

“CUERPO SANO...MENTE SANA”

Escuela de Educación Especial Múltiple de Angaco.

Docente: Andrea Sánchez.

Sección: Pre Ocupacional “B”.

Turno: Mañana.

Título de la propuesta: “Cuerpo sano...mente sana”



**Consigna:** Día 1

**Área:** Habilidades Conceptuales. Ciencias Naturales.

**Una alimentación equilibrada y sana permite una mente saludable. Una buena alimentación te ayuda a crecer, a tener fuerzas y evitar que te enfermes.**

1-Observa las siguientes imágenes.



2-Recorta y pega en tu cuaderno 3 alimentos que consideres saludables para tu cuerpo.

3-Encierra en círculo, los alimentos saludables.

YOGURT	PESCADO	GASEOSAS	HUEVOS	CARNES
PANCHOS	QUESOS	CHIZITOS	POLLO	FRUTAS

**Área:** Artes Visuales. "Color- Las texturas".

#### Actividad 1 "DECORAMOS FRASCOS"

Materiales: frascos en desuso. Desarrollo: colocar los frascos con sus respectivas tapas en un balde con agua, dejar un día en agua. Sacar del agua y lavar con detergente, quitarle los papeles en el caso de que tengan adhesivos. Dejar secar.

#### **Consigna: Día 2**

**Área:** Habilidades Conceptuales. Lengua.

1-¿Qué almorzaste hoy?

2-Copia o dibuja en tu cuaderno la receta de lo que almorzaste (ingredientes y pasos).

**Área:** Carpintería. "Especiero".

1-Realizamos con la ayuda de un mayor, un especiero. Para realizar el especiero, necesitamos un centímetro, lija, serrucho o sierra, clavos y martillo.

2-Buscamos algún pallet que no sirva o que te puedan regalar.

\*Lo desarmamos y utilizamos las tablas del mismo.

\*Cortamos 5 tablas de 50 centímetros que servirán para el fondo y los laterales, y 4 tablas de 30 centímetros, que sirvan para la parte superior, inferior y estantes.



#### **Consigna: Día 3**

**Área:** Habilidades Conceptuales. Ciencias sociales

**Escuela Educación Especial Múltiple de Angaco – Pre Ocupacional “B”– Habilidades Conceptuales – Socialización – Para el Trabajo - Carpintería – Artes Visuales.**

1- ¿Dónde guardamos estos alimentos? Marca con una X.

ALIMENTOS.	HARINAS	QUESO	LECHE	CARNES	FRUTAS	AZÚCAR	YOGURT
DENTRO DE LA HELADERA.							
EN OTRO LUGAR DE LA COCINA.							

**Área:** Carpintería. “Especiero”.

3- Una vez cortadas, lijas cada tabla dándole una superficie lista para pintar.

4-Empezamos el ensamble, con clavitos o con pegamento de carpintero, nos ayudarán para que tenga mayor firmeza.



**Consigna: Día 4**

**Área:** Habilidad Conceptual. Matemática.

1-Completa el cuadro haciendo una X en los casilleros correctos.

2-¿Cómo los compramos? Mira los productos que tengas en casa o preguntas a mamá.

3-Dibuja el billete o escribe el precio de lo que cuesta (aproximadamente)

ALIMENTOS	KILO (kg)	METRO (m)	LITRO (l)	GRAMOS (g)	PRECIO \$\$
 CARNES					

 JUGO					
 FRUTAS					
 ACEITE					
 PAN					

**Área:** Artes Visuales. “Color- Las texturas”.

Actividad 2

Materiales: frascos limpios, cartón duro, o placa de radiografía. Desarrollo: recortamos formas sencillas en el cartón o placa, por ej. Corazón, estrellas, triángulos, etc. Preparamos la pintura y tenemos una esponja a mano. Colocamos la forma recortada sobre el frasco, sostenemos con un dedo la forma de cartón y con la esponja pintamos dando golpecitos por el borde de la forma.

**Consigna:** Día 5 - **Área:** Habilidad Conceptual. Ciencias Naturales.

**Recuerda tener el hábito de higienizar cada alimento que consumes y el procedimiento antes de su preparación.**

1-Ordena las secuencias.



Lavado de manos.



Selección y compra.



Lavar antes de consumir.

**Área:** Carpintería. "Especiero".

5- Una vez terminado lo pintamos con el color que más nos guste y mandamos una foto para ver cómo quedó.



**Consigna:** Día 6

**Área:** Habilidades Conceptuales. Matemática.

**Para saber la hora, debes diferenciar el tiempo de mañana, siesta, tarde, noche y madrugada.**

**Observa, a quién haga de comer en casa, el tiempo que demora en hacer el almuerzo o la cena.**

1-Dibuja relojes y marca la hora que: desayunas, almuerzas, meriendas y cena.

2- Unir con flechas.

DESAYUNO.

NOCHE

ALMUERZO.

MEDIO DÍA.

MERIENDA.

TARDE.

CENA.

MAÑANA.

**Consigna:** Día 7

**Área:** Habilidades Conceptuales. Formación Laboral.

Las emociones que sentimos según las situaciones son muchas, miedo, ansiedad, bronca, alegría, angustia, tranquilidad, etc. Y es necesario que sepas que todas las personas sentimos lo mismo en diferentes momentos según las circunstancias. Por ello, debemos aprender a controlarlas. Ya que las otras personas no nos conoce.

1-Como actuarías según estas situaciones. Puedes sentir más de una.

2-Unir según te sentirías.

TENER HAMBRE.	BRONCA
TENER SED.	MOLESTIA
TENER SUEÑO.	FASTIDIO
ESTAR SUCIO.	ENOJO

3-¿Las emociones que salen en el punto anterior son positivas o negativas? Colorea la cara según la respuesta.



**EMOCION POSITIVA**



**EMOCIÓN NEGATIVA**

4-Una vez que almorzaste, saciaste tu sed, dormiste bien, y luego de un baño. ¿Cómo te sientes? \_\_\_\_\_

**Consigna: Día 8 - Área: Seguridad e higiene.**

- ♥Lavarse las manos correctamente.
- ♥Las uñas deben estar cortas y limpias.
- ♥Usar gorro y el pelo recogido.
- ♥Lavar las frutas y verduras, antes de consumirla.



***“Es importante la higiene personal como los utensilios de la cocina donde realizaremos la actividad”.***

**Área:** Artes Visuales. . “Color- Las texturas” - Actividad 3

Materiales: frascos limpios, plasticola, diario.

Desarrollo: teñir una hoja de papel con té. Dejar secar. Cortar a medida del alto del frasco. Colocar plasticola en todo el frasco, como pintándolo, cubrir el frasco con la hoja del diario teñido. Dejar secar, cortar el borde sobrante del papel.

**Consigna:** Día 9.

Área: Habilidades conceptuales. Ciencias Sociales.

**RECORDANDO AL MAESTRO DE AMÉRICA, “DOMINGO FAUSTINO SARMIENTO”.**



**Domingo F. Sarmiento nació en la provincia de San Juan un 15 de febrero de 1811. Su padre, Clemente Sarmiento era militar. Su madre, Paula Albarracín de Sarmiento, ama de casa. Domingo fue excelente estudiante desde muy pequeño. Su amor por la patria lo impulsó a destacarse como maestro, minero, periodista, escritor, militar, político, gobernador de San Juan (1862), embajador de Estados Unidos, presidente de Argentina (1868-1874), senador nacional, ministro de interior, supervisor general de escuelas, fue fundador durante su gestión como presidente y su objetivo fue que la población recibiera educación gratuita. Falleció un 11 de septiembre de 1888.**

1-En casa, alguien te deberá leer el texto sobre la vida y obra del Prócer

2-Dibuja en tu cuaderno, lo que más te inspira del Prócer.

**Consigna: Día 10**

**Área:** Habilidades Conceptuales. Formación Laboral.

1-Subraya la conductas correctas.

- ❖ Lavarse las manos antes de cada comida.
- ❖ Higienizar tus dientes.
- ❖ Tocar los alimentos con las manos sucias.
- ❖ Respetar horarios de descanso.
- ❖ Hablar con la boca llena de alimentos.
- ❖ Ayudar en casa con el orden diario.

**Área:** Artes Visuales. “Color- Las texturas”.

Actividad 4

Materiales: tapas de los frascos decorados.

Desarrollo: con lanas decorar la tapa. Formando un caracol. Si tenemos pintura podemos pintarlas o forrarlas con tela. Así quedarán listos los frascos para nuestras conservas.

Equipo de Conducción:

-Directora: Patricia Aguirre

Vicedirectora: Maria Cristina Dominguez