

BOLETÍN 97

Tiempo Ordinario: "Es un tiempo para crecer en la caridad, la paciencia y la humildad, virtudes que se nutren en la cotidianidad".

SEMESTRE 2 /Martes 20 de agosto del 2024

EDITORIAL

De la salud, Actividad Física y Rendimiento Académico
Prof. Ian Cuenca - Área de Educación Física

Siempre nos dicen que realizar actividad física es importante para tener una buena salud, sin embargo pocas veces nos preguntamos por qué es realmente importante. Realizar actividad física es parte de la naturaleza del ser humano, dejar de realizarla aumenta las posibilidades de tener serios problemas de salud. Desde sus inicios el ser humano tenía que buscar comida, para eso podía caminar largas distancias (resistencia), después de cazar (fuerza) un presa que pueda alimentarlo a él como a su familia y aldea, debía caminar cargando varios kilos de peso encima. (fuerza y resistencia). En algunos casos debía escapar de algunos depredadores (velocidad). Al día de hoy la aparición de enfermedades como la diabetes, obesidad o la hipertensión en gran medida son causadas por el sedentarismo. El sedentarismo es un estilo de vida del ser humano, este se caracteriza por la falta de movimiento.

Si analizamos esta información podremos notar que estas enfermedades a causa del sedentarismo son producidas por el solo hecho de ir en contra de la naturaleza del ser humano ya que somos seres de movimiento.



¿Qué tipo de actividad física debo realizar?

Puedes realizar el tipo de actividad física que tu prefieras, no solo debes enfocarte en realizar un tipo de actividad física para competir, claro que competir trae grandes beneficios en cuanto a la perseverancia, constancia, responsabilidad etc. Pero realizar actividad física por salud es una buena opción ya que genera un hábito, el mismo que se crea gracias a la constancia y responsabilidad.

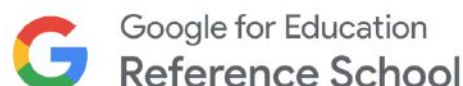
¿El deporte ayuda en mi rendimiento escolar?

Según Pellicer (2015), realizar actividad física hace que el cerebro produzca una cantidad importante de neurotransmisores, entre ellos la dopamina y noradrenalina los mismo que influyen en el rendimiento académico de la siguiente manera:

- Dopamina: Neurotransmisor del Placer y la Motivación.
- Noradrenalina: Neurotransmisor que mejora la atención y concentración.

Finalmente nos quedamos con esta frase:

"El movimiento es una medicina para crear el cambio físico, emocional y mental." Carol Welch.



FE Y ALEGRÍA- PRIMARIA

La Rifa Anual 2024 de Fe y Alegría en Perú es una iniciativa clave para recaudar fondos y apoyar la educación de más de 86,566 estudiantes en 259 instituciones educativas del país.

El dinero recaudado lo podrán entregar los martes y jueves de 7:30 a.m. a 12 p.m. del 12 al 26 de agosto en el local de las Madres Voluntarias.

Participar en la rifa es una oportunidad de ayudar a la labor educativa de Fe y Alegría y contribuir al futuro de los estudiantes que no tienen las mismas oportunidades que nosotros y se las merecen. Más que ganar un premio, es un gesto de solidaridad que une a toda la comunidad. [Video](#)

JORNADA VOCACIONAL

Hoy, martes 20 los estudiantes de I A, IB y IC tendrán su Jornada de Reflexión en el Coliseo. de 8:25 a 12:00m.

TALLERES SM

Los invitamos a revisar el [Directorio de Talleres](#) para el II semestre.

DULCES Y SALADOS



VENTA
Dulces y Salados
29 de Agosto

Tendremos sándwiches, empanadas, tortas, pyes, donuts, etc.

Precios desde:
S/. 5.00

Venta en el área de Madres Voluntarias

Venta para todo el colegio:
Profesores, Alumnos, et.

Todo lo recaudado irá para las misiones.

Logos de SM y P

ASAMBLEAS

Hoy continuaremos con las Asambleas de Media Alta en el auditorio a las 7:45 a.m.

Martes 20: V

REUNIONES DELEGADOS ACADÉMICOS

Los delegados académicos tendrán reunión con el Director Pedagógico durante el mes de agosto según el cuadro.

Promoción	Día	Hora	Lugar
III - IV año	viernes 23 de agosto	08:25	Sala de reuniones # 1
V año	viernes 23 de agosto	08:45	Oficina de Dirección Pedagógica

REUNIONES IB (MYP)

Lunes 19 al viernes 23 de agosto: Planificación de unidades (Piloto MYP): Durante esta semana el Coordinador MYP se reunirá con los profesores del Piloto MYP para elaborar la planificación de unidades que se aplicará en el mes de septiembre. Los días y horas serán coordinadas por interno.

REUNIONES DE LA SEMANA (3:30 p.m.)

Martes 20: Consejo de Promoción (ABP)

Miércoles 21: Profesores ayudando a Profesores (Consejo de Promoción)

Jueves 22: Trabajo personal por áreas académicas (ABP)

CONSEJO ESTUDIANTIL

Vto de Secundaria

Este 27 de agosto, desde las 11:30 hasta las 15:20 la promoción de V de secundaria tendrá la actividad de Interseniors en el colegio Villa María. Se agradece traer lonchera y coordinar sus almuerzos puesto que salimos al Villa María a las 11:35 a.m.. Podrán comer en sus recesos o en el camino. Además todos deben venir con sus polos de houses y los que participan en los juegos traer un polo de repuesto. Por favor seguir las indicaciones de sus House Captains.

Se espera una buena participación en las actividades preparadas por los consejos estudiantiles y un comportamiento ejemplar.



Google for Education
Reference School

CERTIFIED

ISO 9001:2015
ISO 21001:2018



COLECTA DE LECHE

¿Quieres ayudar a alimentar a familias necesitadas? ¡Entonces no te pierdas la Colecta de Leche desde este 8 de agosto! Esta colecta se realizará solo en secundaria.

Con las cuatro bolsitas de leche en polvo que traerás, ayudarás a que tu clase se luzca como la más generosa y estarás ayudando a alimentar a cientos de niños de bajos recursos. ¡Demuestra tu grandeza al donar leche para los más pequeños!



CRONOGRAMA DE RECOJO DE COLECTAS Colecta de Leche - Agosto

Los Presidentes de cada sección dejan las donaciones de su aula en el Punto de Epicentro Pastoral. (carrito al ingreso del pabellón)

Los Presidentes más dos compañeros de su clase, según el cronograma, llevan el carrito con donaciones al local de Madres Voluntarias.

Agosto

Martes 20	Miérc. 21	Jueves 22	Viernes 23
B	C	D	E

ESTATUA SANTA ROSA DE LIMA

Esta semana nos está acompañando la estatua hiperrealista de Santa Rosa de Lima, invitamos a los estudiantes, docentes y personal del colegio a poder apreciar dicha obra artística religiosa del 19 al 23 de Agosto mes que celebramos su festividad.

Un agradecimiento especial al artista Walter Huaman padre de familia del estudiante Walter Huamán de 6to grado D quien nos sigue compartiendo su talento y conocer más sobre nuestra santa peruana.

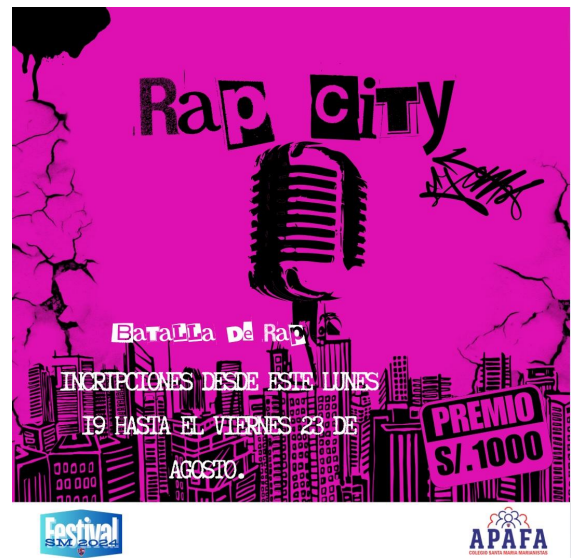
KERMESSE

Los esperamos el sábado 14 de setiembre para nuestra Kermesse SM.

BATALLAS DE RAP

Si quieres participar de las batallas de rap, que se llevarán a cabo el 14 de setiembre en el Festival SM INSCRÍBETE AQUÍ :

<https://forms.gle/LErUasgJemLRurE7>



SHOW DE TALENTOS SM

Si quieres participar del TALENT SHOW, que se llevarán a cabo el 14 de setiembre en el Festival SM INSCRÍBETE AQUÍ:

<https://forms.gle/VJQjfDxbsqvbM7Qq9>

