

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA Unidos por la senda del progreso		
	CÓDIGO: GA-Gu-02	GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA	VERSIÓN: 02

Guía No. 4

fecha: Abril26 a mayo 21/2021

ÁREAS / ASIGNATURAS	Educación física, Ética, Artística, inglés	GRADOS	10-11
PERÍODO	2	AÑO	2021
DOCENTES	Jorge Iván Castrillón -Carlos Mario Buitrago Betancur- Edison Andrés Álvarez García.		

COMPETENCIA POR DESARROLLAR:

Elaboración del presupuesto familiar como una forma de organizar los ingresos y los egresos de su familia e iniciar su educación financiera

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:

1. ¿Cómo puedo aprender de finanzas personales a partir de la elaboración del presupuesto familiar y personal?

APRENDIZAJE ESPERADO/ INDICADORES DE DESEMPEÑO:

1. Reconoce el significado y función del presupuesto familiar.
2. Elabora el presupuesto familiar en compañía de sus padres.
3. Maneja la terminología en inglés del presupuesto familiar.
4. Reconoce la estética de los productos de la canasta familiar, partiendo de esta diseña y construye nuevos productos
5. Distingue los buenos hábitos, tanto de la alimentación, como de la higiene para mantener un cuerpo saludable, a treves de la actividad física.

AMBITO CONCEPTUAL:

1. Ingresos, Egresos, Ahorros, pago de obligaciones, contabilidad, gastos fijos, gastos corrientes, gastos ocasionales, diseño y publicidad, hábitos saludables, higiene y actividad física.

METODOLOGÍA:

A partir de la lectura del texto, “El presupuesto familiar”, el estudiante en compañía de sus padres elabora el presupuesto familiar mensual.

MOMENTO	<p>DE EXPLORACIÓN:</p> <p>El estudiante indaga sobre el significado de “Presupuesto familiar” (Family Budget) y luego dialoga con sus padres sobre cuanto dinero reciben cada mes por honorarios de trabajo (sueldo) y cuanto de ese dinero ganado deben pagar en servicios, arriendo, alimentación, educación, transporte, etc., para determinar que son los ingresos (el dinero que reciben nuestros padres por salarios), y que son los egresos (el dinero que se gasta en pagar deudas, bienes o servicios). Igualmente deben dialogar sobre cuanto de ese dinero ahorran para determinar los ahorros y su función.</p>
----------------	--



DE ESTRUCTURACIÓN: El presupuesto familiar

Si a cualquiera de nosotros nos preguntaran cuánto gastamos en comida, transporte, ocio, vestido o calzado al mes, posiblemente tardaríamos unos minutos en responder, o incluso contestaríamos que realmente no lo sabemos. Tendríamos que acudir a los extractos de las tarjetas, del banco o a la libreta de ahorro y sumar para contestar a esa pregunta.

Si no sabemos cuanto nos gastamos, por tanto, tampoco sabemos si ahorramos o no, y cuánto. Sólo llegado un momento determinado en el que queramos realizar una determinada inversión o gasto, nos pondremos a "echar cuentas".

Este es un error muy común en la mayoría de las personas y familias, que en más de una ocasión puede desencadenar en despistes financieros que nos cuesten mucho dinero y disgustos. El caso más extremo es la bancarrota, algo, que no deseamos a nadie.

Si las empresas llevan su contabilidad al día y conocen en todo momento cual es su situación económico-financiera y utilizan esta información para corregir posibles desviaciones y planificar acciones futuras: ¿Por qué nosotros no podemos hacerlo? Al fin y al cabo, nuestra economía funciona igual que la suya, pero a una escala diferente.

Para ayudarnos a poner en orden todos nuestros números, existe una herramienta muy útil que es el presupuesto.

¿QUÉ ES EL PRESUPUESTO FAMILIAR?

Es un instrumento de previsión y anticipación que se elabora a partir de los ingresos y de los gastos. Una vez realizado el presupuesto, podremos ir comprobando si las previsiones se cumplen, es decir, si lo estamos gestionando bien y se cumplen nuestros objetivos, o si hay desviaciones y las podemos corregir.

¿PARA QUÉ HACER EL PRESUPUESTO?

Cada persona puede encontrar un motivo, según la utilidad que le quiera dar. Podemos mencionar:

- Para mantener los gastos en función de los ingresos.
- Para evitar problemas de tesorería.
- Para poder hacer frente a momentos difíciles.
- Para controlar el nivel de gasto.
- Para saber cuál es la situación de nuestra economía en cualquier momento.
- Para realizar previsiones tanto de gasto, de inversión ó de ahorro.
- Para planificar a corto, medio, o largo plazo.

¿CÓMO HACER EL PRESUPUESTO?

Es muy simple. Utilizaremos instrumentos tan sencillos como una hoja de papel, un bolígrafo y una calculadora.

Se trata de realizar un cuadro de doble entrada: en una columna los ingresos y en otra, los gastos.

En la columna ingresos, anotaremos los salarios, prestaciones, pensiones, ayudas, o cualquier otra entrada de dinero que pueda tener nuestra economía familiar.

En cuanto a la columna de los gastos, podemos diferenciar según la naturaleza del gasto. Así será más fácil controlarlos y si es necesario, estudiar cual de ellos se puede reducir o incluso prescindir.

- **Gastos fijos:** Son aquellos gastos obligatorios (impuestos,) o aquellos a los que nos hemos comprometido por contrato (alquiler de la vivienda, hipoteca, suministros, etc.) o sin contrato con terceros (colegio, guardería, etc.). No pagarlos supone exponerse a problemas como corte de suministros, desahucio de la vivienda, embargos, etc.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA

Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

Presupuesto Familiar

- **Gastos corrientes:** No son obligatorios porque no existe contrato ni obligación legal, pero son necesarios para nuestra vida diaria. Hablamos de los gastos de alimentación, transporte, vestido, calzado, etc.
- **Gastos ocasionales:** Son gastos irregulares. Algunos son ineludibles como los gastos médicos, pero otros se pueden reducir o incluso prescindir en caso de necesidad. Tal es el caso de ocio, viajes, etc.

Debemos tener en cuenta que aunque la mayoría de los gastos fijos en general suelen tener un importe constante a lo largo del año (hipoteca, alquiler), otros gastos pueden ser más o menos cuantiosos según un determinado periodo del año (suministros en los meses de invierno), o producirse en un determinado momento (impuestos), por lo que el presupuesto no puede/tiene que ser uniforme todos los meses.

Un modelo de presupuesto, sería este:

PRESUPUESTO PERSONAL / FAMILIAR	
INGRESOS	GASTOS
• Salario 1	Gastos Fijos
• Salario 2	• Hipoteca
• Ayudas familiares	• Préstamos personales
• Rentas	• Tarjetas
• Pensiones	• Alquiler vivienda
• Otros ingresos	• Colegios / Estudios
	• Suministros (agua, luz, teléfono)
	• Impuestos
	Gastos corrientes
	• Alimentación
	• Transporte
	• Seguros
	• Vestido
	Gastos ocasionales
	• Gastos médicos
	• Ocio
	• Otros
TOTAL INGRESOS	TOTAL GASTOS

Realizaremos el presupuesto con los documentos necesarios (facturas, recibos, extractos bancarios, anotaciones en la libreta de ahorro, etc.).

Una vez realizado el presupuesto, es hora de analizar los datos y sacar nuestras propias conclusiones:

- ¿Cubrimos los gastos?
- ¿Generamos un remanente para hacer frente a posibles eventualidades?
- ¿Necesitamos reducir gastos?
- ¿Podemos ahorrar?
- ¿Qué ajustes debemos / podemos realizar?
- ¿Cuáles son las previsiones para los próximos meses?



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA

Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

Presupuesto Familiar

→ Ejemplo:

La familia Muñoz está compuesta por 4 miembros (pareja + dos hijos). Trabajan los dos cónyuges. Están pagando una hipoteca, un préstamo personal y mensualmente tienen unos gastos por compras con tarjeta.

Con los datos, elaboramos el presupuesto familiar:

PRESUPUESTO PERSONAL / FAMILIAR	
INGRESOS	GASTOS
• Salario 1 1.500,00	Gastos Fijos 1.251,51
• Salario 2 900,00	• Hipoteca 701,51
• Ayudas familiares	• Préstamos personales 250,00
• Rentas	• Tarjetas 150,00
• Pensiones	• Actividades deportivas 100,00
• Otros ingresos	• Suministros 100,00
	• Impuestos (anual) 150,00
	Gastos corrientes 760,00
	• Alimentación 600,00
	• Transporte 60,00
	• Vestido 100,00
	Gastos ocasionales 250,00
	• Gastos médicos 50,00
	• Ocio 100,00
	• Otros 100,00
TOTAL INGRESOS 2.400,00	TOTAL GASTOS 2.261,51

Según estos datos, el presupuesto de la familia está equilibrado. Con los ingresos que poseen, pueden cubrir todos los gastos y generar un remanente de 138,49 euros al mes. De mantenerse así el nivel de gastos, a final de año generarían un remanente de 1.800 euros, suficiente para pagar gastos anuales como serían los 150 euros de impuestos (Impuesto sobre Bienes Inmuebles, no incluido en la suma de la partida gastos, pero sí tenidos en cuenta puesto que serán un gasto real y de obligado cumplimiento).

El remanente obtenido supone un margen para ahorrar o invertir, tener disponible tesorería para poder hacer frente a eventualidades que se produzcan o realizar gastos como vacaciones o diversas compras.

El panorama que ofrece el presupuesto, en principio, es tranquilizador.



→ Ahora tú:

Aquí puedes realizar tu presupuesto familiar.

PRESUPUESTO PERSONAL / FAMILIAR	
INGRESOS	GASTOS
<ul style="list-style-type: none">• Salario 1• Salario 2• Ayudas familiares• Rentas• Pensiones• Otros ingresos	<p>Gastos Fijos</p> <ul style="list-style-type: none">• Hipoteca• Préstamos personales• Tarjetas• Colegios / Estudios• Suministros• Impuestos (anual) <p>Gastos corrientes</p> <ul style="list-style-type: none">• Alimentación• Transporte• Vestido <p>Gastos ocasionales</p> <ul style="list-style-type: none">• Gastos médicos• Ocio• Otros
TOTAL INGRESOS	TOTAL GASTOS
Situación:	
Ahorro mes:	
Medidas a tomar / objetivos:	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA

Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

DE TRANSFERENCIA Y VALORACIÓN:

DE EVALUACIÓN:

1. Lee el texto “El presupuesto familiar” y elabora el presupuesto de tu familia para los próximos 3 meses. (Debes hacerlo con tus padres o personas que ganan sueldo en tu casa).

FORMATO PARA ELABORAR TU PRESUPUESTO FAMILIAR

El siguiente formato es una sugerencia para que agilices la elaboración de tu presupuesto familiar. Puedes agregar renglones si lo consideras necesarios. Te sugerimos no modificar las casillas coloreadas, para que tu formato siga realizando las sumas necesarias de manera automática.

GASTOS FIJOS						GASTOS VARIABLES					
Actividades	Quincena 1		Quincena 2		Total mes	Actividades	Quincena 1		Quincena 2		Total mes
	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4			Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	
Hogar											
CASA					0	Cine					0
Gas					0	regalos					0
					0	viajes					0
					0	salidas					0
Total Hogar	0	0	0	0	0						0
Alimentos						Total Gastos Voluntarios					
Comida					0		0	0	0	0	0
					0	IMPREVISTOS (GASTOS)					
Total Aliment	0	0	0	0	0						
Transporte						Suma de Ingresos					
BENCINA					0	Sueldos					
BUS					0	Bonos					
					0	Ventas					
Total Transp	0	0	0	0	0	Comisiones					
Gastos Personales						Total Ingresos					
Ropa					0		0				
Zapatos					0	Suma de Gastos					
					0	Fijos					0
Total Gastos	0	0	0	0	0	Voluntarios					0
Créditos						Imprevistos					0
Pagos a plazos					0	Total Gastos					0
					0	Total Ingresos					
Total Crédito	0	0	0	0	0	0	MENOS	Total Gastos	IGUAL	Ahorro	
Total Gastos						Total Ingresos					
0	0	0	0	0	0	0		0		0	

Nota 1: No modificar las celdas de los totales, para que tu formato continúe funcionando.
 Nota 2: Procura ahorrar un 10% de tu ingreso.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA
Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

2. Crea un video de mínimo 5 minutos en el que tú resumes el contenido del siguiente video [\(10\) Curso de Finanzas Personales - YouTube](#). Súbelo a tu canal YouTube y envía el link del video a (jotaicast@outlook.com)
3. Crea un video de mínimo 5 minutos en el que tú resumes el contenido del siguiente video [\(10\) 7 claves para aumentar ingresos y tener libertad financiera | Sergio Fernández, Pensamiento Positivo - YouTube](#). Súbelo a tu canal YouTube y envía el link del video a (jotaicast@outlook.com)
4. Actividad para artística: Escoge un producto de canasta familiar, ejemplo un paquete de arroz o lentejas dibújalo 5 veces cada uno en una hoja de block blanca. el primer dibujo, coloréalo como lo ves, el segundo dibujo, colearlo con colores cálidos, el tercer dibujo, colearlo con colores fríos, el cuarto dibujo, colearlo con los colores blanco y negro (alto contraste).



Actividad para artística

5. Diseña en una hoja de block blanca la imagen de cualquier producto de la canasta familiar, creándole un nuevo nombre y diseño según tu creatividad.

Responde en el cuaderno de educación física todas las preguntas que se te plantean más abajo y luego llena el formulario de Google según tus respuestas.

Actividad de educación física: Llena el cuestionario para saber si tienes buena calidad de vida.
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScfPotBRZmnCiFn5uBZrzcWmc_Nzfy4njWBk_FSkB89RT77g/viewform?usp=sf_link



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA
Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

	Puntaje
Prueba para que valores cómo son tus hábitos de salud. Puntúa de 1 a 4 cada una de las preguntas según el siguiente baremo. (Conjunto de normas establecidas convencionalmente para evaluar algo.) 1: Casi nunca. 2: A veces. 3: A menudo. 4: Casi siempre.	
1. Utilizo ropa específica para realizar actividad física.	
2. Me aseo/ducho y cambio de ropa después del ejercicio.	
3. Caliento al empezar la actividad.	
4. Después del ejercicio dedico unos minutos a realizar ejercicios de estiramiento	
5. Realizo ejercicio físico al menos dos veces por semana.	
6. Cuando practico algún deporte soy consciente de mis límites y procuro no sobrepasarlos.	
7. Duermo un mínimo de 8 horas diarias.	
8. El colchón de mi cama es suficientemente duro.	
9. Me siento con la espalda apoyada en el respaldo de la silla o sillón.	
10. Cuando estoy estudiando procuro mantener la espalda erguida.	
11. Cuando levanto peso procuro no utilizar posturas que perjudiquen a mi espalda.	
12. Llevo la mochila bien pegada al cuerpo teniendo en cuenta la colocación de los libros y/o material más pesado.	
13. No fumo.	
14. No consumo alcohol.	
15. Procuro cuidar mi alimentación diaria.	
16. Desayuno todas las mañanas.	
17. ¿Sueles sufrir de estrés? ¿Te agobias con la cantidad de tareas a realizar o con los objetivos a alcanzar	
PUNTAJE DE LA PRUEBA, TOTAL	

- **Si has sumado menos de 20 puntos, tus hábitos son muy poco saludables.**

Ten la seguridad de que, si no los vas modificando, tu salud sufrirá las consecuencias.

- **Si estás entre 21 y 33 puntos, tu situación es mejor, aunque no podemos decir que sea buena. Si sigues así, tendrás más tendencia a debilitar tu salud que a mejorarla.**

- **Si sumas entre 34 y 52, tus hábitos de salud van por buen camino; sería bueno que siguiesses mejorando.**

- **Si has alcanzado más de 52 puntos puedes estar segur@ de que estás sentando las bases para disfrutar de un buen estado de salud física y psíquica en un futuro.**

¿Como están tus hábitos según la encuesta? ¿Qué conclusiones sacas de esta encuesta? ¿En qué crees que debes mejorar?

6. Actividad de educación física.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA
Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

Llena el cuestionario para saber si tienes una vida saludable.

FACTORES QUE DETERMINAN UNA MENTE Y UN CUERPO SALUDABLE	SI	NO
1. Llevas una alimentación equilibrada.		
2. Te hidratadas antes, durante y después de la actividad física.		
3. Mantienes hábitos higiénicos adecuados.		
4. Disfrutas del tiempo libre.		
5. Realizas pausas activas.		
6. Ejercitas la mente. Lees, estudias.		
7. Realizas deporte o actividad física con un buen calentamiento.		
8. Tienes calidad de vida y manejas una vida saludable.		

7. Actividad de educación física. Realiza estos retos mínimos 3 veces por semana durante estos 20 días.

RETOS DE ACTIVIDAD FISICA	RETO CUMPLIDO	RETO NO CUMPLIDO
1. Caminar 5,10, o 15 minutos.		
2. Bailar 3, 4 o más discos seguidos.		
3. Barrer y trapear.		
4. 20, 30 o más Abdominales.		
5. Saltar la cuerda, 5 minutos seguidos.		

RETOS DE ETICOS Y CIVICOS	RETO CUMPLIDO	RETO NO CUMPLIDO
1. Saludar siempre que llego a cualquier parte		
2. Respetar las diferencias.		
3. Expreso a mi familia cuanto los amo		
4. Hacer todas las guías que debo		
5. Respeto las normas de contingencia (covid)		

8. Actividad de educación física. **AVERIGUAR PRESUPUESTOS**

RETO DE PRESUPUESTO DE IPLEMENTOS DEPORTIVOS	PRECIO
1. COLCHONETAS	
2. BICICLETA O PATINETA O PATINES	
3. CUERDA DE SALTAR.	
4. BALON DE FUTBOL N°5.	
5. THERA BAND	



9. Enviar al WhatsApp los 5 dibujos de los empaques por medio de una sola foto y otra foto del producto de la canasta que usted creo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA AVANZADA
Unidos por la senda del progreso

CÓDIGO: GA-Gu-02

GUÍAS DE APRENDIZAJE EN CASA

VERSIÓN: 02

10. Debes enviar tu trabajo al correo de Jorge Iván Castrillón jotaicast@outlook.com, al WhatsApp de Édison Andrés 313 6275445 y llenar el formulario de Google para educación física con este enlace.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScfPotBRZmnCiFn5uBZrzcWmc_Nzfy4njWBk_FSkB89RT77g/viewform?usp=sf_link

BIBLIOGRAFÍA:

1. Bancomujer, F. L. W. W. B. en E. (B. M. de la M. (2008). *Manual de educación financiera*. Fundación Laboral WWB en España (Banco Mundial de la Mujer).
https://www.gref.org/nuevo/documentacion/manual_educacion_financiera.pdf
2. COINC, E. (n.d.). *¿Quieres reducir tus gastos? Pasos para hacer tu propio presupuesto familiar*. Blog Coinc. <https://www.coinc.es/blog/noticia/hacer-presupuesto-familiar>.