

Escuela: de educación Especial Carolina Tobar García

Docente: Cecilia Coronel – Silvana Rivero

Grado: Educación Integral de Jóvenes y Adolescentes

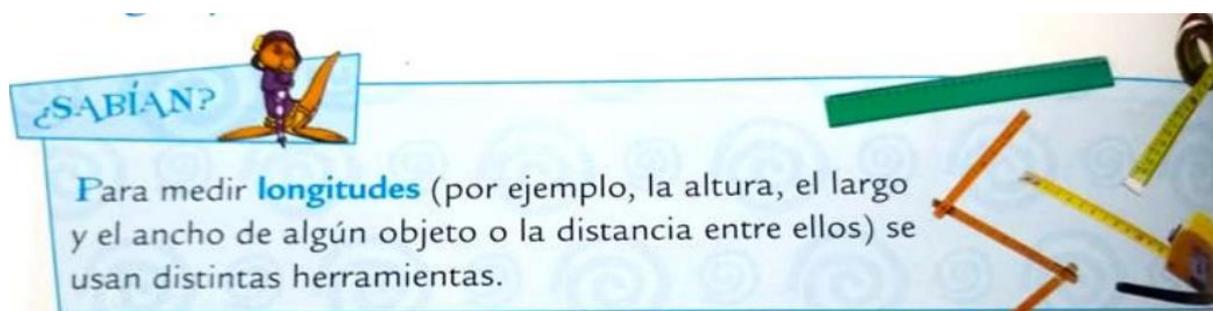
Turno: Mañana

Área curricular: Integradas

Título: **GUIA DE REPASO**

DÍA 1:

- 1- Con la ayuda del adulto que te acompaña, lee atentamente, recorta y pega esto en tu cuaderno. Puedes copiarlo



- ❖ La **longitud** se puede medir en **METROS**.
1 METRO SE ESCRIBE: 1m
- ❖ Pero si se quiere medir objetos más pequeños se utilizan **CENTÍMETROS**.
1 CENTÍMETRO SE ESCRIBE: 1cm
- ❖ Y si se quiere medir distancias muy grandes, se utilizan los **KILÓMETROS**.
1 KILÓMETRO SE ESCRIBE: 1KM

EDUCACION FÍSICA:

- **EXPLICACIÓN:** ENTRADA EN CALOR: MOVILIDAD ARTICULAR, DESDE ZONA ALTA HASTA ZONA BAJA, (BRAZOS, MANOS, CINTURA, PIERNAS, PIES). ENTRE 5 A 7 MIN.

REALIZAR: 15 ABDOMINALES 30" DE DESCANSO

15 ESPINALES 30" DE DESCANSO

10 FLEXO-EXTENCIONES PARA BRAZOS (LAGARTIJAS) 1' DE DESCANSO

TODO LO ANTERIOR ES UNA SERIE.

TRABAJO: DEBES REALIZAR EN TOTAL **5 SERIES**, RESPETANDO EL ORDEN DE LOS EJERCICIOS Y LOS TIEMPOS DE DESCANSO. **(NO HACER TODAS LAS ABDOMINALES SEGUIDAS, LUEGO LAS ESPINALES Y POR ULTIMO LAS FLEXO-EXTENCIONES).**

CAMBIAR LOS EJERCICIOS DE ABDOMINALES Y ESPINALES PARA NO REPETIR SIEMPRE LOS MISMOS.

LAS FLEXO-EXTENSIONES SI NO PUEDES REALIZARLAS A TODAS, COMPLETALAS AFIRMANDO LAS RODILLAS EN EL PISO.

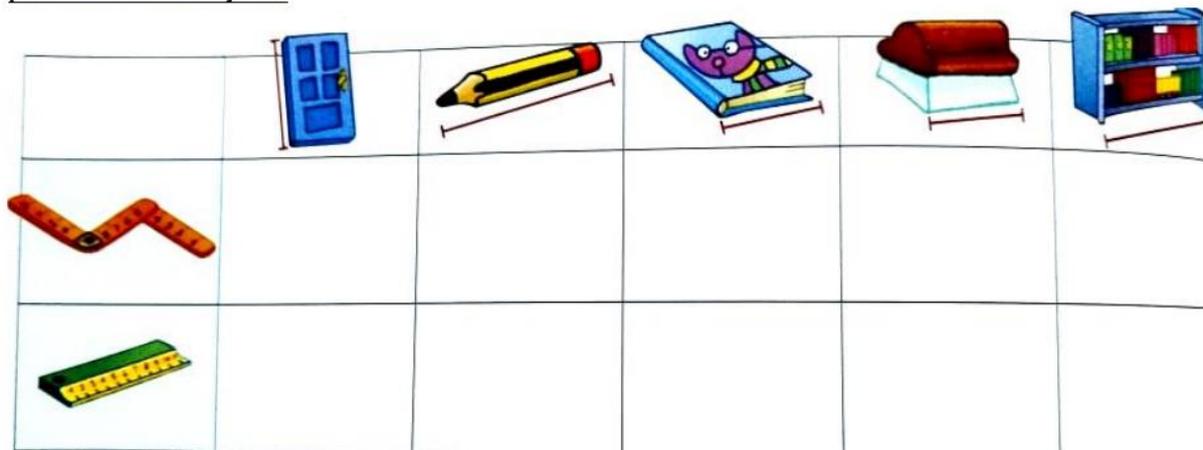
TROTE SUAVE: 1 MINUTO DE TROTE Y CAMINAR 30 SEGUNDOS, ESTO SE REPITE 6 VECES (EL TRABAJO DURARA 9 MINUTOS EN TOTAL).

ESTA RUTINA DEBES **REALIZARLA** LOS DIAS: **VIERNES, LUNES Y MIERCOLES.**

TERMINADA LA TAREA, DEBES EVALUAR EL TRABAJO REALIZADO DEL 1 AL 10, SIENDO 1 NO SENTI NADA FUE MUY FÁCIL Y 10 ESTOY TOTALMENTE CANSADO.

DÍA 2:

Teniendo presente lo leído, ahora completá el cuadro colocando una cruz en la herramienta que se utiliza para medir estos objetos.



TECNOLOGÍA:

LA HIGIENE EN LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS:

UNO DE LOS HÁBITOS MÁS IMPORTANTES PARA TRATAR ALIMENTOS ES EL CORRECTO LAVADO DE MANOS.

- 1) RESPONDE: ¿CUÁNDO CREES QUE DEBES LAVARTE LAS MANOS, ANTES DE ¿COCINAR O DESPUÉS DE COCINAR?

EL LAVADO DE MANOS DEBE HACERSE: CON JABÓN NEUTRO, AGUA CALIENTE Y LUEGO FRÍA. SECAR CON SERVILLETAS DE PAPEL O TOALLAS QUE SÓLO SE USEN EN LA COCINA.

- 2) OBSERVAR LA SIGUIENTE IMAGEN Y ESCRIBIR, CUALES SON LOS ELEMENTOS DE TRABAJO QUE USA ESTÉ COCINERO.



¡¡AHORA TENIENDO EN CUENTA LAS RECOMENDACIONES ANTERIORES A COCINAR!!

DÍA 3:

Completa las oraciones escribiendo centímetros, metros o kilómetros. ¡Tú puedes hacerlo!

LA RUTA MIDE 385.....

PARA HACER LAS CORTINAS DE SU CASA, MARIANA COMPRÓ 2..... DE TELA

MI REGLA MIDE 15.....

LUCAS CUANDO NACÍÓ, MIDÍÓ 48.....

UN ARCO DE FÚTBOL MIDE 7.... DE ANCHO.

CERÁMICA:

- Trabajar con masa de sal, (receta enviada en actividades anteriores): una vez realizada la masa le van a colocar témpera de color rojo o marrón y van a modelar un **mate** con la técnica de chorizo que se ense n  en el taller de cerámica. Pueden usar de modelo, algún mate que tengan en casa.

Ejemplos a trabajar:

Técnica de chorizo



DÍA 4:

 A medir! Con ayuda de un adulto recort  una tira (de papel o lana) que mida un metro. Luego buscó en la casa distintos objetos y medilos con la lana o la tira de papel, por último, complet  el cuadro escribiendo el nombre de los objetos según se indica, más de un metro, un metro o menos de un metro.

MENOS DE UN METRO	UN METRO	MAS DE UN METRO

CARPINTERÍA:

- Observar el video que aquí se comparte
- 2) Recolectar los materiales necesarios
- 3) Con la ayuda de los padres analizar y elaborar diferentes modelos con materiales con los que contemos en casa
- Pintarlo a gusto de cada uno
- Sacar una foto y enviarla a las se os

Referencia: <https://www.youtube.com/watch?v=T-5Zi2WLRog>

DÍA 5:

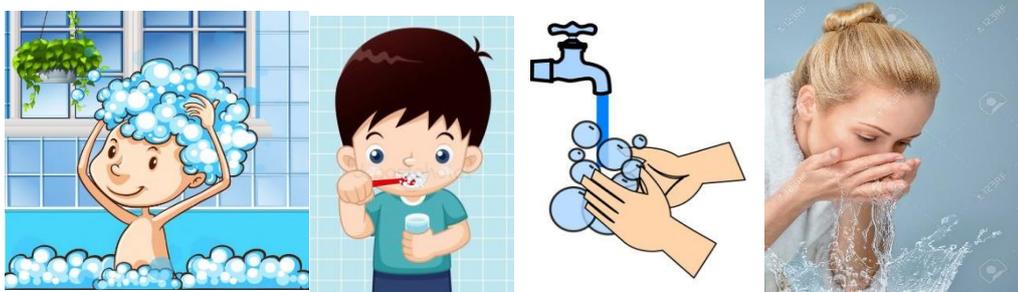
¡Nos medimos en familia! Escribí el nombre de los miembros de tu familia y luego medí la altura de cada uno.

MÚSICA:

1. Escuchar la canción “costumbres argentinas”
https://www.youtube.com/watch?v=hj9vRy_5rUg
2. Elegir tres costumbres argentinas y dibujar en el cuaderno
3. Escuchar y mirar el siguiente baile “invierno porteño” por Julio Bocca.
<https://www.youtube.com/watch?v=eS9c-cgwZOW>
Observar el estiramiento del cuerpo, el movimiento de los brazos y el apoyo en silla.
Expresar que impresión les causo, alegría, tristeza, gracia etc.

DÍA 6:

- Observa en familia las siguientes imágenes y conversen ¿Qué están haciendo? ¿Qué elementos utilizan? Etc.



- La higiene personal se refiere al cuidado y aseo consciente de nuestro cuerpo y es necesaria porque ayuda a prevenir el desarrollo de infecciones, enfermedades y malos olores.
- Busca en casa diarios y revistas y recorta elementos de higiene que usamos diariamente para higienizarnos como son: jabón, champú, dentrífico, etc.
- Pega en el cuaderno las figuras que encontraste. Puedes dibujarla

EDUCACIÓN FÍSICA:

ACTIVIDAD: HANDBOL Lanzamiento al Arco y Ritmo de tres tiempos.

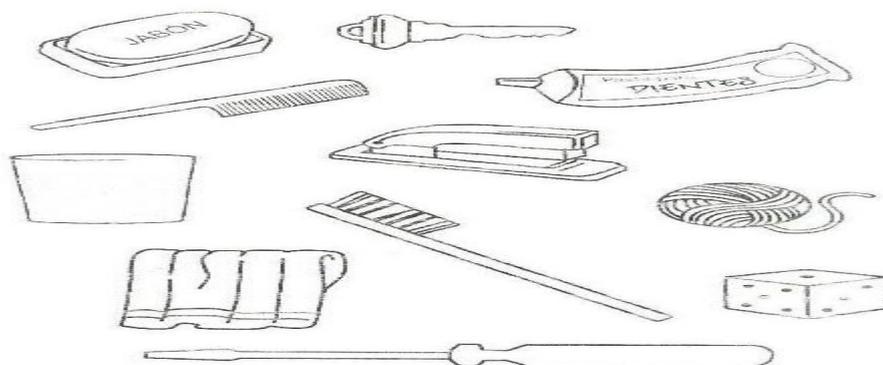
- Con cualquier pelota que tengas en casa, para entrar en calor hacemos pases con alguien de tu familia.
- ¡Ahora vamos a practicar lanzar la pelota con la mano como para hacer un Gol!
- Ahora damos tres pasos y recién lanzamos la pelota.
- Marcamos en el piso tres círculos, damos tres pasos pisando cada círculo, y antes de lanzar saltamos.



Juega con tu familia: Todos los jugadores se forman en fila frente a una pared, sobre la cual se dibuja un círculo. El primer jugador lanza la pelota por encima del hombro, sin que pique, contra el círculo en la pared, y se coloca al final de la fila. Todos los jugadores se van turnando para lanzar la pelota antes de ir corriendo al final de la fila. El jugador que no acierta al círculo o que no atrapa la pelota antes de que ésta pique dos veces resulta eliminado.

DÍA 7:

- Con ayuda de la familia lean el siguiente texto.
- El virus del Covid-19 es un virus que se contagia por medio de unas gotitas que salen de la nariz o la boca al momento de estornudar. Por ello debemos hacerlo en el pliegue del brazo para evitar que esas gotitas salten a otras personas u otros elementos que tengamos cerca y que alguien pueda tocar y contagiarse. Por eso la única forma de prevención que tenemos es el uso del barbijo, el lavado de manos en forma frecuente, uso de alcohol en gel, y sobre todo el distanciamiento social (separarse de las personas).
- Pinta los elementos que usamos para higienizarnos.



TECNOLOGÍA:

♥ FLAN CASERO:

INGREDIENTES: 8 HUEVOS, 1 TAZA DE AZÚCAR, 1 LITRO DE LECHE LÍQUIDA Y VAINILLIN

PROCEDIMIENTO: NECESITAS UNA BATIDORA O TAMBIÉN PUEDES HACERLO CON UN BATIDOR MANUAL.

COLOCAR LOS HUEVOS ENTEROS EN UN BOLS Y BATIR ENÉRGICAMENTE, HASTA OBTENER UNA ESPUMA, AGREGAR LA AZÚCAR DE A POCO Y CONTINUAR BATIENDO

LUEGO AROMATIZAR CON VAINILLIN Y POR ÚLTIMO AGREGAR LA LECHE, DEJAR DE BATIR.

EN UNA FLANERA COLOCAR AZÚCAR UNAS 5 CUCHARADAS Y COLOCAR DIRECTAMENTE AL FUEGO PARA REALIZAR EL CAMELO. CUANDO ÉSTE SE ENFRÍE Y ENDUREZCA, AGREGAR LA PREPARACIÓN, COCINAR A BAÑO MARÍA DENTRO DEL HORNO DE LA COCINA. COCINAR APROXIMADAMENTE UNA HORA. (BAÑO MARÍA SIGNIFICA COLOCAR UN RECIPIENTE DE METAL CON AGUA Y COLOCAR ADENTRO LA BUDINERA).

♡ MAYONESA CASERA CON LECHE.

INGREDIENTES: 1 TAZA CHICA DE LECHE LÍQUIDA

_____ 1 TAZA DE ACEITE DE GIRASOL, SAL Y JUGO DE LIMÓN.

PREPARACIÓN: COLOCAR EN UNA JARRA LA LECHE JUNTO CON EL ACEITE Y BATIR DESPACIO HASTA FORMAR UNA MEZCLA HOMOGÉNEA, AGREGAR LA SAL FINA UNA CUCHARADITA Y EL JUGO DE UN LIMÓN, CONTINUAR BATIENDO. SI NO LOGRAS LA CONSISTENCIA PODÉS AGREGAR UN POCO MÁS DE ACEITE.

¡¡¡ÉXITOS!!!! ¡NO OLVIDES ENVIAR UNA FOTO A LA SEÑO DE TUS TRABAJOS!

DÍA 8:

- Observa la siguiente imagen y conversen en familia ¿Cómo se realiza el lavado de manos? ¿Qué elementos necesitamos para lavarnos las manos? Etc.

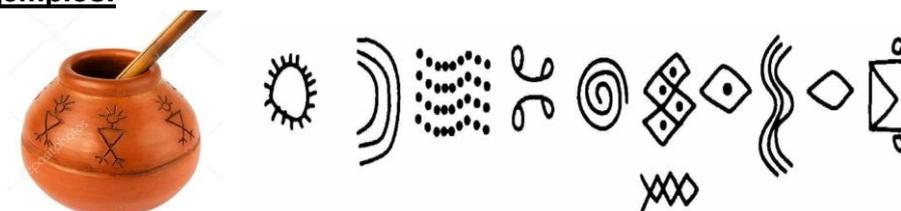


- Dibuja en tu cuaderno los elementos que se usan para la higiene de manos. Con ayuda de la familia escribe el nombre debajo de cada uno de ellos.

CERÁMICA:

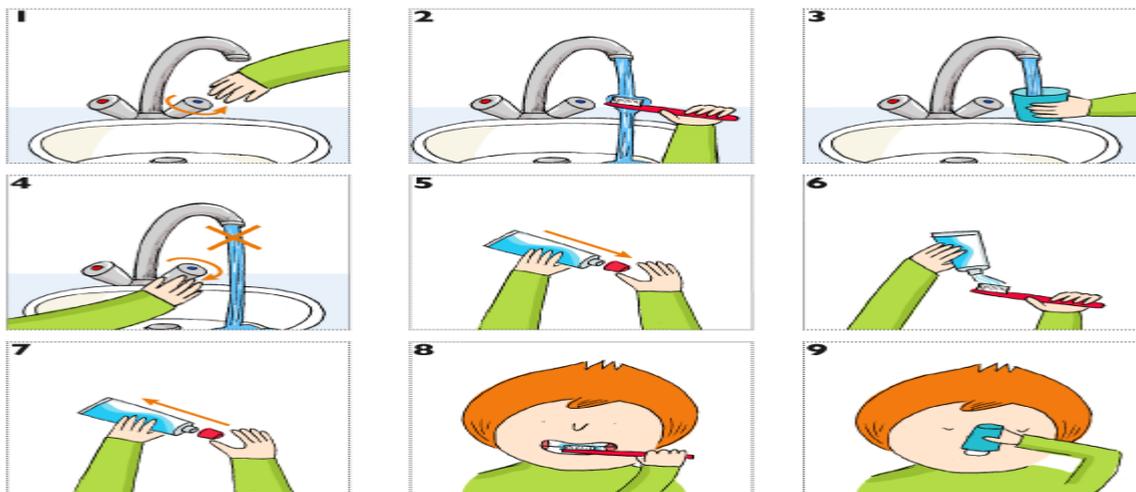
- Siguiendo con la actividad anterior: Una vez terminado el **Mate** decorarlo con algún diseño rupestre. Dejar secar y colocar como decoración en algún espacio de la casa. **¡Cuidar el orden del espacio a trabajar!**

Ejemplos:



DIA 9:

- Observa la siguiente imagen y en familia conversen ¿Por qué es importante cepillarse los dientes? ¿Qué pasa cuando nos duele un diente o una muela? Etc.



- Recuerda cepillarte los dientes cada vez que te levantas, cuando comes una comida (desayuno, almuerzo, merienda y cena) y antes de irte a dormir para mantener una buena higiene en tu boca y prevenir que tengas caries y te duelan los dientes o muelas.
- Dibuja en tu cuaderno los elementos que utilizas para la higiene de los dientes. Escribe el nombre de cada uno de ellos con ayuda de la familia.

CARPINTERÍA:

Fabricación de soporte de celular

- 1) Observar el video que aquí se comparte
- 2) Recolectar los materiales necesarios
- 3) Con la ayuda de los padres analizar y elaborar diferentes modelos con materiales con los que contemos en casa

Pintarlo a gusto de cada uno

Sacar una foto y enviarla a las señas

Referencia: <https://www.youtube.com/watch?v=8OLk6GMDZmg>

DÍA 10:

- Observa la siguiente imagen y conversen en familia sobre lo que observan ¿Qué alimentos son? ¿Cuáles consumes con frecuencia? ¿Qué cantidad de agua tomas por día? Etc.



- Busca y recorta de diarios y revistas alimentos saludables como: verduras, frutas, leche, yogurt, carnes, etc. y alimentos no saludables como son: golosinas, chisitos, papas fritas, etc. pega en tu cuaderno realizando 2 columnas en una pega “ALIMENTOS SALUDABLES” y en la otra “ALIMENTOS NO SALUDABLES”.

MÚSICA:

1. Escuchar la canción “la cumparsita” <https://www.youtube.com/watch?v=eS9c-cqwZOW>
2. Bailar al compás de la música, recordar estiramientos de piernas y brazos del video de la clase anterior
3. La danza “zamba” se baila con pañuelos en donde el varón corteja a la mujer. <https://www.youtube.com/watch?v=e9R003b6ltE>
Bailar con un familiar. Recordar agitar pañuelos moviendo brazos hacia arriba mientras se desplazan, también se puede tomar el pañuelo de ambas puntas y acompañar al andar. Enviar video del baile al grupo.

Directora: Fabiana Steiner