

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

E.E.E. CURA BROCHERO

Guía 13

Docentes: Sirvente Andrea-Correa Ana-Caravajal Gerardo-Carrión Giselle.

Año: Taller de cocina. Sección “C”. Educación de Jóvenes y Adultos.

Turno: Tarde.

Tema: “Trabajando en Familia”

Áreas integradas: Lengua, Matemática, Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Formación Ética y Ciudadana, Cocina, Artes Visuales, Educación Física.

Contenidos seleccionados:

- ◆ Lengua: La lectura, comprensión y disfrute de distintos textos. Textos instructivos.
- ◆ Matemática: Números Naturales.
- ◆ Formación Ética y Ciudadana: Vínculos Familiares.
- ◆ Ciencias Sociales: Efeméride. 12 de Octubre Día de la Diversidad Cultural”. Actividades Socializantes Recreativas.
- ◆ Ciencias Naturales: Producción de Recetas.
- ◆ Cocina: Reflexión para el desarrollo de actitudes de responsabilidad como consumidores conscientes. Exploración, experimentación y construcción de productos y procesos acompañados de la familia. Estudio de procesos tecnológicos para comprender el modo en que se organizan en el tiempo y el espacio: operaciones, recuerdos, el trabajo de las personas y el uso de medios de seguridad e higiene.
- ◆ Educación Física: Movilidad articular, acondicionamiento físico y manejo del propio cuerpo. Coordinación global y segmentaria- Estimulación de las capacidades aeróbicas y condicionantes, Recreación.
- ◆ Artes Visuales: Color. Pictogramas.

Desarrollo de las actividades.

Día 1: Lengua – Ciencias Sociales.

- 1) Buscar un momento adecuado para leer el siguiente cuento en familia. Es importante la participación de todos los integrantes en la lectura acompañando al alumno.

EL GRAN TESORO

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

María era una mujer con poca suerte, por eso fue de las últimas en enterarse de que Pirulo, el poderoso mago, iba a repartir sus tesoros antes de emprender un largo viaje. Corrió hasta su cueva en la montaña, pero llegó justo al final, cuando al mago ya solo le quedaba un enorme cofre.

- Vaya, ya no tengo nada más. Solo me queda este cofre, pero es demasiado valioso y no pensaba dárselo a nadie. Sin embargo, al ver la decepción de María, añadió:

- Pero tú pareces buena gente. Si estás dispuesta a cuidarlo bien, podrás quedártelo y usarlo como quieras hasta que yo vuelva.

La joven aceptó emocionada por recibir algo tan valioso y el mago desapareció al instante. María se alegró de haber tenido suerte por primera vez, y comenzó a empujar el cofre hasta su casa. Como era un cofre muy pesado, pronto se cansó, así que decidió abrirlo para sacar lo que tuviera dentro y llevárselo sin el cofre. Pero no había nada. Furiosa, pensó que todo había sido una broma pesada del mago. María se lamentó de nuevo por su mala suerte, pues había prometido cuidar un enorme cofre vacío y sin valor.

Cansada y desanimada, desde entonces solo pensaba en deshacerse del cofre. Le daba igual que la gente se detuviera admirada para contemplarlo; ella solo quería dejar de cargar con aquel pesadísimo cofre. Por eso no dudó en dejárselo a Juan, un señor que se cruzó en su camino. El habían llegado incluso más tarde que María al reparto del mago, y volvía de la montaña con las manos vacías. Al ver que le ofrecía su gran cofre se llenó de alegría. Era un cofre magnífico, impresionante, y no podían creer que su dueña no lo quisiera.

- María le dijo: Llévalo y cuídalo, yo he cargado con él demasiado tiempo y ya no me quedan más fuerzas.

Juan comprendió que María estaba tan desanimada que ya no era capaz de admirar la belleza del cofre, y se lo llevo. El viaje fue duro y pesado, pero él sabía que no era un cofre cualquiera, y no le importó hacer un gran esfuerzo. En su casa lo cuidó y lo limpió, reservándole el lugar más importante para mostrarlo orgullosamente a sus amigos. Tanto lo pulió día tras día, que con el tiempo comenzó a perder su vieja capa de pintura, dando paso a algo más brillante. Fue así como descubrió lo que siempre le había dicho su corazón, que el mismo cofre era un gran tesoro, pues todo estaba hecho de oro y piedras preciosas.

Y así somos todos. Un tesoro increíble que cuidan y miman para que brillen más que ninguno. Puede, que quien te llevó primero tuviera el corazón tan herido y cansado que no pudiera ver ese tesoro que escondía en su interior, pero por suerte te llevó hasta lo que hoy conoces como tu familia, quienes te harán brillar como aquel tesoro.

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

2) Luego de compartir el cuento buscar fotos de cada integrante de la familia para jugar a la búsqueda del tesoro.

El adulto de la familia tendrá que recolectar las fotos y esconderlas por diferentes lugares de la casa, incluyendo el patio, sin que los demás integrantes puedan saber dónde las coloco. El juego comienza, los integrantes deben encontrar sus fotos escondidas, en el caso de encontrar una foto que no le pertenezca la deberá dejar en mismo lugar. Tendrán un tiempo de 10 minutos para lograrlo. Ganará el que encuentre más fotos propias.

Día 2: Matemática – Cocina.

1) Realizar la preparación de la receta PAN DE CARNE con la participación de la familia:

Ingredientes:

-600 gramos de carne picada -1 cebolla mediana

-100 gramos de espinacas cocidas - 1/2 morrón rojo

-2 zanahorias cocidas - 3 huevos cocidos

-4 fetas de jamón cocido - 100 gramos de aceitunas descarozadas

-3 cucharadas de pan rallado - 3 cucharadas de queso rallado

-1 huevo - 1 cuchara de perejil picado (puede ser ajo y perejil a gusto), sal fina y aceite.



Preparación:

✓ Poner la carne picada en un recipiente amplio junto a todos los condimentos, el huevo y la cebolla, previamente rehogados en un poquito de aceite, el pan rallado y el queso rallado

✓ Con tu mano integra todo y une bien como si estuvieras amasando.

✓ Una vez que tengas todo bien integrado, colócalo sobre una bolsa de nailon, cortada en forma de rectángulo. Estirar la mezcla sobre el mismo.

✓ Colocar encima de la carne, el jamón cocido, y las espinacas, en uno de los extremos colocar las zanahorias cortadas en bastoncitos, los huevos cocidos enteros o en rodajas, las aceitunas y el queso en bastones.

✓ Con ayuda de la bolsa enrollar mientras presionas para que quede bien armado.

✓ Colocar el pan de carne en una asadera y cocinar de 25 a 30 minutos

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

Día 3: Lengua – Artes Visuales.

1) Invitar a un miembro de tu familia a trabajar contigo. Observar los PICTOGRAMAS y elegir varios. Luego dibujar en una hoja n° 5 blanca. Pintar las imágenes con los materiales que tengas en casa (marcadores, crayones, fibras, lápices de colores, témperas, etc.). Al finalizar escribir el nombre de los integrantes de tu familia y un mensaje para ellos.



1) Luego de realizar las actividades del punto anterior, jugar a las adivinanzas con los integrantes de la familia. Podrán otorgar premios a quien conteste más rápido. Compartir las respuestas con la docente.

SON HIJOS DE TUS ABUELOS.

HIJO DE TU ABUELO.

DE TUS PADRES HERMANOS SON.

PADRE DE TUS HERMANOS. TUS

HERMANOS CON TUS HIJOS.

DE TUS PRIMOS ES EL TÍO.

TENDRÁN ESA RELACIÓN.

Y DE TUS TÍOS ES EL HERMANO

¿QUIÉN ES?

¿QUIÉN ES?

Día 4: Matemática – Educación Física.

1) Armar equipos de dos personas con los integrantes de la familia para realizar el siguiente juego.

Juego de bolos.

_Buscar en casa una pelota y botellas de plástico.

_Llenar las botellas con agua y con marcador colocarles distintos puntajes, ejemplo 1,3,4.



E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

_Colocar las botellas juntas, como lo indica la imagen anterior para iniciar el juego.

_Los participantes deberán estar a 4 metros de distancia y por turno deberán realizar el lanzamiento con la pelota y lograr tirar la mayor cantidad de botellas.

_Sumar los puntajes obtenidos, el integrante que logre el mayor puntaje será el ganador.



- 2) Movilidad articular: en el lugar movilizar tobillo, rodilla, cadera, tronco, brazos, cuello. Realizar desplazamientos hacia adelante y volver hacia atrás, luego desplazarse lateralmente hacia la derecha y retornar desplazándose hacia la izquierda, repetir la actividad tres veces. Luego en un espacio cercano a nuestra casa realizar una caminata saludable durante 15 minutos de manera continua, a ritmo bajo, acompañado por un miembro de la familia. Respetar protocolo covid-19 (2 veces por semana).

Día 5: Lengua – Ciencias Sociales.

- 1) Leer y completar con los nombres de cada integrante de la familia el siguiente árbol genealógico.

La familia es un grupo de personas unidas por vínculos y que viven juntos por un período de tiempo. Es la base de todas las personas, donde el afecto y el cariño son las cosas más importantes.



- ◆ Teniendo en cuenta los nombres que colocaste en el punto anterior, realizar la siguiente actividad.
 - 2) Cada integrante de la familia deberá realizar su propio cuadro. Juntar ramas secas de árboles o plantas y pegarlas sobre una cartulina o cartón, unas encima de

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

otras formando un cuadrado. Dejar secar y luego colocar una foto personal. Finalmente buscar un espacio en donde se colgarán estos cuadros familiares. Te dejo un ejemplo.



Día 6: Cocina – Lengua.

1) Realiza la preparación de TARTA DE VERDURA con la participación de la familia.

- Masa para tarta: ingredientes para dos tapas.

-300 gramos de harina común. - 150 gramos de manteca.

-1 cucharadita de sal. - 1/2 vaso de agua fría.

Preparación:

- ✓ Poner en un bol la harina, la sal y la manteca fría cortada en trozos sobre la harina. Desmenuzar con las manos la manteca con la harina.
- ✓ Agregar el agua helada de apoco e ir uniendo, hasta obtener una masa lisa.
- ✓ Envolver la masa en papel film y llevar a la heladera por 1 hora.
- ✓ Espolvorear la mesada con harina y estirar con un bolillo hasta obtener el tamaño deseado para forrar una tartera ya en mantecada y enharinada.

Ingredientes para el relleno:

-1 cebolla. - 1 zapallito redondo.

-2 zanahorias medianas. - 2 rodajas de zapallo anquito.

-1 papa. - 1 lata de choclo en granos.

-3 huevos- condimentos a gusto.



Preparación

- ✓ Picar la cebolla y rehogar en una sartén con aceite, condimentar.

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección "C" _ Áreas Integradas

- ✓ Cortar todas las verduras en bastoncitos y agregar a la sartén mientras se saltea. Agregar un pocillo de agua a la preparación y continuar la cocción.
- ✓ Forrar un molde con la masa y agregar el relleno (debe estar frío)
- ✓ Batir los 3 huevos y volcar sobre la preparación.
- ✓ Llevar a horno por 25 minutos aproximadamente. Retirar y servir.

Día 7: Matemática.

- 1) Jugar al bingo con los integrantes de la familia.
- 2) Armar cartones en cartulina o papel, cada uno deberá tener 6 cuadros.
- 3) Escribir números del 1 al 30, distintos en cada cartón para que no se repitan.
- 4) Luego, escribe en cuadritos de papel los números del 1 al 30 y colócalos en una bolsa o caja para jugar. ¡Comenzar a jugar!
- 5) Reparte 1 cartones a cada integrante de la familia.
- 6) Un integrante de la familia debe sacar los cuadritos con los números de la bolsa o caja y decirlo en voz alta.
- 7) Marcar con un círculo de color el número que sale y que se encuentre en tu cartón. Ganará el primero que complete el cartón.



Día 8: Artes Visuales.

- 1) Invitar a un miembro de tu familia a trabajar contigo. Observar los PICTOGRAMAS. Luego dibujar en una hoja n° 5 blanca. Pintar las imágenes con los materiales que tengas en casa (marcadores, crayones, fibras, lápices de colores, témperas, etc.). Deben respetar los colores y las gamas.



Día 9: Formación Ética y Ciudadana - Lengua.

- 1) Realizar el siguiente juego con todos los integrantes de tu familia.

E.E.E. Cura Brochero _ Taller de cocina sección “C” _ Áreas Integradas

CAMBIO DE ROLES.

_ Cada integrante de la familia deberá colocar en un papel su nombre y una tarea doméstica que realiza dentro del hogar como lavar los platos, cocinar, barrer etc.

_ Colocar todos los papeles en una bolsa negra para que nadie pueda verlos. Cada uno deberá sacar uno y compartirlo con el resto.

_ Durante el día deberán realizar las tareas indicada en cada papel.

La misión de este juego es desarrollar la empatía cuya finalidad es ponerse en el lugar del otro. Al finalizar, el juego comentar entre todos como nos sentimos en el rol que nos tocó desempeñar.



Día 10: Educación Física.

1) En un espacio de abierto de 5 metros marcar una línea de partida, delante de la línea de partida colocar cuatro botellas plásticas, alineadas y separadas un metro entre sí. Invita a los miembros de tu familia a participar de un juego de relevo. El primero sale de la línea de partida, pasa caminando entre las botellas y regresar al punto de partida, toma la mano de otro miembro de la familia y pasa entre las botellas como un trencito y vuelve al punto de partida, repite hasta que pasen todos. En el siguiente juego el primero se coloca un sombrero o gorra, pasa entre las botellas y regresa al punto de partida, le coloca el sombrero o gorra, a otro miembro de la familia y realiza la misma actividad. Pasar 4 veces cada uno. (2 veces por semana).

Seguir con juegos tradicionales y de mesa, con integrantes de la familia.

Directora: Analía Cáceres.