

Cura Brochero-T. Socializante-Socialización, Comunicación, Educ. Física, Artes Visuales.

Escuela: Cura Brochero.

Docentes: Coria Anabel, Carrión Giselle, Caravajal Gerardo.

Ciclo: Pre-Ocupacional.

Nivel: Educación Permanente de Jóvenes y Adultos.

Sección: Taller Socializante- Recreativo.

Área: Integradas

Año: 2020

Título: ¡Cuido mi Salud!

CONTENIDOS:

COMUNICACIÓN:

Calendario.

Efemérides: Día Mundial de la Salud.

Participación de conversaciones espontáneas e informales.

Interpretación y cumplimiento de órdenes.

Comprensión de instrucciones simples.

SOCIALIZACIÓN

Cuidado e higiene personal.

Alimentación: Preparación de una ensalada de frutas.

ARTES VISUALES:

Modos de organización en el plano- figura y fondo.

Docentes: Coria Anabel, Carrión Giselle, Caravajal Gerardo.

Cura Brochero-T. Socializante-Socialización, Comunicación, Educ. Física, Artes Visuales.

EDUCACIÓN FÍSICA:

Movilidad articular, acondicionamiento físico y esquemas motores básicos. Recreación

ACTIVIDADES:

Día 1: COMUNICACIÓN

1. En tu cuaderno escribe la fecha, y tus datos personales (nombre y apellido, DNI)
2. Buscar el calendario que pegaron en el cuaderno; en él van a:
 - Identificar el mes de Abril.
 - Colorear el Día Mundial de la Salud.
 - Encerrar con color los días de esta semana. (ejemplo 6,7,8 de Abril)
3. En familia leemos el siguiente texto.



4. Dialogamos en familia cuáles son los cuidados o consejos para estar sanos.
5. Dibujar en el cuaderno un hábito de higiene o escribe consejos para el cuidado de nuestra salud.

Cura Brochero-T. Socializante-Socialización, Comunicación, Educ. Física, Artes Visuales.

6. Realizar el calendario de higiene personal de este mes. (actividad de la guía 1)

ACTIVIDADES DE HIGIENE	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
Hoy Lave mis manos y cara al despertar							
Hoy Cepille mis dientes							
Hoy me lave las manos antes de comer							

(Agregar al calendario las siguientes actividades de higiene: Hoy me bañé solo, Hoy corte y limpié mis uñas de manos y pies)

Día 2: SOCIALIZACIÓN

Hoy vamos a realizar una rica ensalada de frutas.

- Con supervisión de algún familiar , realizar la siguiente receta:
- Previo a cocinar vamos a tener en cuenta las normas: antes, durante y luego de cocinar.

Ingredientes:

- ☞ 2 dos naranja.
- ☞ 2 dos banana.
- ☞ 2 dos manzana.
- ☞ Azúcar.
- ☞ Agua / jugo

Paso a paso:

1. Pelar y Picar las frutas en trocitos.

Cura Brochero-T. Socializante-Socialización, Comunicación, Educ. Física, Artes Visuales.

2. Agregar la fruta a un recipiente.
3. Colocar azúcar a gusto. Por último colocar agua o jugo de naranja y mezclar.



Paso 1



paso 2



paso 3

Día 3: EDUCACIÓN FÍSICA.

1)- Movilidad articular: en el lugar movilizar tobillo, rodilla, cadera, tronco, brazos, cuello. Poner música mientras realizo las actividades. (El monstruo de la laguna) -5 minutos-

2)-Desplazamientos: caminar hacia adelante, volver hacia atrás. Trotar hacia adelante y volver hacia atrás. Desplazarse lateralmente ida y vuelta. Trotar con rodillas arriba y volver con elevación de talones.-10 minutos-

3)- Usando una colchoneta o colcha vieja colocada en el suelo, realizar una serie de abdominales (5), espinales (15), flexiones de brazos (5). -10 minutos- Luego ejercicios de elongación. Grupo E, estando acostado con una pelotita tocarse las diferentes partes del cuerpo con mano derecha, luego con mano izquierda. (Frente, nariz, orejas, hombros, codos, cadera, estómago, pecho, rodillas, tobillos, pie).-

4)- Juegos: colocar 5 botellas plásticas en una misma línea, desde otra línea a 5 metros correr y traer una por una. Repito 2 veces. Emboque: lanzar tapitas, pelotitas o piedritas, y embocar en algún recipiente (tarro de pintura, caja de cartón).- 10 minutos- Seguir con juegos tradicionales y de mesa, con integrantes de la familia.-

Nota: acondicionar el patio trasero de la casa, para realizar las actividades.

Cura Brochero-T. Socializante-Socialización, Comunicación, Educ. Física, Artes Visuales.

ARTES VISUALES

✓ Los alumnos en compañía y con asistencia de algún familiar deberán realizar un dibujo de su figura corporal con sus particularidades, como color de cabello y el largo, si utiliza lentes, etc., muy simple con pocos elementos pero utilizando todo el espacio gráfico (hoja n°5 de color blanco), en el caso de que el alumno no logre dibujarlo el familiar que acompañe y asiste al alumno puede realizarlo por él, para que así el alumno lo pueda pintar libremente con los materiales que posean en el hogar (lápices de colores, crayones, marcadores, etc.). el fondo del dibujo lo pintarán con un solo color a elección del alumno.

Es importante para esta actividad remarcar la limpieza del área de trabajo y el orden, una vez que se finalizó la actividad es muy importante el lavado de manos y la limpieza del área donde se trabajó.



Directora: Analía Cáceres.