PLANES DE NIVELACIÓN PERIODO 2 JORNADA TARDE
GRADO DÉCIMO

Estimados Estudiantes:

Los Planes de Nivelación son estrategias de apoyo para quienes obtienen Desempeño Bajo al cierre del periodo.

A continuación, encontrará organizados los Planes de Nivelación de cada asignatura así:

1. CIENCIAS NATURALES (QUÍMICA Y FÍSICA)
2. ECONOMÍA Y POLÍTICA
3. FILOSOFÍA
4. CÁTEDRA DE LA PAZ
5. ARTES Y EDUCACIÓN FÍSICA
6. ESPAÑOL
7. INGLÉS
8. MATEMÁTICAS
9. ROBÓTICA
10. RELIGIÓN

Por favor imprima los Planes de la (s) asignaturas que obtuvo valoración “Bajo” realícelos y prepárese para la sustentación.

Esperamos que aproveche al máximo esta oportunidad y logre alcanzar los aprendizajes (competencias) previstos para el primer periodo.

COLEGIO CIUDAD BOLÍVAR ARGENTINA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL
"TRASCENDEMOS CON AMOR, EJEMPLO Y SERVICIO"

BOGOTÁ | SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

PLAN DE NIVELACIÓN DE CIENCIAS NATURALES - QUIMICA

DOCENTE: JAIME GIOVANNI TORRES ROMERO

GRADO: 10°	**SEGUNDO TRIMESTRE**	**FECHA:**

PROPÓSITOS

Sintetiza y analiza situaciones problemicas, a través de los referentes de las reacciones químicas, la nomenclatura y la mecánica de fluidos para la solución de situaciones preguntas tipo ICFES, evidenciando la entrega de algunas actividades durante el periodo, se le dificulta el desarrollo de competencias, se le recomienda mayor compromiso para superar los desempeños básicos.

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ CURSO: 1001 o 1002

El estudiante en mención no alcanzado los niveles de competencia esperados en la asignatura en lo que lleva del segundo trimestre, por tal motivo se realizará una etapa de nivelación a partir de la realización de los planes de mejoramiento dejados desde el inicio de las clases y una evaluación escrita, esto se debe presentar en la _____ semana de agosto en el horario de clase.

ACTIVIDADES DE NIVELACIÓN

1. Cognitivo: Realiza la siguiente lectura y desarrolla las actividades solicitadas.

Enamorarse: ¿Son solo reacciones químicas?

El enamoramiento empieza básicamente con la atracción de una persona hacia la otra. En esta atracción cuenta mucho lo que podamos percibir a través de nuestros sentidos, sobre todo el visual y en un nivel silencioso y oculto el olfato. Se han encontrado evidencias que demuestran la atracción que podemos sentir hacia otra por la semejanza en su olor corporal con respecto a nuestros parientes más queridos (tales como nuestra madre o padre), logrando evocar recuerdos placenteros, esto te puede transmitir seguridad y confianza desde el primer momento, aunque no estés consciente de ello.

Feromonas

Las feromonas son producidas por hombres y mujeres, liberadas a través de la piel, la cual no logramos percibirla en forma consiente (ingresa por el olfato) pero identificamos sus efectos en aquella atmósfera de atracción que ejercemos hacia la otra persona y/o viceversa. Es así que actúan comunicando imperceptiblemente las hormonas de una persona con otra.

Las feromonas están presentes en todo el conjunto de seres vivos, y son, probablemente, la forma más antigua de comunicación animal, por ejemplo: los mamíferos marcan con regularidad los límites de sus territorios con feromonas secretadas por glándulas especializadas, los propietarios de hembras de perro ven con frecuencia que sus mascotas atraen a machos desde más de un kilómetro de distancia. Según las investigaciones, las mujeres que tienen relaciones sexuales al menos una vez a la semana estimulan al máximo la producción química de feromonas, con sus consiguientes efectos estimulantes en otras personas y en ellas mismas.

La industria cosmética está utilizando las variantes sintéticas para hacer más atractivos y sensuales sus productos.

La feniletilamina

Explica el doctor García Vega, profesor de Psicología en la Facultad de Sociología de la Universidad Complutense. "El deseo está regulado por una sustancia del cerebro, llamada feniletilamina, de la cual necesitamos dosis cada vez mayores para que salte el umbral diferencial y se produzcan nuevas sensaciones que nos satisfagan" (probablemente nota una similitud con los efectos de la adicción). La feniletilamina estimula la fuga de otro neuroquímico llamado dopamina, que libera la oxitocina, hormona involucrada en la lactancia y a la hora del parto. Los científicos tienen ahora evidencia de que esta hormona es expelida tanto por el hombre como la mujer en la primera atracción, y llega a su máximo nivel durante

El orgasmo.

Otro químico cerebral es la norepinefrina, que a su vez ayuda a la liberación de adrenalina, que hace que el corazón se acelere, se sientan revoluciones en el estómago y aparezca sudor en las palmas de las manos en presencia del ser amado

¿Qué sucede cuando comenzamos a notar que ya no sentimos lo mismo?

Según algunos científicos el enamoramiento dura aproximadamente de 6 meses a 2 años, y no es que nuestra pareja se vuelva menos interesante, lo que sucede es que seguramente ya no fluye feniletilamina en nuestro cerebro. Si esto es cierto: ¿Estamos acaso condenados a cambiar de pareja cada 2 años?, tendremos que asumir que hay que trabajar en mantener llama del amor y la pasión; esto puede parecer para algún complicado, pero dejar a ciertas hormonas tomar el control de nuestra vida nos rebajaría a un nivel evolutivo inferior.

¿Es posible limitarse solo al punto de vista científico?

No podemos explicar el fenómeno del amor sólo con neuroquímicos y hormonas. El ser humano es más complicado y su medio ambiente, herencia cultural, personalidad y otras muchas variables contribuyen en la elección de su pareja. Somos la única especie capaz de experimentar amor, odio, envidia, vergüenza, sensaciones que no se dan en ningún otro animal. Nuestra parte física impone sus reglas, pero no debemos olvidar que tenemos una parte espiritual (un yo superior) que transcenderá este mundo y que, para amar, solo tenemos que encontrar las condiciones y la persona que vea más allá de sus ojos y mire nuestra alma…., somos seres superiores, mortales en cuerpo, inmortales en alma, y sin duda la mano de Dios está presente en todo aquello que llamamos amor.

Tomado de
http://aprende.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/naspublic/modulosesclei/CICLO%205/AMBIENTAL%20-%20C5.pdf

A partir de la lectura anterior, realiza las siguientes actividades

A. ¿De qué forma se presenta una reacción química en la atracción física?
B. ¿Qué condiciones debe cumplir una feromona para que sea detectada por el olfato?
C. ¿Cómo es la reacción que provoca en el cerebro humano?

2. Expresivo: Elaboración de un friso alrededor de la práctica de reacciones químicas realizada en el periodo, con sus respectivas imágenes y características.

3. Afectivo: Elaboración y sustentación de una historieta donde se evidencie la importancia de las bacterias para el ser humano. Puedes ayudarte de la observación del siguiente video.
https://www.google.com/search?sca_esv=c48753f2ce9d3764&rlz=1C1GCEU_esCO875CO875&sxsrf=ADLYWII6NI79CmESuJp0REV01eYB6cd_Wg:1718080323229&q=utilidad+de+las+bacterias+para+el+ser+humano+video&tbm=vid&source=lnms&prmd=ivtznbsm&sa=X&ved=2ahUKEwj9gfL629KGAxWVTDABHRauCocQ0pQJegQIDhAB&biw=1707&bih=801&dpr=0.8#fpstate=ive&vld=cid:cab6d332,vid:RWcx-mp9wLk,st:0

.

TEMAS A ESTUDIAR PARA LA PRESENTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ESCRITA

QUIMICA INORGANICA

1. Reacciones químicas

1.1. Tipos de reacciones químicas

- Según su cambio químico
- Según su energía

- Según su transferencia de electrones
- Según su reversibilidad
- Según su condición iónica o molecular

QUIMICA GENERAL

- Nomenclatura
- Tipos de nomenclatura
- Funciones químicas inorgánicas
- Formación de hidruros, ácidos hidrácidos, óxidos básicos y ácidos

BIOLOGIA

1. Mecánica de fluidos en los seres vivos

- Generalidades
- Mecánica de fluidos en Bacterias
- Mecánica de fluidos en Protistos
- Mecánica de fluidos en hongos.

1. **FECHA DE ENTREGA DE ACTIVIDADES DE NIVELACION Y EVALUACIÓN:** _____semana de Agosto (Del ___ al ___ de Agosto) en el horario de clase.
2. **LAS ACTIVIDADES DE NIVELACION TENDRAN UN PORCENTAJE DEL 60% Y LA EVALUACIÓN EL OTRO 40%.**

COLEGIO CIUDAD BOLÍVAR ARGENTINA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL
"TRASCENDEMOS CON AMOR, EJEMPLO Y SERVICIO"

PROFESOR: JUAN DAVID BELTRAN CASALLAS
ASIGNATURA: FISICA
GRADO: DECIMO

PLAN DE NIVELACION 2 PERIODO

REALIZAR LOS SIGUIENTES EJERCICIOS EN UNA HOJA EXAMEN, ESCRIBIENDO TODOS LOS PROCESOS FISICO-MATEMATICOS NECESARIOS.

1. Karina aplica una fuerza de 1500 N con dirección a la derecha para mover un armario de 45 Kg de masa. Sabiendo que el coeficiente de fricción entre el suelo y el armario es de 0,18:
   - **a)** Realizar el diagrama de cuerpo libre.
   - **b)** Calcular el valor del peso, la normal y la fuerza de fricción.
   - **c)** Calcular la aceleración y la dirección del movimiento del armario.

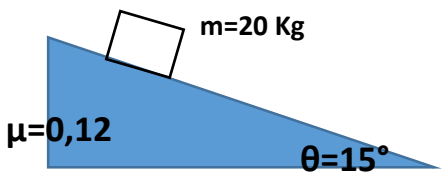
2. Un auto de masa 980 Kg se encuentra sujeto a una grúa. El auto realiza una fuerza de 1.850 N con dirección a la derecha y la grúa le realiza una fuerza de 3.900 N con dirección a la izquierda. El coeficiente de fricción entre el suelo y las llantas del auto es de 0,1.
   - **a)** Realice el diagrama de cuerpo libre.
   - **b)** Calcular el valor del peso, la normal y la fuerza de fricción.
   - **c)** Calcule la aceleración del movimiento del auto y su dirección.

3. Diego desea mover una caja de 25 Kg a lo largo de una distancia de 8,5 metros, aplicando una fuerza de 450 N con dirección a la derecha y un ángulo de aplicación de 24°. ¿Cuál será el trabajo realizado por Julián al mover la caja?

4. Catalina tiene una masa de 64 Kg y se encuentra trotando con una velocidad de 0,65 m/s sobre una plataforma que se encuentra a 2,8 metros de altura sobre el suelo.
   - **a)** ¿Cuál será la energía cinética almacenada por Catalina?
   - **b)** ¿Cuál será la energía potencial gravitacional almacenada por Catalina?
   - **c)** ¿Cuál será la energía elástica almacenada por Catalina?

5. Valentina viaja en su camioneta cuya masa es de 3500 Kg y debido a una falla mecánica su carro se detiene. Tres personas le ayudan a empujar su camioneta con dirección a la derecha aplicando fuerzas de 1250 N, 1900 N y 1250N. Si el coeficiente de fricción entre las llantas y el suelo es de 0,11.
   - **a)** Realice el diagrama de cuerpo libre.
   - **b)** Calcule el peso, la normal y la fuerza de fricción.
   - **c)** Calcular la aceleración y dirección de movimiento del carro
   - **d)** ¿Las personas logran mover el carro?

6. Un auto de masa 1540 Kg se encuentra sujeto a una grúa. El auto realiza una fuerza de 2345 N con **dirección a la derecha** y la grúa le realiza una fuerza de 3900 N con **dirección a la izquierda.** El coeficiente de fricción entre el suelo y las llantas del auto es de 0,09.
   - **a)** Realice el diagrama de cuerpo libre.
   - **b)** Calcule el peso, la normal y la fuerza de fricción.
   - **c)** Calcular la aceleración y dirección de movimiento del auto.
   - **d)** ¿La grúa logra mover el auto?

7. 

   - **a)** Realice el diagrama de cuerpo libre.
   - **b)** Calcule el peso, la normal y la fuerza de fricción.
   - **c)** Calcular la aceleración y dirección de movimiento del cuerpo.

COLEGIO CIUDAD BOLÍVAR ARGENTINA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL
"TRASCENDEMOS CON AMOR, EJEMPLO Y SERVICIO"

PROFESOR: JUAN DAVID BELTRAN CASALLAS
ASIGNATURA: FISICA
GRADO: DECIMO

En las preguntas 8 a la 12, marcar con una X la respuesta correcta:

8. ¿Cuál será la aceleración de un cuerpo, si la fuerza se triplica y la masa permanece constante?

a. El triple.
b. La mitad.
c. Un tercio.
d. Un sexto.

9. Sobre un cuerpo que se encuentra en una superficie en estado de reposo actúan:

a. Peso.
b. La normal y la fricción.
c. La normal.
d. El peso y la normal.

10. ¿Por qué se detiene un objeto que está en movimiento si aparentemente no existe ninguna fuerza sobre él?

a. Porque es una excepción de las Leyes de Newton.
b. Porque está en una superficie muy resbaladiza.
c. Porque existe una fuerza que se llama fuerza de rozamiento o fricción.
d. Porque la normal supera al peso.

11. El coeficiente de rozamiento entre dos superficies depende de:

a. El área en contacto.
b. La masa del cuerpo.
c. La fuerza aplicada sobre el cuerpo.
d. El tipo de superficie en contacto.

12. Si aplicamos fuerzas iguales a dos objetos, uno con mayor masa que el otro, avanzará más lentamente el que tenga:

a. Mayor masa.
b. Menor masa.
c. Es independiente de la masa.
d. Ambos se mueven con la misma aceleración.

COLEGIO CIUDAD BOLIVAR ARGENTINA

Institución Educativa Distrital

"TRASCENDEMOS CON AMOR, EJEMPLO Y SERVICIO"

PLAN DE NIVELACIÓN DE CIENCIAS POLITICAS Y ECONOMICAS

GRADO DECIMO SEDE A J.T

SEGUNDO PERIODO 2024

DOCENTE: MG. JENNY ASTRID SUPELANO

---

1. Presentar una exposición sobre el concepto de Guerra fría; características principales, causas, consecuencias, principales acontecimientos históricos y su reflexión crítica sobre las consecuencias de lo ocurrido en el marco de la Guerra fría para la consolidación del mundo y la sociedad actual.
2. Diseñar y presentar una infografía en la que presente lo aprendido sobre la violencia y el conflicto armado en Colombia, teniendo en cuanta las causas, factores, etapas, la formación de grupos armados (guerrillas y paramilitares) la influencia del narcotráfico. La infografía debe ser sustentada en clase.
3. Presentar el cuaderno con las actividades completas que se realizaron en clase durante el segundo periodo académico.
4. Estudiar las temáticas que se vieron durante el periodo para presentar y aprobar la evaluación escrita.

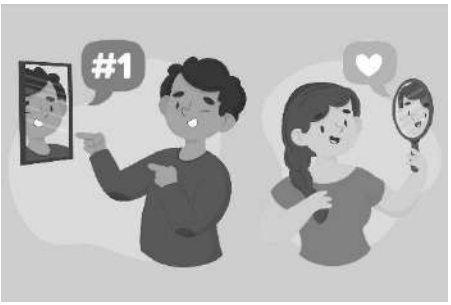
PLAN DE NIVELACIÓN PARA Y DEL APRENDIZAJE							
Año	2024	**Periodo**	2	**Area**	Filosofía	**Asignatura**	Filosofía
Docente	Elmer A. Sánchez Rodríguez			**Lugar**	Salón 26	**FECHA**	
						Inicio	**Termina**
Grado	Décimo	**ESTRATEGIA DE NIVELACIÓN**					

N°	**Dificultad**	**ESTRATEGIA**	**RESPONSABLES**	**OBSERVACIÓN**
1	Primeros filósofos de la Antigüedad	Presentar el siguiente plan a mano y con una hoja de portada: Realizar un escrito en dos hojas tamaño carta sobre el filósofo que expuso en clase. Y, en una cuarta hoja hacer 8 preguntas y sus respuestas de este escrito. Se aclara: 1.Hoja de portada 2 y 3. Hojas de escrito 4. Hoja de preguntas y respuestas.	Docente, estudiante, Padre, madre o acudiente de familia	Se aclara para la presentación del trabajo; 1.Hoja de portada 2 y 3. Hojas de escrito 4. Hoja de preguntas y respuestas
2	Plan de Aula	Presentar los dos Planes de Mejoramiento que se dieron al comienzo del segundo periodo	Docente, estudiante, Padre, madre o acudiente de familia	Presentación para el primer Plan de Mejoramiento: 1.Hoja de portada 2 y 3. Hojas de escrito 4. Hoja de preguntas y respuestas. Presentación para el segundo Plan de Mejoramiento: easanchezr@educacionbogota.edu.co
3	Plan de Aula	Presentar Cuaderno y Carpeta al día	Docente, estudiante, Padre, madre o acudiente de familia	Solamente del segundo periodo.
4.	Temas del Plan de Aula	Evaluación	Docente, estudiante, Padre, madre o acudiente de familia	La evaluación se realizará el día de la nivelación.

Colegio Ciudad Bolívar Argentina
Institución Educativa Distrital
“TRASCENDEMOS CON AMOR, EJEMPLO Y SERVICIO”
PLAN DE NIVELACIÓN CÁTEDRA DE PAZ
DÉCIMO Y ONCE
DOCENTE: KAREN MALPICA SANTANDER

1. **Realiza la siguiente lectura:**

La autoestima en los adolescentes:



La adolescencia es una etapa de la vida llena de cambios y desafíos, en la que los jóvenes experimentan una serie de transformaciones físicas, emocionales y sociales que pueden tener un impacto significativo en su autoestima. Si bien la autoestima es una parte importante de la identidad personal, también puede ser una fuente de vulnerabilidad, especialmente en los adolescentes que están experimentando tantos cambios en su vida.

¿Qué es la autoestima? La autoestima se refiere a la valoración que una persona tiene de sí misma. Es la percepción que tiene de su propio valor y de su capacidad para enfrentar y superar los desafíos de la vida. La autoestima es una construcción personal que se basa en la evaluación que hacemos de nuestras propias habilidades, virtudes y defectos. Una autoestima saludable permite a la persona tener una visión realista de sí misma, aceptando tanto sus virtudes como sus debilidades. Por otro lado, una autoestima baja o frágil, puede llevar a una persona a sentirse insegura, desvalorizada y con una visión negativa de sí misma. Esto puede influir en su manera de relacionarse con los demás y en su capacidad para enfrentar los desafíos de la vida. La autoestima puede ser influenciada por diversos factores, como la educación recibida, la familia, el entorno social y cultural, así como también por la experiencia personal. Por lo tanto, la autoestima puede fluctuar a lo largo de la vida, y en ocasiones puede ser necesaria la intervención de un profesional de la salud mental para trabajar en su fortalecimiento.

¿Qué es la autoestima en los adolescentes? La adolescencia es una etapa de la vida que se caracteriza por cambios significativos en la vida de una persona, tanto a nivel físico, como psicológico y social. En esta etapa, los adolescentes se encuentran en proceso de formación de su identidad, en la que buscan definir quiénes son, cuáles son sus intereses, sus valores y su lugar en el mundo.

La autoestima en los adolescentes es especialmente vulnerable, debido a que están expuestos a una gran cantidad de cambios y desafíos en su vida. Estos cambios pueden ser en el ámbito físico, como el inicio de la pubertad, los cambios en su cuerpo y la búsqueda de una imagen corporal adecuada; o en el ámbito social, como el inicio de relaciones románticas, la formación de amistades y la inserción en un grupo social. En esta etapa, la autoestima se basa en gran medida en la percepción que el adolescente tiene de sí mismo en relación con los demás. Los adolescentes se comparan constantemente con sus amigos y buscan aceptación y aprobación en su grupo social. Es común que los adolescentes se sientan

inseguros acerca de su apariencia, su forma de hablar, su desempeño académico y su habilidad para relacionarse con los demás.

Además, los adolescentes pueden ser particularmente vulnerables a la influencia de la cultura y los medios de comunicación. La sociedad actual pone un gran énfasis en la apariencia física y la imagen, lo que puede llevar a los adolescentes a compararse con los estándares de belleza inalcanzables y sentirse inadecuados. La autoestima en los adolescentes también puede verse influenciada por la relación con los padres y la familia. La forma en que los padres se relacionan con el adolescente, su nivel de apoyo y su capacidad para brindar una retroalimentación positiva pueden influir en la forma en que el adolescente se valora a sí mismo.

¿Es frágil la autoestima en adolescentes? Para los adolescentes, la autoestima es especialmente importante, ya que se encuentran en una etapa de transición en la que buscan su lugar en el mundo y definen su identidad. En general, vemos que la autoestima de los adolescentes es frágil, es decir, que puede ser fácilmente influenciada por factores externos. Esto se debe a que los adolescentes están experimentando cambios físicos, emocionales y sociales significativos, y están expuestos a muchas presiones y estereotipos culturales que pueden afectar su autoconcepto.

¿Por qué es frágil la autoestima en adolescentes? La autoestima es clave en cualquier persona, independientemente de su edad. Sin embargo, en la adolescencia, nuestra valoración personal se vuelve especialmente frágil y vulnerable. Pero ¿a qué se debe esto? Hay varios factores que pueden influir en la fragilidad de la autoestima de los adolescentes. Algunos de ellos son:

Cambios físicos y emocionales: Durante la adolescencia, los adolescentes experimentan cambios físicos y hormonales significativos que pueden afectar su autoestima. Por ejemplo, los cambios en la apariencia física, como el acné, el aumento de peso o la altura, pueden hacer que los adolescentes se sientan incómodos consigo mismos y les hagan sentir menos atractivos. Además, los adolescentes pueden experimentar cambios emocionales que pueden afectar su autoestima. Por ejemplo, pueden sentirse más inseguros, ansiosos o tristes debido a la presión social, el estrés escolar o los problemas familiares. Estas emociones pueden influir en cómo los adolescentes se perciben a sí mismos y pueden hacer que se sientan menos valiosos.

Influencia de la familia y los amigos: La familia y los amigos pueden influir en la autoestima de los adolescentes de muchas maneras. Por ejemplo, los padres pueden afectar la autoestima de sus hijos al proporcionar apoyo emocional, alentándolos a perseguir sus metas y reconociendo sus logros. Por otro lado, los padres que critican constantemente a sus hijos o que les dan mensajes negativos pueden afectar negativamente su autoestima. Los amigos también pueden afectar la autoestima de los adolescentes. Por ejemplo, los amigos que les apoyan y les animan a ser ellos mismos pueden aumentar su autoestima. Por otro lado, los amigos que les critican o les presionan para que hagan cosas que no quieren pueden disminuirla.

Presión social: Los adolescentes están expuestos a muchas presiones sociales que pueden afectar su autoestima. Por ejemplo, los adolescentes pueden sentir la presión de encajar en un grupo social determinado, lo que puede hacer que cambien su comportamiento, su apariencia o sus intereses para encajar en el grupo. La autoestima en los adolescentes puede ser especialmente frágil debido a la cantidad de cambios y desafíos que experimentan durante esta etapa de la vida. Los adolescentes están tratando de descubrir quiénes son y dónde encajan en el mundo, lo que puede llevar a una serie de inseguridades y dudas sobre sí mismos. Saber por qué ocurre esto y cómo afecta a los adolescentes puede ayudar a paliar los síntomas, pero, sobre todo, a que los padres y tutores puedan entender qué está ocurriendo.

El Periódico. (2023, 4 de mayo). La fragilidad de la autoestima en adolescentes. Recuperado de https://www.elperiodico.com/es/ser-feliz/20230504/fragilidad-autoestima-adolescentes-dv-86530096

2. Completa con Falso (F) o Verdadero (V) según corresponda:

- La adolescencia es una etapa de la vida caracterizada por estabilidad y pocas transformaciones. (___)
- La autoestima se refiere a la valoración que una persona tiene de sí misma. (____)
- La autoestima no influye en la forma en que nos relacionamos con los demás. (____)
- La autoestima en los adolescentes se basa principalmente en la percepción que tienen de sí mismos en relación con los demás. (___)
- Los adolescentes no se comparan con sus amigos ni buscan aceptación en su grupo social. (___)
- Los adolescentes pueden sentirse influenciados por la cultura y los medios de comunicación en relación con su autoestima. (___)
- La autoestima de los adolescentes no es afectada por la relación con sus padres y la familia. (___)
- La autoestima en los adolescentes es estable y no fluctúa a lo largo del tiempo. (____)
- Los cambios físicos y emocionales durante la adolescencia no afectan la autoestima de los adolescentes. (___)
- La autoestima de los adolescentes puede ser influenciada por la presión social y la necesidad de encajar en un grupo. (___)

3. Teniendo en cuenta la anterior lectura completa el siguiente cuadro comparativo:

Aspecto	**Descripción**
La adolescencia y sus cambios	
Definición de autoestima	
Vulnerabilidad de la autoestima	
Bases de la autoestima en adolescentes	
Comparación y búsqueda de aceptación	

Influencia de la cultura y medios	
Relación con padres y familia	
Estabilidad de la autoestima	
Impacto de cambios físicos y emocionales	
Influencia de factores externos	

4. En el siguiente recuadro, elabora un mapa mental que abarque todos los aspectos mencionados en la lectura:

5. En los siguientes renglones, crea realiza un escrito de una página en el que propongas estrategias para fortalecer el autoestima en los adolescentes:

COLEGIO CIUDAD BOLÍVAR ARGENTINA
PLANES DE NIVELACIÓN
Asignatura: Educación Física, Recreación y Deportes
Docente: Geraldine Bejarano Galindo
Bachillerato jornada tarde
Segundo Trimestre 2024

GRADO 10°

1. Presentar las tareas asignadas pendientes.
2. Realizar una cartelera sobre el Balón mano y exponer.
3. Investigar un ejercicio físico que fortalezca los músculos de las extremidades inferiores (glúteos, piernas), exponerlo y aplicarlo en clase.
4. Investigar un ejercicio físico que fortalezca los músculos de las extremidades superiores (hombros, brazos), exponerlo y aplicarlo en clase.
5. Investigar un ejercicio físico que fortalezca los músculos del core (abdomen, espalda), exponerlo y aplicarlo en clase.

10° NIVELACION ARTES 2P

- **Realizar un dibujo de desnudo artístico, técnica libre sobre un octavo de cartulina.**
- **Comprensión de lectura a partir de una guía relacionada con la historia del arte.**

ACTIVIDADES DE NIVELACIÓN SEGUNDO PERIODO

ASIGNATURA: ESPAÑOL

DOCENTE: DIEGO MAURICIO RODRÍGUEZ ARÉVALO

GRADO	ACTIVIDAD	RECURSOS
DÉCIMO	• Redactar en clase un párrafo cronológico, teniendo en cuenta la explicación dada en clase. • Redactar en clase un párrafo espacial, teniendo en cuenta la explicación dada en clase.	Explicación de los conceptos en clase.

PLAN DE NIVELACIÓN GRADO 10° INGLÉS

Teacher: Stefanie Romero
2DO PERIODO

Presentación nuevamente del proyecto final (GAME) **en caso de haber reprobado dicha nota.**

·Cuaderno adelantado y organizado con los temas y el vocabulario del periodo (Glossary and Idioms).

·Repasar los temas vistos para presentar evaluación escrita y/o prueba práctica de acuerdo a las dificultades presentadas por el estudiante durante el periodo.

EJERCICIOS PARA PRACTICAR

PRESENT PERFECT: https://agendaweb.org/exercises/verbs/present-perfect/exercise-1.htm

https://agendaweb.org/exercises/verbs/present-perfect-simple.htm

PAST SIMPLE: https://www.perfect-english-grammar.com/past-simple-exercise-8.html

PAST PERFECT: https://www.perfect-english-grammar.com/past-perfect-exercise-1.html

THIRD CONDITIONAL: https://www.perfect-english-grammar.com/third-conditional-exercise-1.html

COLEGIO CIUDAD BOLIVAR ARGENTINA
Institución Educativa Distrital
"TRASCENDEMOS CON AMOR, EJEMPLO Y SERVICIO"
PLAN DE NIVELACIÓN DE MATEMÁTICAS
GRADO DÉCIMO SEDE A J.T.
SEGUNDO PERIODO 2024

Resuelve en hojas cuadriculadas los siguientes ejercicios

1. Use la tabla para responder las siguientes preguntas

Razón	30°	60°	45°	37°	53°	Razón	30°	60°	45°	37°	53°
$\text{sen}\alpha$	$\frac{1}{2}$	$\frac{\sqrt{3}}{2}$	$\frac{1}{\sqrt{2}}$	$\frac{3}{5}$	$\frac{4}{5}$	$\cot\alpha$	$\sqrt{3}$	$\frac{1}{\sqrt{3}}$	1	$\frac{4}{3}$	$\frac{4}{5}$
$\cos\alpha$	$\frac{\sqrt{3}}{2}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{1}{\sqrt{2}}$	$\frac{4}{5}$	$\frac{3}{5}$	$\sec\alpha$	$\frac{2}{\sqrt{3}}$	2	$\sqrt{2}$	$\frac{5}{4}$	$\frac{5}{3}$
$\tan\alpha$	$\frac{1}{\sqrt{3}}$	$\sqrt{3}$	1	$\frac{3}{4}$	$\frac{3}{4}$	$\csc\alpha$	2	$\frac{2}{\sqrt{3}}$	$\sqrt{2}$	$\frac{5}{3}$	$\frac{5}{4}$

a. Uno de los ángulos agudos de un triángulo rectángulo mide 53°. Calcula su perímetro si la hipotenusa del triángulo mide 60 cm

b. Simplifica la siguiente expresión utilizando las razones trigonométricas de los ángulos agudos:

$$M = \frac{\tan 37^\circ \times \cot 45^\circ + \sec 30^\circ \times \cos 30^\circ}{(\sin^2 53^\circ + \cos^2 53^\circ)^2}$$

¿Cuál es el valor de M?

c. $sen\,45° + \frac{1}{2}cos45°$

2. Resuelva los siguientes problemas usando las razones trigonométricas

a. Un árbol de 70 metros de altura proyecta una sombra de 95 metros de longitud. Encuentra el ángulo de elevación del Sol en ese momento.

b. Un dirigible está volando a 750 metros de altura. Observa un pueblo con un ángulo de depresión de 15°. ¿Qué distancia debe recorrer el dirigible en línea recta, manteniendo la altura, para estar exactamente sobre el pueblo

c. Calcula la altura de un árbol, sabiendo que desde un punto del terreno se observa su copa en un ángulo de 30° sobre el nivel de la tierra, y si nos acercamos 15 m entonces la copa se observa en un ángulo de 60° sobre la tierra.

3. Resuelva los puntos 1, 2 y 4 y 8 del siguiente link.

https://www.liveworksheets.com/w/es/matematicas/288309

4. Resuelva el siguiente link

https://www.liveworksheets.com/w/es/matematicas/636228

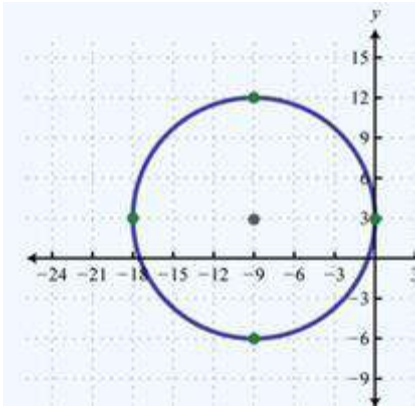
5. Resuelva el siguiente link

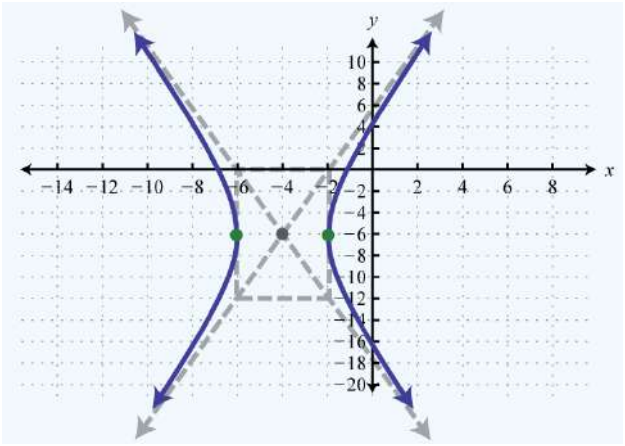
https://www.liveworksheets.com/w/es/matematicas/638146

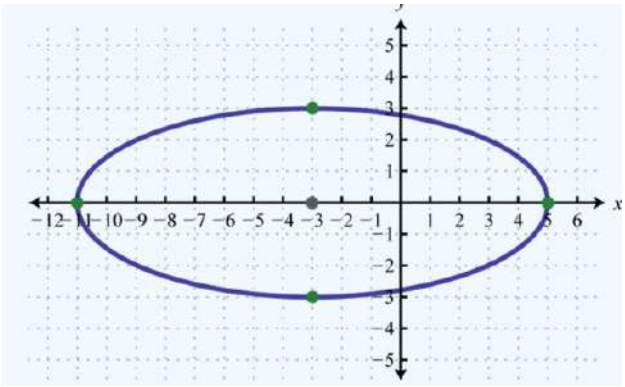
6. Clasifique las siguientes cónicas y realice su gráfica

$$x^2 + y^2 - 2x - 8y + 16 = 0$$
$$x^2 + 2y^2 + 4x - 24y + 74 = 0$$
$$x^2 - y^2 - 6x - 4y + 3 = 0$$
$$x^2 + 12y^2 - 12x + 24 = 0$$
$$x^2 + y^2 + 10y + 22 = 0$$
$$4y^2 - 20x^2 + 16y + 20x - 9 = 0$$
$$9x^2 - 9y^2 - 6x - 18y - 17 = 0$$
$$4x^2 + 4y^2 + 4x - 8y + 1 = 0$$

7. Escriba la ecuación canónica y general de las siguientes cónicas







TRABAJO DE NIVELACIÓN
TECNOLOGÍA E INFORMÁTICA 10° ROBÓTICA JT
2 TRIMESTRE 2024
DOCENTE: KAREN MILENA SANCHEZ SANCHEZ

Todas las actividades que se realizan para el plan de nivelación deben ser entregadas en un único documento en PDF donde se registre el proceso de solución en detalle de cada actividad.

Nota: Favor leer atentamente las indicaciones que se dan en cada punto, para desarrollar la actividad como corresponde.

ACTIVIDADES		PARÁMETROS DE ENTREGA
1	Diseño de una casa en TinkerCAD • Se ingresa a la clase con el código 7QWGKJSIM • Se hace el modelado de una casa a gusto del estudiante • Se evalúa desde la plataforma que se encuentre el modelado	• Se toma pantallazo del diseño 3D • Se copia y pone el link del archivo • Se pone en el archivo PDF como solución al punto 1.
2	Diseño del cohete de juguete en la plataforma TinkerCAD • https://youtu.be/kmRqyx4jOwM?si=-yr1bsuildXxgENZ • Se hace el modelado del cohete según las indicaciones dadas en el video • Se evalúa desde la plataforma que se encuentre el modelado	• Se toma pantallazo del diseño 3D • Se copia y pone el link del archivo • Se pone en el archivo PDF como solución al punto 2.
3	Programación del juego Ping Pong en micro:bit • https://youtu.be/CJJhQJFjLNQ?si=5kB2CYZLX_VxvAIR • Evaluación continua de la integración y funcionamiento del proyecto por medio de rubrica. • Se debe hacer un informe explicando las variables, funciones y ciclos empleados.	• Se toma pantallazo de todos los bloques de código creados. • Se copia y pone el link del código. • Informe explicando las variables, funciones y ciclos empleados. • Se pone en el archivo PDF como solución al punto 3.
4	Montaje en físico y digital del encendido de LEDs por medio de sensor infarrojo • Se ingresa a la clase con el código 7QWGKJSIM • https://youtu.be/70f5_ZLV4kY?si=zQm9MCIaw3ATXyNG • Evaluación continua de la integración y funcionamiento del proyecto por medio de rubrica.	• Se toma pantallazo del circuito y la simulación en TinkerCAD. • Se copia y pone el link del archivo • Informe explicando el circuito y elementos empleados. • Se pone en el archivo PDF como solución al punto 4.

	ACTIVIDADES	PARÁMETROS DE ENTREGA
	• Se debe hacer un informe explicando los elementos utilizados y la programación que se realiza.	
5	Modelado de pinzas que serán activadas con motor por medio de Arduino o Micro:bit • https://youtu.be/jLSTh8W1ZTo?si=jSYWI6SuOGzlljcu • https://youtu.be/uO1Ljeql3Go?si=u7J0zenRIzxy4gX1 • Se evalúa desde la plataforma que se encuentre el modelado	• Se toma pantallazo del diseño 3D • Se copia y pone el link del archivo • Se pone en el archivo PDF como solución al punto 5.
6	Proyecto que dé solución a la situación problema. El estudiante debe seleccionar un proyecto que sea capaz de aportar a la solución de la situación problema presentada por el área y para el periodo. • Se evalúa programación • Componentes empleados • Placa utilizada • Bitácora del proyecto.	• Se toma fotos del proceso de creación del proyecto. • Se realiza un modelado del circuito en TinkerCAD. • Se copia y pone el link del archivo • Informe explicando el circuito y elementos empleados. • Se pone en el archivo PDF como solución al punto 6.

Plan de nivelación Religión

DECIMO

1. El prerrequisito para la nivelación es la presentación del cuaderno al día con las indicaciones dadas en clase, con todos los ejercicios y trabajos allí desarrollados de acuerdo a los temas vistos.
2. Los estudiantes deben leer los temas vistos y consignados en su cuaderno con lo cual vienen preparados para la evaluación.
3. El día de la evaluación se presentará al salón donde le corresponda su nivelación y una vez hecha una retroalimentación por el profesor, de los temas vistos y consignados en el cuaderno, se les hará una EVALUACIÓN ORAL de los temas.
4. Si el estudiante demuestra que ha asimilado las enseñanzas dadas para su crecimiento personal y para el mejoramiento de su vida; el profesor le informará si aprobó o reprobó su materia.

Cordialmente, Víctor Manuel García Pérez
Profesor de Religión