué he aprendido?
2. ¿Cómo he aprendido?
3. ¿Para qué me sirve todas las actividades que he realizado?

Autoevaluación de la planificación en la escritura de los planes de acción		
1. Uno de los planes de acción que elaboraste está dirigido a uno de los casos que elegiste y el otro es para ti.	SI	NO
2. Identificaste la información que falta en el plan dirigido al caso que elegiste.	SI	NO
3. En la planificación para ti misma/o, mencionas a quién está dirigido.	SI	NO
4. En la planificación para ti misma/o, consideras el formato de uno de los ejemplos del anexo.	SI	NO
5. El formato seleccionado del anexo del plan dirigido a ti ha sido mejorado según las partes del plan de acciones presentados en esta actividad.	SI	NO
La secuencia de las partes del plan de acciones dirigido a ti es ordenada y lógica; es decir, según cómo se presenta en esta actividad.	SI	NO
7. Has organizado las ideas que irán en el contexto de tu plan personal para una vida saludable.	SI	NO
8. En la secuencia, tomas en cuenta el objetivo del plan de acciones.	SI	NO
9. En el cronograma de acciones del plan dirigido a ti, incluyes actividades, tareas y tiempo en el que se realizarán y el control de las acciones		NO
10. En la secuencia, mencionas dos acciones importantes: "alimentación saludable" y "actividad física".	SI	NO
11. Identificaste información que te ayudará a construir las tareas de las acciones "alimentación saludable" y "actividad física" de tu plan personal para una vida saludable y el caso que has elegido.	SI	NO

Autoevaluación de la revisión del plan de acción		
1. Contiene: Título, contexto, objetivo, responsables y acciones y tareas, tiempo de ejecución y proceso de control.	SI	NO
2. Menciona a quién está dirigido	SI	NO
3. Presenta la problemática relacionada a dificultades para tener una vida saludable en el contexto.	SI	NO
4. Es claro, ordenado, secuencial. Se distingue con facilidad cada parte del plan.	SI	NO
5. Presenta un lenguaje sencillo, preciso y claro.	SI	NO
6. Presenta el objetivo como una acción (inicia con el verbo en infinitivo) que explica la finalidad del plan	SI	NO
7. Contiene acciones y tareas que responden al objetivo del plan.	SI	NO
8. La secuencia temporal de las tareas, según el cronograma es claro y adecuado.	SI	NO
9. Se hace un uso adecuado de los signos de puntuación.	SI	NO
10. El texto presenta errores mínimos de ortografía.	SI	NO
11. Utiliza imágenes que favorecen la comprensión de las tareas o acciones (opcional, solo de ser necesario).	SI	NO
12. El diseño de presentación es ordenado y coherente	SI	NO

Te invitamos a visitar nuestra página web  
<https://doramayerprimaria.wixsite.com/doramayerprimaria>



## ANEXOS