

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: Semana de la Familia

### **DÍA 1:**

- Continuaremos celebrando el mes de LA FAMILIA, núcleo tan importante en nuestras vidas y mas en los tiempos que estamos atravesando, en los cuales la familia es la que nos contiene, donde están las personas que amamos, los que nos cuidan, esas personas de los que estamos orgullosos.
  - 1- En esta actividad trabajaremos directamente desde el WhatsApp, la seño enviará al grupo general de la sección, fotos de ella con su familia y luego en un audio les contará quienes son, como son y un poquito de lo que hacen y que rol cumplen dentro del núcleo familiar.
  - 2- Seguido a eso cada uno de ustedes deberá hacer lo mismo, mandar fotos de sus familias o de las personas que consideren son importantes, tan importantes que, aunque no sean parte de su familia los quieren como si lo fueran. Las fotos deberán ser enviadas al grupo general y así todos interactuamos y conocemos un poco más de cada uno y si no se animan en el grupo de la escuela, se las mandan a la seño de forma particular, se trabajará de las dos formas.

### **EDUCACIÓN FÍSICA:**

Actividad N° 1:

En el patio de tu casa marca un circuito donde puedas trotar lento durante 5 minutos, luego descansa 2 minutos y repítelo 2 veces más.

El mismo circuito repítelo 2 veces más y con mayor intensidad que la primera descansando 3 minutos.

#### **Flexo extensiones de brazos**

Con las rodillas apoyadas en el piso y manos apoyadas en el piso a la altura de los hombros realiza 10 flexiones de brazos, descansa 2 m y repítelas 4 veces mas

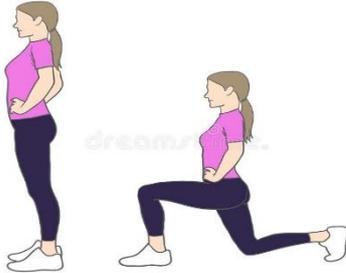
#### **Abdominales**

Con la ayuda de un familiar que te sostenga la punta de los pies, realiza 15 abdominales, descansa 2 minutos y repites 3 veces más

### **Flexo extensiones de piernas**

Desde la posición de parado, realiza un paso adelante flexiona hasta casi tocar el piso con la rodilla, vuelve a la posición inicial y haces lo mismo con la otra pierna.

Repítelo hasta hacer 10 veces con cada pierna, descansas 3 minutos y nuevamente hasta cumplir 3 series



### **DÍA 2:**



Con la ayuda del adulto que te acompaña vas a hacer una lista en tu cuaderno de esas personas queridas, familiares y amigos, que están lejos y no has podido ver en esta cuarentena.

### **TECNOLOGÍA: Te propongo realizar un hermoso portarretrato con papel de diario.**

Materiales: Papel de diario o revistas, tijera y plasticola.

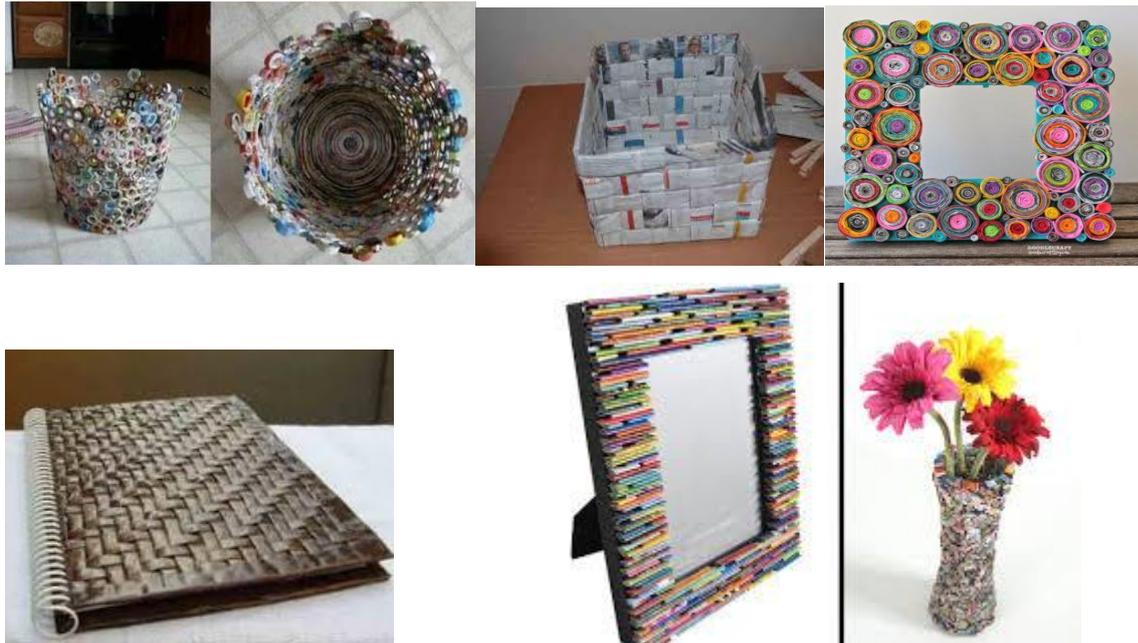
Procedimiento: - Realiza rollitos con el papel (todos los que puedas). No olvides pegarle la punta para que no se desarme.

- Busca una foto familiar y toma las medidas para tu portarretrato.
- Lo único que necesitas ahora es usar tu imaginación.
- Lo pintas como más te guste.

Aquí algunos ejemplos. ¡SUERTE!!!. No olvides enviar una foto a tu seño.



**Te dejo algunas ideas para que sigas usando tu imaginación y trabajes en Familia!!!**



### **DÍA 3:**

De la lista que realizaste ayer vas a elegir una o dos personas que extrañas mucho y vas a escribirle una carta, esta propuesta te permitirá acercarte un poquito mas a aquellos que están lejos.

Contar en la carta lo que cada uno hace en estos días en casa, esto es otro modo de acercarse a quienes estos días no podemos ver y no pueden recibir visitas, ya sea porque están lejos o porque están en una habitación de hospital, la carta también puede estar dirigida para los que «estan pasando malos momentos» y por lo que consideras que es necesario «unirnos para sobrepasar esta difícil etapa»,

### **CERÁMICA:**

### **EL PODER DE LA IMAGINACIÓN NOS HACE INFINITOS”**

- Observar las imágenes del ejemplo de la actividad a realizar. Luego van a imaginar de qué manera lo realizarían usando su propia creatividad, teniendo en cuenta los modelos. Luego van a buscar las piedras del tamaño que deseen y las ramitas secas que vayan a utilizar. (No olviden EXPLORAR). Como fondo pueden colocar una madera o cartón duro. Pueden darle mucho color pintando con temperas.
- **Ejemplos:**



### **PLÁSTICA:**

Buscamos palitos de helados, los pintamos de colores.

Pegamos los palitos de helados en una hoja para armar un cuadro de nuestra familia.

Adentro dibujamos los integrantes de nuestra familia y pintamos con lápices de colores.

### **DÍA 4:**

Buscar los siguientes materiales para construir un **BARRILETE**.

Materiales: 2 palitos, pegamento, papel de volantín o bolsa, hilo de algodón, tijera y regla.

1) Lo primero que se debe hacer, es cortar el papel volantín formando un cuadrado perfecto, en este caso será de 40 cm de largo. 2) Se dobla 1 centímetro del papel en dos lados que se junten, y se usa pegamento para fijar el “doble”. Esto sirve para darle mayor resistencia al volantín 3) Luego se colocan los palitos, primero se pega un palo en diagonal. Lo ideal es tomar las medidas y cortar los palitos antes de pegarlos. 4) Luego de pegar el palo en diagonal, se debe pegar el palo curvo, el cual debe ir a una distancia de 10 centímetros de la punta. 5) Después de pegar los palitos con el pegamento, se debe esperar un par de minutos hasta que quede bien firme. Una vez que se tiene el volantín listo, hay que colocar los tirantes. Esto es la clave para que el volantín pueda ser bien encumbrado. 6) Se deben hacer 6 agujeros: 2 agujeros tienen que ir a cada lado del palito curvo, a” 4 dedos” desde la intersección, se hacen 2 agujeros muy finitos a cada lado (puede ser con un palito de fósforo). para hacer los otros 2 agujeros, con un trozo de hilo se toma la diagonal del palo curvo, más 2 dedos hacia abajo. 7) Una vez que se hacen los agujeros, se debe amarrar el hilo al palito

haciendo 3 nudos (el hilo debe ser tres veces el largo de la diagonal). Luego de pasar los hilos por los agujeros, se le da dos vueltas al hilo y se le hacen tres nudos a cada lado, dejando que el hilo sobrante sea equidistante en cada lado. La idea es generar una pirámide con los hilos de altura 25 centímetros.

#### **CARPINTERIA:**

- 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.**
- Pintarlo a gusto de cada uno**

**Referencia:** <https://www.youtube.com/watch?v=wLKZDUfWFr4>

#### **DÍA 5:**

##### **DÍGALO CON MÍMICA DE LA FAMILIA**

Un integrante será el encargado de escribir 15 tarjetas con nombres de familiares. Luego el resto de la familia formará dos grupos, cada grupo deberá seleccionar un integrante, quien deberá sacar una tarjeta e imitar a la persona que le toco, sin decir una palabra. Cada grupo tendrá 10 segundos para adivinar la actuación del mimo. El grupo ganador será el que adivine mayor cantidad de tarjetas, en el menor tiempo posible.

#### **MUSICA:**

1. Juego “Pasando el pulso” [https://m.youtube.com/watch?v=4dV08PTx\\_9A](https://m.youtube.com/watch?v=4dV08PTx_9A)  
Parados en círculo, con los pies ligeramente separados uno de otro y colocados firmemente en el piso, con los brazos relajados, seguir los sonidos del pulso de la grabación. Balancear el cuerpo siguiendo estos sonidos.
2. Pasar el peso del cuerpo, de un pie al otro, unir al movimiento de los pies al de ambas manos. Luego dejar quietos los pies y continuar con el movimiento de manos. Se puede pasar el pulso a la persona que tengas al lado tocándola y así sucesivamente.

#### **DIA 6:**

- Busca en casa una caja de cartón grande, 6 vasos plásticos, piola, piolín o totora, cinta para pegar y tijeras. Primero con ayuda de un adulto realiza un orificio en la base de los vasos plásticos e introduce piola o piolín para atarlos con un nudo resistente como muestra la imagen dada por la seño, con ayuda de un familiar con un marcador escribe números a cada vaso (1,2,3,4,5,6). Luego el otro extremo pégallo con cinta bien reforzada a la caja de cartón (toma ejemplo de la imagen) recuerda que deben estar separados entre sí los vasos para poder realizar el juego y los números deben estar a la vista. Una vez terminada se

formarán en fila frente a la caja cada miembro de la familia para realizar el juego “¿QUIÉN LE PEGA?” coloca la caja con los vasos sobre la mesa y cada participante debe lanzar las pelotitas y pegarles a los vasos, un adulto deberá llevar la cuenta de cada participante para saber quién ganó el juego. ¡¡A divertirse!!

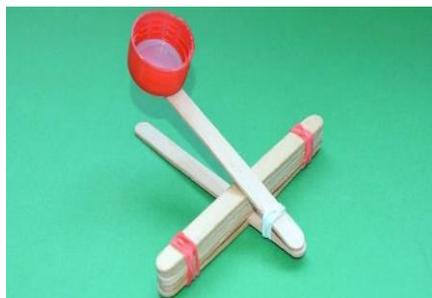


### EDUCACIÓN FÍSICA:

### REPETIMOS LA ACTIVIDAD DEL DÍA 1.

### DÍA 7:

- Busca en casa palitos de helado, plasticola, 1 tapita plástica, 10 pelotitas de papel de diario de tamaño pequeñas y 3 coleritos plásticos para armar una catapulta para jugar a “¿QUIÉN LLEGA MÁS LEJOS?”. Con ayuda de una familiar pega los palitos de helados como muestra la imagen dada por la seño y los extremos se cierran con las colitas plásticas para poder formar el trampolín. Un adulto con pegamento pegará la tapita plástica en uno de los extremos del palito de helado. El juego consiste en que cada jugador debe lanzar la pelotita usando sus fuerzas para hacer llegar la pelotita lo más lejos posible. ¡A divertirse juntos!



### TECNOLOGÍA:

UN CARTEL DE BIENVENIDA PARA TU CASA ES UN BUEN DETALLE. A CONTINUACIÓN, TE SUGIERO UNO CON MATERIALES SENCILLOS.

MATERIALES: ♡MADERA LAS MEDIDAS PUEDEN SER DE 30 cm x20 cm APROXIMADAMENTE, SE PUEDE REALIZAR CON MADERAS DE UN CAJÓN DE FRUTAS. PUEDES UTILIZAR CARTÓN.

♡ACRÍLICOS DE UN COLOR CLARO

♡ MARCADOR NEGRO Y UNA CINTA, PARA COLGAR

PROCEDIMIENTO: LIIJAR LA MADERA, PINTAR DEL COLOIR DESEADO, DEJAR SECAR. ESCRIBIR UNA LINDA FRASE DE BIENVENIDA. Y COLGAR A LA ENTRADA DE NUESTRA CASA.

### DÍA 8:

- Busca en casa vasos plásticos o envases de Telgopor de helado para decorar con los elementos que tengas en casa: témperas, papeles de colores, etc. y hojas de papel o de diario para hacer pelotitas de tamaño chicas, luego busca piola o piolín, totora o trozos de tela para cortar trozos que puedas atar el vaso a los pies como puedes observar en la imagen dada por la seño para realizar el juego de “ AGARRA CON LOS PIES”, que consiste en armar 2 equipos donde uno de los integrantes del equipo debe colocarse los vasos en los pies y ubicarse a 1 metro de distancia de su equipo, el resto de los integrantes deben lanzar pelotitas hechas de diario de tamaño pequeñas, gana el equipo que emboca las pelotitas en ambos vasos colocados en los pies en menos tiempo.



### CERÁMICA:

- Siguiendo con la actividad anterior, una vez que tengan los materiales que buscaron. Van a empezar a crear pegando las piedras y las ramas sobre el cartón o la madera que vayan a utilizar (Pegar con cola vinílica o algún pegamento firme siempre con el cuidado necesario y con la ayuda de algún integrante mayor de la familia.)  
**¡Mantener espacio y limites!**

### DIA 9:

- Busca en casa tubos de cartón de rollo de servilletas, 2 vasos plásticos, 10 pelotitas plásticas (si no tienes pelotitas puedes realizar pelotitas con hojas de diario que sean livianas), para realizar el juego “SOPLA,SOPLA” que consiste en formar 2 equipos con los miembros de la familia, cada equipo deberá tener 5 pelotitas , se debe pegar con cinta los vasos a un extremo de una mesa como muestra la imagen dada por la seño, los jugadores deben colocarse en el otro lado de la mesa y con ayuda del tubo de cartón soplar muy fuerte tantas veces hasta que la pelotita entre en el vaso, así deben ir pasando cada jugador de cada equipo. Cada miembro debe tener su tubo de cartón para soplar. Gana el equipo que en menos tiempo emboca todas las pelotitas.



### **CARPINTERÍA:**

Observar el video que aquí se comparte

Recolectar los materiales necesarios

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=IBqhh6vBfY>

### **DÍA 10:**

- Busca en casa 2 bombillas plásticas, y 1 servilleta de papel para realizar el juego “AGARRALO FUERTE” que consiste en armar equipos de 2 personas cada uno, colocar la servilleta de papel sobre una mesa y colocarse las bombillitas plásticas en la boca y entre ambos deben levantar la servilleta sin que se caiga y sostenerla por 5 minutos sin que se caiga.



### **MÚSICA:**

Imaginar que tenemos puesto un hilo atado en cada una de nuestras muñecas, ir levantando poco a poco el brazo derecho a la vez que vamos observando cómo va subiendo la mano, mientras respiro suavemente. Al quedar completamente levantada regresara hacia abajo, mientras la observo detenidamente, respirando y sintiendo como la mano suavemente baja.

Realizar lo mismo ahora con la mano del brazo izquierdo. Luego levantando las dos al mismo tiempo, mientras vemos cómo van subiendo las manos, respirar profundamente.

**Directora: Fabiana Steiner**