

Escuela de Educación Integral para Adolescentes y Jóvenes con Discapacidad Prof. Ivonne Barud de Quattropani

Docente de Grado: Elina Bustamante

Docente de especialidad en Tecnología: Viviana Bardía

Docente de Educación Física: María Eugenia Stolzing

Docente de Psicomotricidad: Andrea Gómez

Docente de Música: Natalia Coria

Docente de Teatro: Vanesa Ríos

Celador: Rita Navarro

Sección: Taller de Cocina

Ciclo: Orientado

Nivel: Adolescentes y Jóvenes con Discapacidad

Turno: Mañana

Primer día

Área curricular: Historia y Lengua

Título de la propuesta: Derechos de las personas con discapacidad

-En familia leer y analizar los derechos que tenemos como personas para lograr una vida autónoma.

¿Sabes cuáles son tus derechos?

No sufrir discriminación.

Asignación por hijo/a, sin límite de edad.

Educación gratuita y de calidad.

Inserción laboral en organismos y empresas

Jubilación sin límite de edad.

Pensión por invalidez no contributiva.

Prioridad en acceso a la vivienda.

Accesibilidad que permita transitabilidad urbana.

Estacionamiento libre.

Viajar gratis en transporte público.

Exenciones de pago: de peajes, de patentes de automotor.

Franquicia tributaria en adquisición de automóviles.

Cobertura integral 100% en obras sociales y prepagas.

Servicio de telefonía para personas hipoacúsicas.



Área curricular: Educación Física

Título de la Propuesta. ¡Vamos a Jugar!

“En el hombre auténtico siempre hay un niño que quiere jugar”

“Juegos tradicionales”: Reúnete en familia. Habla con tus papás, tíos o abuelos ¿A que jugaban ellos cuando tenían tu edad? ¿Cuáles eran los juegos que más disfrutaban?

Puedes escribirlos y anotar sus reglas. Luego pueden jugar a uno que elijan. Hay muchísimos: La taba, el tejo, la payana, los volantines, el balero.

Segundo día

Área curricular: Biología

Título de la propuesta: Investigar

- Observar las imágenes ¿qué son?
- ¿Cuales consumes en tu hogar?
- Hacer una lista con las LEGUMBRES de la imagen.



Área: Psicomotricidad

Título de la Propuesta: Mis flores primaverales Contenido: Motricidad Fina.

1-Buscar en casa tubos de cartón, temperas, pinceles, tijera, cinta adhesiva y palitos broches. Si queremos hacer una flor más cerrada y pequeña utilizaremos un tubo de un rollo de papel higiénico, y si queremos hacer una flor más grande y abierta será mejor usar un tubo de rollo de papel de cocina. Pintar los tubos de varios colores. Dejar secar.



2- Para hacer la flor aplastaremos el tubo y cortaremos líneas paralelas sin llegar hasta el final. Una vez tengamos el tubo recortado, pondremos cinta adhesiva y pegaremos enrollando sobre un palillo de madera. A continuación, puedes ver el paso a paso <https://www.youtube.com/watch?v=u6IXL4IB5sQ>

Tercer día

Área curricular: Formación Laboral

Título de la propuesta: Cocinamos con legumbres “hamburguesas de lentejas”

Preparamos unas ricas y saludables hamburguesas.

Ingredientes:

- 250 gr de lentejas hervidas
- 50 gr de harina de trigo
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo picados



Escuela de Educación Integral de Adolescentes y Jóvenes con discapacidad Prof. Ivonne Barud de Quattropani- Cocina – Áreas Integradas

- 1 zanahoria rallada
- Sal al gusto
- Perejil picado
- Aceite de oliva

Consejos: también se puede usar pan rallado para rebozar las hamburguesas

1-Poner las lentejas de remojo durante unas 4 o 5 horas.2- Cocer las lentejas y colarlas para quitarles todo el líquido.3- Cuando las lentejas estén secas, verterlas en un bol y con la ayuda de un tenedor, batir las lentejas hasta conseguir una pasta.4- En otro bol, mezclar la cebolla y los ajos muy bien picados, la zanahoria rallada, la sal, el perejil y la harina.5- Verter esta mezcla a la pasta de lentejas y mezclar bien para que se forme una masa.6- Mientras tanto, poner aceite para calentar en una sartén.7- Formar las hamburguesas con la mano. Si ves necesario, pasarlas por pan rallado.8- Freír las hamburguesas por ambos lados .9- Y aquí tienes nuestras hamburguesas. Para acompañarlas, nada mejor que una buena ensalada de lechugas y tomates. ¡¡Qué rico!!

Área: Música

Título de la propuesta: “Tendencias musicales de las redes sociales”

¿Qué es y en qué consiste Tik Tok? Es nueva aplicación de creatividad audiovisual con millones de usuarios en todo el mundo. En Tik Tok la clave son los vídeos musicales. La aplicación está llena de vídeos de unos pocos segundos en los que los usuarios bailan, cantan, o juegan con música de fondo y, claro, los más creativos son los que más likes (o me gusta) se llevan. Entre los usuarios se van creando modas y, aunque muchos intentan crear coreografías originales, la mayoría sigue las **tendencias o challenge** e intentan conseguir el estilo o baile del momento. Los más populares se repiten y todo el mundo imita.

1. Observa el siguiente video “tik tok” <https://youtu.be/gqqQl3vhcfM>
2. Ensaya la coreografía del video.
3. Utiliza la música propuesta en el video para ensayar una coreografía alternativa libre.

Cuarto día

Área curricular: Formación laboral

Título de la propuesta: Cocinamos galletas de LENTEJAS

Preparar unas ricas galletas.

Ingredientes

180 g de lenteja cocida, 225 g de manteca
200 g de azúcar ,1 huevo,1 cda esencia de vainilla,
330 g de harina de avena,75 g de harina de trigo,½ cda de sal.

Elaboración:

*1Precalentar el horno a 180°C.*2Triturar las lentejas hasta convertirlas en un puré.*3Batir la manteca y el azúcar. Añadir el huevo, seguir batiendo e incorporar la vainilla y el puré de lentejas.*4Mezclar a parte la harina de avena con la harina de trigo y la sal.*5Mezclar los



ingredientes secos con los húmedos.*6Estirar la masa y enfriar.*7Cortar las galletas y hornear durante unos 12 minutos o hasta que estén doraditas.*8Espolvorear con azúcar impalpable.

Área: Teatro

Título de la propuesta “Está llegando la primavera y la recibimos con música y color “.

Contenido: Expresar intenciones con gestos y/o movimientos.

La época más linda del año está llegando, con un poco de música, color y alegría la vamos a recibir de la siguiente manera. Buscar un espacio amplio en la casa, con el equipo de música que dispongan, buscar música reguetón o el link que envió la profe de música. Posteriormente para el vestuario si tenemos un pantalón azul con una remera azul, roja, verde, blanco etc. cuando este todo listo. ¡¡¡¡¡¡a bailar!!!!!! practicando la coreografía que envió la profe de música.

Quinto día

Área curricular: Comunicación y participación social

Título de la propuesta: Participar en el concurso de la primavera

Para este día de la Primavera les pediremos que envíen una foto de ustedes al grupo de whatsapp del taller. Tener en cuenta las flores realizadas en la clase de Psicomotricidad.

Seguir los siguientes pasos:-Buscar la camarita del celu

- Mirar la pantalla y “clic”
- Elegimos la que mas te guste
- En el grupo de COCINA compartirla



¡ Participemos del concurso con las fotos de los chicos de toda la escuela!

A DIVERTIRSE Y PASARLA GENIAL!!!

Área curricular: Autonomía Personal-Habilidades relacionadas con la limpieza en el hogar.

Título de la propuesta: Mi habitación limpia.

1-Observar atentamente el paso a paso y leer con ayuda.

- Abre las persianas y cortinas para dejar entrar luz y aire.



- Empieza por tirar la basura.



- Limpia el desorden.





- Utiliza el cepillo para barrer tu habitación.



- Usa el plumero para sacudir.



- Usa un limpiador de vidrios para frotar las ventanas y el espejo.
- Limpia interruptor de luz y manija de la puerta con un desinfectante en aerosol.



- Haz que la habitación tenga buen olor.



- Ordena tu ropa.



- Tiende la cama.

Sexto día

Área curricular: Biología

Título de la propuesta: Conocemos sobre los beneficios de las legumbres.

-Leer el texto sobre los beneficios de las LEGUMBRES

-Nos proponemos como familia consumir al menos 2 veces a la semana.

¿Las legumbres son buenas para nuestra salud?

La pregunta es fácil de responder. **Las legumbres son un alimento muy bueno para nuestra salud.** Consumiendo legumbres hacemos que nuestra alimentación sea equilibrada y muy sana. **Hay quien las llama “el superalimento”.** El beneficio más destacado es que las legumbres **son muy completas.** Están compuestas por nutrientes y vitaminas que enriquecen nuestro organismo. Otro de los beneficios de las **legumbres son sus bajas calorías, lo que hacen que sean un alimento perfecto para adelgazar.** A esto ayuda, además, que **sacien**

rápido y que su digestión sea larga y la sensación de hambre tarde al llegar. Esto se resume en que nos llenamos más, aunque comamos menos. Las legumbres tienen poca grasa, lo que **nos ayuda a preparar nuestro organismo frente a enfermedades cardiovasculares**. La fibra que contienen las legumbres no solo favorece el tránsito intestinal, sino que **controla los niveles de azúcar y colesterol en sangre**. Aportan tanta energía y proteínas vegetales al organismo como un filete de ternera, y con mucha menos grasa. Más allá del valor nutricional, **las legumbres son un alimento muy barato**. Con poco dinero podemos diseñar un menú que nos hace comer bien y que nos nutramos lo suficiente. También son muy versátiles. **Existen cientos de recetas protagonizadas por legumbres**. Además, se pueden combinar con otros muchos alimentos, desde cereales hasta verduras y carne.

¡Y no nos podemos olvidar de lo buenísimas que están!

-Ahora les pedimos que en el grupo de whatsapp nos envíen diferentes recetas que hicieron en casa para consumir legumbres.

Área: Educación Física.

Título de la Propuesta ¡Vamos a jugar en familia! “La pelota y la toalla”

Participan dos jugadores, que han de ubicarse frente a un aro, sostenido por otro jugador (si no hay uno en casa, puedes armarlo con ayuda con plástico o alambre), detrás de una línea marcada en el piso, sujetando entre los dos extremos una toalla o tela que la pueda sustituir.

El juego consiste en lanzar una pelota, moviendo la toalla, para que pase por el aro. Puntuación: 1 punto, si la pelota toca un tablero dibujado en la pared, 2 puntos, si toca el aro, 3 puntos, si logran encestar. Pueden participar cuatro jugadores distribuidos en equipos de dos y hacer un campeonato.

Actividad N° 2 “La cadena”

Pueden intervenir cuantos jugadores lo deseen, distribuidos por sorteo en dos equipos iguales. Los equipos forman dos filas paralelas de jugadores. Los que están situados en el primer lugar de la fila de cada equipo tienen que dar un salto con los pies juntos, los segundos saltarán después, pero desde el punto de aterrizaje de los primeros. Y así sucesivamente, hasta que hayan avanzado todos. Ganará el equipo que haya avanzado más.

Séptimo día

Área curricular: Biología

Título de la propuesta: Llego la Primavera .

-Leer información sobre las estaciones del año:

¡¡MES DE LA PRIMAVERA!!

Es una de las cuatro estaciones de las zonas templadas del planeta tierra, sigue al invierno y esta antes del verano. El origen de la palabra proviene de primer verdor, relacionado a los brotes de flores y plantas.

Observar las plantas de nuestro patio, mirar los árboles ¿Qué cambios observamos?

Escuela de Educación Integral de Adolescentes y Jóvenes con discapacidad Prof. Ivonne Barud de Quattropani- Cocina – Áreas Integradas

¿Qué te gusta de la primavera? Nos preparamos para el concurso primaveral de la escuela.

¿Pensaste que ponerte? NO TE OLVIDES DE SACARTE LA FOTO Y ENVIARLA AL GRUPO DE WHATSAPP para participar .

Área: Psicomotricidad

Título de la Propuesta: Mis flores primaverales Contenido: Motricidad Fina

Buscar un recipiente y decorar,

Podemos usar la técnica de maceta de la guía anterior.

Llenar la maceta con arena para que tenga peso y podemos colocar allí las flores que realizamos con anterioridad y decorar con piedritas pequeñas, pintar y dar color. Las flores te pueden servir para el concurso de la primavera.



Octavo día

Área curricular: Formación Laboral

Título de la propuesta: Cocinamos ensalada ENSALADA GARBANZO Y ATUN

Preparamos una rica ensalada primaveral

INGREDIENTES: -garbanzos-atún-huevos-tomate-cebollita de verdeo-aceitunas

PROCEDIMIENTO:

- Hervir los garbanzos y los huevos
- Picar el tomate y la cebolla
- Mezclar y agregar el atún escurrido
- Aderezar a gusto
- Disfrutar en familia



Área: Música

Propuesta de trabajo: “Concurso de tik tok primaveral”

1. Ensayar la coreografía aprendida la clase anterior.

Con ayuda de un adulto graba y envía tu video tik tok a la docente de música para participar en concurso de “Tik Tok Primaveral”. Optativo para los alumnos que quieran participar:

WhatsApp: 2645581200. ¡Esperamos tu propuesta! FECHA LIMITE: 28/09

Noveno día

Área curricular: Lengua

Título de la propuesta: Datos personales

Registrar en el cuaderno los datos personales teniendo en cuenta la ficha personal de cada uno elaborada en el Taller (taller-nombre y apellido-fecha de nacimiento-DNI-domicilio-teléfono-firma).

Realizar actividades al aire libre es altamente beneficioso para la salud y el bienestar de una persona. El color verde de la naturaleza, de alguna manera aumenta la motivación en las personas, y ¿qué mejor momento para disfrutar de la naturaleza que en la primavera?

-Realizar un listado con actividades que nos permite el clima templado característico de la PRIMAVERA, por ejemplo: actividades al aire libre. (nuestro patio) Averiguo lo que está permitido en este tiempo tan especial que estamos todos viviendo.

Área: Teatro

Título de la propuesta: “Una flor, una sonrisa y una foto “.

Contenido: Valorar el cuerpo como instrumento de trabajo en su más amplio sentido.

La siguiente actividad es para divertirse, compartir con la familia y comunidad educativa. Lo que vamos a necesitar es: lindo vestuario primaveral, maquillaje y peinado para las chicas y buen peinado los varones, la cámara del teléfono y un lugar del hogar con buena luz, también podemos sostener un objeto, por ej.: las chicas una flor, un sombrero primaveral y los varones unos lentes de sol, teléfono o lo que quieran usar, con la ayuda de un familiar nos sacamos varias fotos, después elegimos la que más nos guste y enviamos solo una foto. Se la enviamos a la Señora.

Décimo día

Área curricular: Formación laboral

Título de la propuesta: LICUADOS PRIMAVERALES

Preparar un rico licuado para el día de la primavera.

Ingredientes:

- 4 bananas
- 1 litro de leche de vaca o vegetal 1 cucharadita de azúcar
- Hielo a gusto



Pasos a seguir para hacer esta receta:

Para que logremos el **licuado de banana perfecto** necesitaremos que las frutas estén en su estado óptimo. La cáscara debe ser amarilla. Una vez que tengas las bananas en su estado ideal llega el momento de ponerte manos a la obra. Corta las bananas con un cuchillo, no es necesario que sea en rodajas pues la licuadora las romperá con facilidad. Luego colócalas en la licuadora y añade la leche que puede ser de vaca entera o descremada, de soja, de almendras o la que más te guste. Y pasamos a agregar el hielo, que es clave para un licuado de banana perfecto. Es ideal que esté un poco roto porque de lo contrario podríamos romper la licuadora. Agrega el azúcar o el edulcorante y a licuar. La idea es que la textura del licuado sea suave, pero que a su vez quede un poco espesa por el hielo y, de ser posible, que también queden pequeños pedacitos de banana.

Área curricular: Autonomía Personal-Habilidades relacionadas con la limpieza en el hogar.

Título de la propuesta: Mi habitación limpia.

Escuela de Educación Integral de Adolescentes y Jóvenes con discapacidad Prof. Ivonne Barud de Quattropani- Cocina – Áreas Integradas

Practicar con ayuda de un familiar la limpieza y orden de mi habitación todos los días .
Escribir con ayuda los pasos en mi cuaderno.

**FELIZ PRIMAVERA Y DIA DEL ESTUDIANTE
TE DESEAMOS TUS SEÑOS
QUE TENGAS UN BUEN COMIENZO PRIMAVERAL!!!**

Directora: Marianela Camargo

Vice directora: Daniela Sirera

Escuela de Educación Integral de Adolescentes y Jóvenes con discapacidad Prof. Ivonne Barud de Quattropani- Cocina – Áreas Integradas