

E.E.E. “Múltiple de Valle Fértil y Anexo Astica” / Habilidades Básicas I e Inserción Laboral de Jóvenes y Adultos

Escuela: E.E.E. “Múltiple de Valle Fértil y Anexo Astica”

Equipo de Conducción: Lic. Mónica Martínez (Directora)

Docente: Prof. Valeria Fernández

Sección: Habilidades Básicas I / Inserción Laboral de Jóvenes y Adultos– Anexo Astica

Turno: Mañana

DÍA 1 (Lunes 06/04):

El 7 de abril, el mundo celebra el “Día Mundial de la Salud” en conmemoración del aniversario de la creación de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Ese día, en todos los rincones del planeta, cientos de eventos conmemoran la importancia de la salud para una vida productiva y feliz. Por lo tanto, se propone a los alumnos trabajar durante esta semana diferentes y valiosos hábitos saludables.

Título: “*El cuidado de mis dientes*”

Áreas Integradas:

- ✚ Ciencias Sociales: Efemérides: “7 de Abril, Día Mundial de la Salud”.
- ✚ Ciencias Naturales: Hábitos saludables: el cepillado de dientes
- ✚ Matemática: Conteo y designación oral los números hasta 10.

Actividades:

1. Buscá en Youtube, con ayuda de un adulto, el DVD: “Dr. Muelitas y el reino de los dientes” y miralo con mucha atención.
2. Abordar el tema de la higiene bucal en casa, teniendo en cuenta los alimentos que son dañinos para nuestros dientes. Conversamos: ¿De qué se trataba el video? ¿Cómo hay que cepillarse los dientes? ¿Por qué y para qué hay que hacerlo? ¿Cuántas veces por día? ¿Cada cuánto se cambia el cepillo? ¿Por qué? ¿Qué alimentos son perjudiciales para los dientes?
3. Observá, con ayuda de mamá o papá, tu boca por dentro con un espejo, reconociendo sus diferentes partes.

E.E.E. “Múltiple de Valle Fértil y Anexo Astica” / Habilidades Básicas I e Inserción Laboral de Jóvenes y Adultos

4. Luego, en familia y utilizando material reciclable que tengas en casa, arma una maqueta de la boca y sus partes (labios, dientes, muelas, lengua, paladar, etc.) para practicar a diario el cepillado de dientes. Aquí te dejo un ejemplo realizado con recortes de botellas, cartones de huevos y pedacitos de telgopor, que puede servirte de guía:



5. A continuación, con un marcador oscuro enumeramos cada uno de los dientes de nuestra maqueta y realizamos juegos matemáticos en familia: por ejemplo contando los dientes, jugando con el anterior y posterior de cada número, tapando algunos dientes y descubriendo cuáles faltan, etc.
6. Y ahora sí, ¡¡a jugar practicando el cepillado de dientes!!

DÍA 2: (Martes 07/04)

Título: “¡Sanos y fuertes!”

Áreas Integradas:

- ✚ Ciencias Sociales: Efemérides: “7 de Abril, Día Mundial de la Salud”.
- ✚ Ciencias Naturales: Alimentación saludable: hábitos de una buena alimentación
- ✚ Lengua: El texto instructivo: la receta

Actividades:

1. En familia, conversar sobre las ideas previas de los chicos sobre los alimentos: detectar necesidades, intereses, falta de buenos hábitos alimentarios que tenemos en casa.

E.E.E. “Múltiple de Valle Fértil y Anexo Astica” / Habilidades Básicas I e Inserción Laboral de Jóvenes y Adultos

- Recordá y practicá, con ayuda de mamá y papá, hábitos alimenticios de casa como por ejemplo, asearnos y sentarnos para disfrutar de la comida, normas correctas para comer en la mesa (así como el manejo adecuado de los cubiertos), etc.
- Observá la siguiente imagen y charlá con tus papás sobre la importancia de los alimentos, así como una buena alimentación diaria.



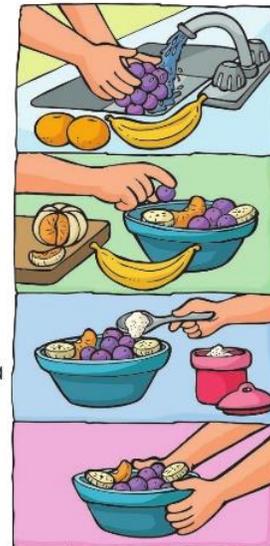
- A continuación y para tener mucha energía, elaborá una rica “ensalada de frutas” para compartir. Para hacerla, seguí las siguientes instrucciones:

Receta: Ensalada de frutas



Preparación

1. **Lava** muy bien las frutas. **Pela** los plátanos y las mandarinas.
2. **Desprende** las uvas y los gajos de las mandarinas. **Corta** el plátano y **pon** todo en un recipiente.
3. **Añade** azúcar, canela y limón al gusto.
4. ¡Ya está lista la ensalada de frutas!



NOTA: Recordá que púedes elaborar esta receta con la frutas que más te guste. Buena suerte y a disfrutarla en familia!!

MÚSICA:

1. Hacemos el precalentamiento que aprendimos en clases de nuestro cuerpo y nuestra voz.
2. Practicamos el Himno de Malvinas, escuchándolo del link: <https://m.youtube.com/watch?v=zemml-e8e94> 🎬 MARCHA DE LAS MALVINAS (CANTADA)
3. Colorea las figuras musicales:



EDUCACIÓN FÍSICA:

1. Trotar: Naturalmente, adelante, atrás. A la orden: estar sentado y pararse, volver a sentarse, acostarse y pararse, arrodillarse y pararse.
2. Correr al ritmo de la música y hacer estatuas cuando se detenga la música.
3. Con una botella chica: desplazarse con la botella en el hombro, luego sobre la cabeza, sobre el pie, entre las rodillas. Salto por encima de la botella, salto con un pie, con dos, adelante y atrás, a la derecha e izquierda.
4. Lanzar la botella: Lanzar con dos manos y dejar caer. Lanzar arriba, adelante, cerca, lejos, alto. Lanzar con una mano hacia arriba y aplaudir hasta volver a tomarla con manos, lanzar hacia arriba y girar.
5. Puntería: lanzar la botella dentro de un cajón caja o balde, lanzar la botella desde lejos.
6. Juegos: Jugar a la escondidas, jugar a la pilladita, a la congeladita.
7. Vuelta a la calma: Ponemos música respiramos profundo, elongación de piernas brazos y cuello

DÍA 3: (Miércoles 08/04)

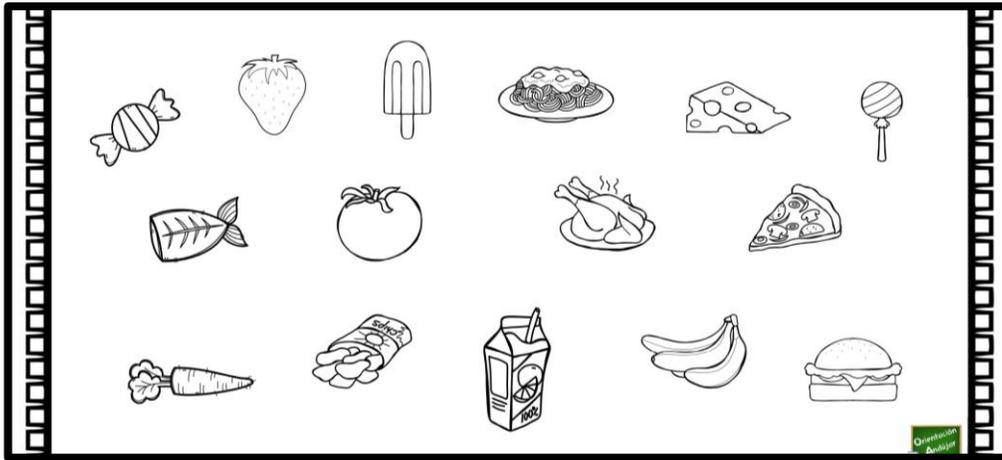
Título: “Alimentos sanos y no tan sanos”

Áreas Integradas:

- + Ciencias Sociales: Efemérides: "7 de Abril, Día Mundial de la Salud".
- + Ciencias Naturales: Alimentación saludable: alimentos saludables y no saludables

Actividades:

1. Coloreá, con ayuda de un miembro de la familia, de **VERDE** los alimentos saludables y de **ROJO** los alimentos no saludables en la siguiente imagen:



2. Confeccioná, con materiales que tengas en casa, un **RECETARIO** con las recetas favoritas de tu familia. Puedes incluir recortes de revistas, dibujos realizados por los miembros de la familia, fotos, etc.

TEATRO:

1. Postura física:

Para esta actividad se necesita que un integrante de la familia colabore. Para realizar los siguientes ejercicios. Se pide que hagan estos ejercicios a diario para reforzar postura y tonificar músculos.



a) Con las piernas y abiertas a la altura de la cadera. Levantar los brazos hacia adelante y tomar las manos de la alumna. Estirarse hacia adelante para poder estirar bien la columna. Y contar de manera pausada hasta 10. Siempre acompañando con la respiración.

a) El siguiente ejercicio, bajarán el torso, formando una mesita con la espalda, y se tomarán de los brazos para no perder el equilibrio. Es muy importante llevar bien la cola hacia atrás y hacer fuerza con el abdomen. Se mantiene en la postura contando hasta 10. Y respirando siempre después de cada ejercicio.



PSICOMOTRICIDAD:

Juegos con elementos: “Globos de cumpleaños”:

1. Con ayuda de un familiar o varios, inflar los globos y luego dejar salir el aire tratando de hacer ruidos con los globos. El chico tiene que participar y divertirse con los juegos.
2. Luego, atar los globos y realizar distintos tipos de juegos como mantenerlos en el aire golpeándolos con la mano, primero con un globo, luego con varios, tratar de pegarles con los pies o soplando los globos y mantenerlos en el aire lo más que se pueda.
3. También, hacer equilibrio poniendo el globo en la mano y correr, otra sería colocar el globo entre las rodillas y hacer carreritas con un familiar, jugar a vóley o fútbol con el globo, etc.
4. Hacer relajación, enseñándole a respirar pausado y realizar elongaciones de los músculos.

NOTA: Queridas familias, recuerden que cada una de las Guías Pedagógicas enviadas de forma impresa y digitalmente, será evaluada con nota por los docentes y por Dirección al reiniciarse las actividades escolares normales. ¡Muchas gracias! La seño.-

¡Todo el éxito del mundo, mis chicos! Los extraño y espero podamos reencontrarnos pronto.