



CARTA SEMANAL



COLEGIO AMÉRICA - CALLAO HIGH SCHOOL
ENTRAD PARA APRENDER, SALID PARA SERVIR

Boletín de actividades escolares para los padres de familia

Número 234

07 de julio de 2009

año VIII

BANDA DE MÚSICA DEL AMÉRICA OCUPA TERCER LUGAR

Con una gran participación e interpretación los alumnos de la Banda de Música del Colegio obtuvieron el pasado martes 23 de junio el tercer lugar con 732 puntos en el Primer Concurso Regional Interescolar de Bandas 2009, organizado por el Gobierno Regional del Callao.

[\(PARAMAYOR INFORMACIÓN, ACTIVE ESTE ENLACE\)](#)

La fortaleza del Real Felipe congregó a una gran cantidad de alumnos de diversos colegios pertenecientes al Callao, con la finalidad de presenciar la gran final del concurso de bandas.

En esta oportunidad se conoció al ganador de la categoría Banda de Guerra, caracterizada por la ausencia de instrumentos de viento, tales como las trompetas o saxos. Asimismo nombró al ganador de la categoría Banda de Música, en la que sí intervienen instrumentos de viento. En esta última, el colegio América participó como finalista del certamen.

En la competencia, el jurado calificador, compuesto por personajes de la Fuerza Aérea, miembros de la Asociación Peruana de Autores y Compositores -APDAYC- y músicos reconocidos, tuvieron la labor de evaluar y calificar aspectos tales como la técnica, ejecución e interpretación de las piezas musicales. Entre los criterios se estableció que uno de los temas debería ser de composición nacional y el otro, quedaba a elección del colegio participante.



El evento también consideró un especial reconocimiento a las mejores barras asistentes. Alumnos de Tercer, Cuarto y Quinto año de Secundaria acompañaron a los participantes de nuestra banda. Con la ayuda de bombos y cajones, sumados a su gran entusiasmo, la barra del América alentó a la banda durante la competencia.

En esta etapa final, la Banda del Colegio, dirigida por el profesor Ángel de la Cruz, disputó el primer lugar con otras instituciones educativas como Héroes del Pacífico, Don Bosco del Callao, Junior, entre otros, interpretando los temas "Vírgenes del sol",

"Free world fantasy" y "Flash dance".

Luego de interpretar las piezas musicales preparadas para este evento, el jurado calificó con 732 puntos al colegio América y, por consiguiente, ubicarlo en el tercer puesto detrás del colegio Héroes del Pacífico con 739 puntos y del ganador del Primer Concurso Interescolar de Bandas, el Colegio Junior del Callao con 749 puntos.

El colegio ganador obtuvo los premios para el primer lugar, que consistieron en un conjunto de instrumentos musicales para toda la banda. ■



GALERÍA DE FOTOS



VOLEY INTERNO: CUARTO DE SECUNDARIA, CAMPEÓN

CUARTO DE SECUNDARIA, CAMPEÓN DE VOLEY INTERNO

Las alumnas de la pre promoción obtuvieron el primer lugar del torneo, tras vencer por dos sets a cero a Tercero de Secundaria en parciales de 25 - 11 y 25 - 19, el pasado miércoles 24, mientras que el viernes 26 hizo lo propio contra Quinto de Secundaria, en la categoría Varones.

En un cómodo partido, las actuales campeonas no tuvieron problema para superar ampliamente a su rival. Sin embargo, en el segundo set la selección de Tercero intentó ganar el set y forzar el rally point, pero cayó derrotado por seis puntos.

En Varones, Cuarto de Secundaria se impuso en parciales de 25 - 21 y 25 - 19, obteniendo de esta manera el título del torneo de voley.



FERIA DEL LIBRO

Gran acogida recibió la inauguración de la IV Feria del Libro realizada en las instalaciones del Colegio el lunes 25 de junio, prolongándose hasta el sábado 27, para poder recibir a padres y público en general.

[\(PARAMAYOR INFORMACIÓN, ACTIVE ESTE ENLACE\)](#)

Sala Holanda y los pabellones de Secundaria del Colegio recibieron a diversas editoriales que se instalaron en stands para atender al público asistente. Entre estas, Editorial Bruño, Santillana, Macmillan, Vicens Vives, Nutesa y Norma. Las referidas casas de publicaciones ofrecieron variado material bibliográfico, tales como novelas, libros de lectura, enciclopedias y otros, para todas las edades.

Hubo libros que despertaron mayor interés



en los alumnos, entre los cuales destacaron Crepúsculo y la colección de la editorial Alfaguara, entre otros.

En esta oportunidad, la Feria recibió la visita del alumnos del Colegio Jorge Washington, de Bellavista, quienes tuvieron la oportunidad de acceder a los ejemplares en exhibición y venta.

Destacó la participación de algunos alumnos de Quinto de Secundaria, quienes instalados en carpas, presentaron narraciones de cuentos para los niños y visitantes.

En la jornada final se presentó un taller de lectura para padres, quienes al final, organizados en grupos, representaron un cuento infantil.



DONACIÓN DE ROPA

Con la participación de padres y alumnos de la familia América se llevó a cabo la colecta de víveres desde el lunes 22, con motivo de la campaña de ayuda y solidaridad a los pobladores afectados por el frío en el sur de nuestro país.

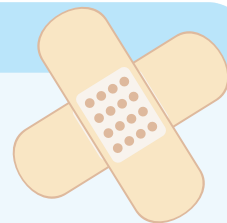
[\(PARAMAYOR INFORMACIÓN, ACTIVE ESTE ENLACE\)](#)

La iniciativa surge como respuesta al llamado de los departamentos de Extensión Comunitaria y Formación Cristiana, ante el impacto del cambio climático que afecta a las poblaciones de Puno, Juliaca y comunidades al interior.

De esa manera, los delegados de Quinto de Primaria a Secundaria, en conjunto con el Consejo Estudiantil, se organizaron para recaudar, ordenar y clasificar las ropas y alimentos que serán enviados la próxima semana a las zonas afectadas, en representación del colegio América.

Asimismo, y con la colaboración de los alumnos se buscó despertar y fortalecer el valor y espíritu de la solidaridad en los estudiantes que han participado de una u otra manera en el proyecto.





NIÑOS INAPETENTES

Por: **Martha Manco**
Enfermera de Inicial

A medida que los niños crecen se hace necesario introducir nuevos alimentos en su dieta. Esto no siempre es una tarea fácil. Por lo general, los pequeños rechazan estas novedades al primer intento y los padres angustiados creen que algo malo les ocurre.

¿Cuánto come y cuánto debería comer?

Probablemente poco, comparado con otros niños, pero esto no debe preocuparlo. La mejor manera de saber si come suficiente es si crece de acuerdo con su edad.

"La observación de los hábitos alimentarios del niño por parte de los padres es fundamental. De esta dependerá hacer una apreciación correcta sobre la pérdida de apetito, puesto que con frecuencia se equivocan al considerar las necesidades reales y particulares de sus hijos y se inquietan sin motivo"(*).

Según los especialistas en nutrición, muchas veces los padres creen que el niño debe comer más. Pero no tienen en cuenta que su capacidad gástrica es menor que la de un adulto, lo presionan y al final el niño no come nada. Por lo general, la inapetencia es la respuesta a la falta de atención que sienten los menores, a la experimentación de dificultades emocionales como la separación de los padres o a la sensación de desplazamiento ante el nacimiento de un hermanito.

En ocasiones, la inapetencia se presenta como respuesta a conductas inadecuadas de alimentación, como hacer que coman por obligación. También podría tratarse del efecto de una enfermedad.

A veces la inapetencia es fisiológica; es decir, que el organismo disminuye sus necesidades. En este punto es importante saber que no se trata de que el niño pierda el apetito a medida que crece, sino que el ritmo de crecimiento es menor y entonces surge la pregunta "¿cuánto debe comer mi hijo?" Esto



depende de cada niño. De ahí la importancia de evaluar el ritmo de crecimiento y desarrollo, para no alarmarse cuando parezca que es poco.

Es importante dar unas reglas generales aplicables de manera general a todos los casos de inapetencia, estos podrían modificar favorablemente las actitudes de los adultos frente al niño inapetente y serán base del éxito.

-Darle gusto en sus preferencias alimentarias, sin caer en el error de incentivar malos hábitos alimentarios.

- Servir cantidades pequeñas, agregar un poco más si lo apetece.

- Servirle en platos y utensilios adecuados para su edad.

- Hacer de los momentos de alimentación los más agradables del día.

- Limitar el tiempo de la comida a 30 ó 40 minutos.

-Disminuir la cantidad y la frecuencia del

consumo de líquidos, ya que éstos disminuyen la sensación de hambre.

-Si el niño no recibe una de las comidas principales, el almuerzo o la comida, ofrézcale una fruta o vegetales dos horas después.

-El niño debe descansar por lo menos 15 minutos antes de cada comida. Si está demasiado activo tal vez no quiera comer.

-Establezca horarios regulares para la comida.

(* Johana Fernanda Sánchez
Para ABC del bebé

LINKS RECOMENDADOS

<http://www.saludymedicina.com.mx/nota.asp?id=709&IDC=>

<http://mikinder.blogspot.com/2007/11/recetas-para-nios-inapetentes.html>



GRANOS ANDINOS, GRANOS SANOS



Por: Patricia Sánchez
Profesora de Ciencias



Debido a la vida acelerada que vivimos, nos hemos acostumbrado a comer a la ligera y rápido. Las diferentes actividades que realizamos no nos dan tiempo de tener cuidado con los alimentos que serán parte de nuestra dieta alimenticia. Solemos consumir alimentos "chatarras" con gran cantidad de grasas saturadas. Si a esto le agregamos la vida sedentaria, sin deporte, tenemos al final un cuerpo lleno de grasa y en camino a la obesidad. Un cuerpo cansado, estresado, enfermo y sin ganas de realizar actividades.

Para una buena salud es necesario tener una dieta que nos brinde los nutrientes necesarios para nuestro desarrollo físico, mental y emocional. Es así que sugerimos el consumo de alimentos que estén al alcance de nuestra mano y bolsillo. Estos alimentos fáciles de encontrar son los granos andinos, aquellos que nos proporcionan los nutrientes necesarios para poder vivir.

La quinua, el tarwi, la cañihua, la kiwicha, etc, son granos de nuestros andes que merecen ser tomados en cuenta en nuestra dieta alimenticia por la gran cantidad de proteínas, vitaminas y minerales que poseen. Contienen nutrientes esenciales para que nuestro cuerpo pueda vivir saludablemente.

Cada uno de estos granos andinos tiene propiedades nutricionales que los hace

únicos y que podrían solucionar los problemas de desnutrición en nuestro país. Es recomendable incluirlos en nuestro desayuno, lonchera y almuerzo.

En la época de los incas, la quinua era considerada un alimento sagrado. Actualmente es el cereal andino más conocido y completo, ya que posee, proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales indispensables para los niños y niñas, los y las jóvenes que practican deporte y realizan diferentes actividades. También es ideal para el desarrollo del cerebro.

El tarwi o chocho, cereal poco conocido en nuestra mesa, tiene alto valor protéico, más que la soya. Es un alimento indispensable para los niños y niñas en etapa de crecimiento.

La cañihua también tiene gran cantidad de proteínas, más que el arroz y la avena.

La kiwicha tiene abundantes vitaminas y minerales como el calcio, los que hacen de éste un alimento muy completo. La NASA lo ha incluido en la dieta de los astronautas.

Hay otros alimentos andinos, pero lo más importante es que deben ser incluidos en la alimentación diaria. En lugar de comer

canchita o palomitas de maíz en el cine, mejor incluye los cereales andinos con yogurt o como bocaditos o en dulces, por ejemplo: mazamorra de cañihua. ■



LINKS RECOMENDADOS

http://www.pasqualinonet.com.ar/la_comida_andina.htm

<http://www.webdelabelleza.com/salud/los-beneficios-nutricionales-de-los-cereales-andinos>

VISITA A LA BIBLIOTECA

Los alumnos de la promoción de Sexto grado de Primaria visitaron el miércoles 01 de julio las instalaciones de la Biblioteca Nacional de Lima, para presenciar la obra teatral "Los Gallinazos sin Plumas".

Los alumnos asistieron a la sede de la avenida Abancay y visitaron los ambientes de la biblioteca, destinados a la lectura infantil, especialmente a niños de 7 a 11 años de edad. Durante el recorrido se les explicó la finalidad del trabajo de la biblioteca

Luego de presenciar la puesta en escena, los alumnos desarrollaron actividades en el aula, como cuadros comparativos sobre la puesta en escena y la novela original, fomentando así la lectura de la obra del reconocido literato nacional, Julio Ramón Ribeyro.



CAMPEONATO DE FULBITO PARA PADRES: TABLA DE RESULTADOS DE LA PRIMERA FECHA

SERIE 01	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	DG	Ptos.
COLOMBIA	1	1	0	0	2	1	1	3
BRASIL	1	1	0	0	1	0	1	3
ITALIA	1	0	0	1	0	1	-1	0
ESTADOS UNIDOS	1	0	0	1	1	2	-1	0

SERIE 02	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	DG	Ptos.
INGLATERRA	1	1	0	0	3	1	2	3
ALEMANIA	1	0	1	0	1	1	0	1
CAMERUN	1	0	1	0	1	1	0	1
MEXICO	1	0	0	1	1	3	-2	0

SERIE 03	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	DG	Ptos.
URUGUAY	1	1	0	0	2	0	2	3
PARAGUAY	1	0	1	0	2	2	0	1
RUSIA	1	0	1	0	2	2	0	1
ESPAÑA	1	0	0	1	0	2	-2	0

SERIE 04	PJ	PG	PE	PP	GF	GC	DG	Ptos.
PORTUGAL	1	1	0	0	5	3	2	3
ARGENTINA	1	1	0	0	2	1	1	3
FRANCIA	1	0	0	1	1	2	-1	0
PERU	1	0	0	1	3	5	-2	0

TABLA DE GOLEADORES

	NOMBRE Y APELLIDO	PAÍS	GOLES
1	JOSE HOLGUIN	INGLATERRA	3
2	RAUL MARQUINA	PORTUGAL	3
3	FRANK TORRES	PARAGUAY	2
4	PERCY MORAN	PERÚ	2
5	JONNY HERRERA	COLOMBIA	2
6	RAUL ROSASCO	MÉXICO	1
7	HECTOR GIL	ESTADOS UNIDOS	1
8	REDY CONTRERAS	ALEMANIA	1
9	RAFAEL GARCIA	CAMERÚN	1
10	CARLOS ARIZAGA	URUGUAY	1
11	MANUEL CALDERON	URUGUAY	1
12	DAVID PINTO	RUSIA	1
13	LUIS VARGAS	RUSIA	1
14	RONY DELGADO	PORTUGAL	1
15	PEDRO CHAVEZ	PORTUGAL	1
16	ROBERTO INFANTE	PERÚ	1
17	CARLOS FALVI	FRANCIA	1
18	RICHARD DIETRICH	ARGENTINA	1
19	ROGER ZAMORA	ARGENTINA	1
20	FERNANDO VARGAS	BRASIL	1

TARJETA AMARILLA

	NOMBRE Y APELLIDO	PAÍS
1	ALBERTO TALLEDO	BRASIL
2	FERNANDO VARGAS	BRASIL
3	OSCAR REYES	BRASIL
4	PABLO LI	COLOMBIA
5	DINO ALTAMIRANO	COLOMBIA
6	MIGUEL CORDOVA	ESTADOS UNIDOS
7	RAUL ROSASCO	MÉXICO
8	SAMUEL LLANCO	ALEMANIA
9	VICTOR PEÑA	CAMERÚN
10	PABLO ALVARADO	URUGUAY
11	ANTONIO ORTIZ	URUGUAY
12	MANUEL CALDERON	URUGUAY
13	CARLOS CHAVEZ	URUGUAY
14	DANILO ALCALDE	PORTUGAL
15	RONY DELGADO	PORTUGAL
16	MANUEL SECAIRA	PORTUGAL
17	PERCY MORAN	PERÚ

Jugadores suspendidos para la fecha del 11 de julio. →

	NOMBRE Y APELLIDO	PAÍS
1	GUSTAVO YRALA	ITALIA
2	TITO TARDIO	ALEMANIA
3	GUILLERMO HUAYANAY	ESPAÑA

AGENDA SEMANAL

MARTES 07

Actividad: Visita a supermercado (actividad en inglés)

Hora:

Nursery: 9:40 a.m.

Pre Kinder A: 10:50 a.m.

Kinder A: 11:50 a.m.

Responsable: Coordinadora de Inicial.

VIERNES 10

Actividad: Visita a supermercado (actividad en inglés)

Hora:

Pre Kinder B: 9:40 a.m.

Kinder B: 10:50 a.m.

Responsable: Coordinadora de Inicial.

Actividad: Culto por el Día del Profesor.

Hora: 9:45 a.m. (Primaria)

11:05 a.m. (Secundaria)

Lugar: Philadelphia Auditorium

Responsable: Consejo Estudiantil.

VIERNES 10

Actividad: Reconocimiento a docentes del plantel.

Hora: 3:15 p.m.

Lugar: Colegio América

Responsable: Unidad de Protocolo y Actividades y Dirección de Comunicaciones.

"El Señor es tierno y compasivo; es paciente y todo amor."

Salmo 103.8

LEA "APOSENTO ALTO"

Dirección de Comunicación y RR.PP. - Unidad de Publicaciones
comunicaciones@america.edu.pe

Colegio América: Jr. Nicolás de Piérola #250, Bellavista - Callao / Telf. 715 1110 / 715 1111 / chs@america.edu.pe / www.america.edu.pe