

Guía de trabajo autónomo (plantilla)

El **trabajo autónomo** es la capacidad de realizar tareas por nosotros mismos, sin necesidad de que nuestros/as docentes estén presentes.

<p>Centro Educativo: Liceo Boca de Arenal Educador/a: Danny Aguilar Caudes Nivel: undécimo Asignatura: Educación física</p>
<p>Indicador(es) del aprendizaje(s) esperado(s) que se desarrollará en la ejecución de la GTA (según los sugeridos en las plantillas de planeamiento didáctico).</p>



1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

<p>Materiales o recursos que voy a necesitar</p>	<p>El educador/a sugiere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Celular, computadora. - Un paño o alfombra. - Una botella con agua. - Ropa Cómoda
<p>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</p>	<p>Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado</p>
<p>Tiempo en que se espera que realice la guía</p>	<p>40 minutos, una vez a la semana</p>



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

<p>Indicaciones</p>	<p><i>El educador:</i></p>
---------------------	----------------------------



	<p>El estudiante deberá realizar las siguientes rutinas de yoga hatha, guiándose por medio de las ilustraciones que se facilitará, la rutina de ejercicios relates deberá ser acompañada por música acorde sanadora y relajante</p>
Actividad	<p>El educador/a:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿nombre cuál es el género musical es la más adecuada para una rutina de yoga ¿• ¿Redacte una breve reseña del origen del yoga hasta?• ¿cite tres beneficios que presenta la práctica del yoga HATHA?• ¿ que le pareció la practica de ejercicio meditacional?
Preguntas para reflexionar y responder	



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<p>*El educador/a:</p> <ul style="list-style-type: none">• Realice la siguiente rutina de yoga tomando en consideración la ilustración.• Deberá realizar un periodo de estiramiento apoyándose en la imagen correspondiente, con un periodo de tiempo de 20 segundos por figura• El tiempo de cada postura de yoga hatha será de 60segundos
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	



This practice is provided by
Satchidananda Ashram - Yogaville
 For more information about us or Integral Yoga, log on to
www.yogaville.com or call 1-800-458-YOGA (9642)

Hatha Yoga Level I

Basic Class



Opening Chants
 (This class includes several
 Universal Chants such as:
 Heart Chant or Balaram, Shree)



Vertical Movements



Horizontal Movements



Netra Vyayama - The Eye Exercise
 Diagonal Movements
 From Right to Left



Diagonal Movements
 From Left to Right



Clockwise &
 Counterclockwise
 Full Circular Movements



Position 1



Position 2



Surya Namaskaram - The Sun Worship or Sun Salutation
 Position 3



Position 4



Position 5



Position 6



Position 7



Position 8



Surya Namaskaram - The Sun Worship or Sun Salutation (cont.)
 Position 9



Position 10



Position 11



Position 12



Sarvangasana
 Corpse Pose



Adho Bhujangasana
 Cobra Pose



Bhujangasana
 Cobra Pose



Ardha Salabhasana
 Half Locust Pose



Salabhasana
 Locust Pose



Dhanurasana
 Bow Pose



Janasirshasana
 Head to Knee Pose



Paukshthasirshasana
 Full Pigeon Bend



Sarvanghasana
 Shoulder Stand



Matsyasana
 Fish Pose



Ardha Matsyendrasana
 Half Spinal Twist
 (Rightward)



Ardha Matsyendrasana
 Half Spinal Twist
 (Leftward)

Closing Chants



Vajrasana
 King's Seat



Yogi Vidya
 Deep Relaxation



Digha Swasana
 Deep Breathing



Kapalabhati
 Head-Shining Breath



Nadi Suddhi
 Nerve-Cleansing Breath



After this and previous
 classes, do several rounds
 of Sri Sadgurus Mantra (H)



HATHA YOGA

LONDONYOGI.COM

HATHA SURYA NAMASKARA A



HATHA SURYA NAMASKARA B



HATHA YOGA SEQUENCE 1



HATHA YOGA SEQUENCE 2



HATHA YOGA SEQUENCE 3



HATHA YOGA SEQUENCE 4



HATHA FINISHING SEQUENCE





Ejemplo de matriz de autorregulación y evaluación que puede incluir en la guía de trabajo autónomo:

“Autoevalúo mi nivel de desempeño”			
Al terminar por completo el trabajo, autoevalúo el nivel de desempeño alcanzado.			
Escribo una equis (X) en el nivel que mejor represente mi desempeño alcanzado en cada indicador			
Indicadores del aprendizaje esperado	Niveles de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Logro realizar con facilidad todas las posturas			
Considera su equilibrio corporal adecuado para el yoga			
Se le dificulto la practica del yoga hatha			

Artes Plásticas GTA #6

Lic Allan Jimenez Quirós

1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Pintura, pinceles, vaso, plato y pañito
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	El lugar debe ser iluminado y ventilado, que tenga espacio para la movilización. Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de realizar el trabajo.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Semana 1 y 2

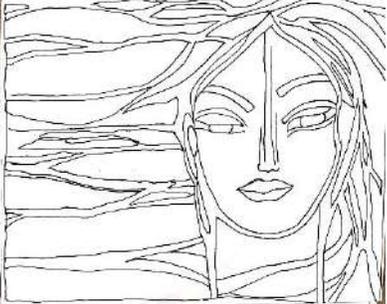


2. Voy a aprender.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none">• Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad• Quito objetos que me puedan desviar la atención• Realizo la actividad• Realizo la autoevaluación.
Actividad	<ul style="list-style-type: none">• Creación de trabajos artísticos a partir de las técnicas contemporáneas y sus medios de expresión.• Indicadores del aprendizaje
Preguntas para reflexionar y responder	<p>Desarrolla producciones artísticas, a partir de las técnicas contemporáneas y sus medios de expresión.</p> <p>Cesar Valverde César Valverde Vega no es solo uno de los artistas más importantes que ha producido Costa Rica; su variedad de contribuciones a la nación lo han convertido en un ícono cultural del país. Su carrera variada y distinguida en el siglo XX culminó con su muerte en 1998, pero su legado vive en esferas artísticas, gubernamentales e intelectuales</p> <p>Obra</p> 



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none">• Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.• El docente suministra la obra con el que la persona estudiante deberá realizar la actividad.  <ul style="list-style-type: none">• Deberá dar color utilizando pintura, la persona docente suministra la imagen original de la obra para que tengan noción de la original.• La persona estudiante podrá cambiar el color original de la obra por los que más le llamen la atención Ver video suministrado por el docente
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<ul style="list-style-type: none">• ¿Leí las indicaciones de la actividad?• ¿El proceso realizado se realizó de manera idéntica a la manera en que se realizó en la clase o, al trabajar de manera autónoma, le introduje cambios?• ¿Qué resultados obtuve?• ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?• ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?• ¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?



AUTOREGULACION

Este espacio es de auto reflexión del estudiante. Debe completarlo obligatoriamente

Reviso las acciones realizadas **durante** la construcción del trabajo.

Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas

¿Leí las indicaciones con detenimiento?	Si _____ No _____
¿Subrayé las palabras que no conocía?	Si _____ No _____
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?	Si _____ No _____
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	Si _____ No _____

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender

Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.

Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas

¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	Si _____ No _____
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	Si _____ No _____
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	Si _____ No _____

Explico ¿cuál fue la parte favorita de mi trabajo?:

¿Qué puedo mejorar la próxima vez que realice una Guía de Trabajo Autónomo?:

Guía de trabajo autónomo No.6
Informática Educativa

Educador/a: Yahaira Gamboa Villalobos

Niveles: 7, 8, 9, 10, 11 y 12.



1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	El educador/a sugiere: - Lápiz o lapicero.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
Tiempo en que se espera que realice la guía	Acorde a la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (60 minutos diarios).



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Esta guía tiene como objetivo realizar un repaso del siguiente tema: ▪ Partes de la computadora (función y clasificación entre dispositivo de entrada o de salida)
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	▪ ¿Reconoces cuáles dispositivos de la computadora son de entrada y cuáles son de salida?



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>I Parte. Dispositivos de entrada y salida</p> <p>1. Revise la siguiente tabla.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">DISPOSITIVOS DE ENTRADA Y SALIDA</th> </tr> <tr> <th>Dispositivo</th> <th>Entrada</th> <th>Salida</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>El Teclado</td> <td>x</td> <td></td> </tr> <tr> <td>El Ratón o <i>Mouse</i></td> <td>x</td> <td></td> </tr> <tr> <td>La Impresora</td> <td></td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>El Monitor</td> <td></td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>El Escáner</td> <td>x</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Los Parlantes</td> <td></td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>El Micrófono</td> <td>x</td> <td></td> </tr> <tr> <td>La Cámara</td> <td>x</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Llave Maya</td> <td>x</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>Los Audífonos</td> <td></td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>CD o DVD</td> <td>x</td> <td>x</td> </tr> <tr> <td>Disco duro</td> <td>x</td> <td>x</td> </tr> </tbody> </table>	DISPOSITIVOS DE ENTRADA Y SALIDA			Dispositivo	Entrada	Salida	El Teclado	x		El Ratón o <i>Mouse</i>	x		La Impresora		x	El Monitor		x	El Escáner	x		Los Parlantes		x	El Micrófono	x		La Cámara	x		Llave Maya	x	x	Los Audífonos		x	CD o DVD	x	x	Disco duro	x	x
DISPOSITIVOS DE ENTRADA Y SALIDA																																											
Dispositivo	Entrada	Salida																																									
El Teclado	x																																										
El Ratón o <i>Mouse</i>	x																																										
La Impresora		x																																									
El Monitor		x																																									
El Escáner	x																																										
Los Parlantes		x																																									
El Micrófono	x																																										
La Cámara	x																																										
Llave Maya	x	x																																									
Los Audífonos		x																																									
CD o DVD	x	x																																									
Disco duro	x	x																																									

2. Con ayuda de la tabla anterior, marque con una equis (X) si la imagen que esta a la izquierda es un dispositivo de **entrada**, de **salida** o si es de ambas funciones.



Llave maya

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Ratón o Mouse

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Cámara Web

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Micrófono

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



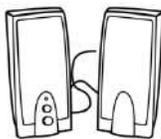
Impresora

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Audífonos

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Parlantes

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Teclado

Es un dispositivo de: () SALIDA
() ENTRADA



Escáner

Es un dispositivo de: SALIDA
 ENTRADA



Disco duro

Es un dispositivo de: SALIDA
 ENTRADA



Monitor

Es un dispositivo de: SALIDA
 ENTRADA



CD o DVD

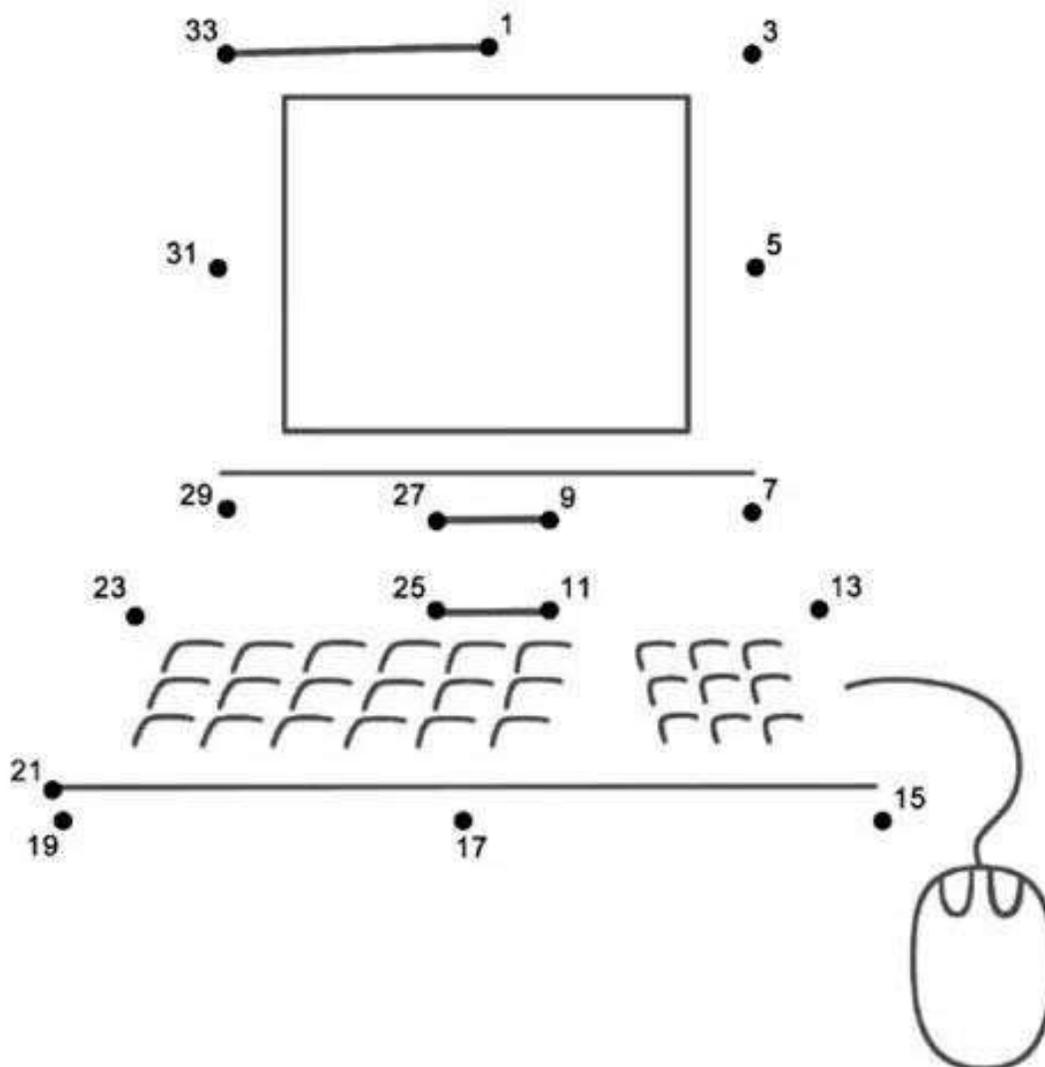
Es un dispositivo de: SALIDA
 ENTRADA

3. Seleccione con una equis (X) la respuesta correcta de las siguientes preguntas:

- ¿Cuál de los siguientes dispositivos es un **dispositivo de salida**?
 - Teclado
 - Mouse
 - Monitor
- ¿Los **dispositivos de entrada** son los que ayudan a ingresar información a la computadora?
 - Sí
 - No
- El CD o DVD es un dispositivo de:
 - Entrada
 - Salida
 - Entrada y Salida
- ¿Los **dispositivos de Salida** son los que ayudan a sacar o extraer información a la computadora?
 - Sí
 - No

II Parte. Partes de la computadora

Trace una línea siguiendo el orden ascendente (de menor a mayor) de los números impares para terminar de armar la siguiente computadora. Inicie con el número 1 pase al 3, luego al 5 y así sucesivamente hasta llegar al 33.



Guía de trabajo autónomo

Centro Educativo: Liceo Boca de Arenal
 Docente: Walter Brenes Martínez
 Asignatura: Artes Industriales.

Nivel: 11-5

1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<p><i>El educador/a sugiere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuaderno, calculadora, lápiz, lapicero • La ficha del sistema de medición para las conversiones que trabajamos en clase • Calculadora o tablas de multiplicar • Utilice el material de apoyo para realizar el siguiente trabajo.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Espacio cómodo según la preferencia de cada estudiante y las posibilidades en el hogar.
Tiempo en que se espera que realice la guía	80 minutos

Antes de iniciar una reparación en el hogar se debe realizar un detallado análisis de aspectos básicos en pro de la correcta utilización de tiempo, materias y presupuesto

Práctica por resolver.

Si necesito reparar un hueco en una pared que mide 1,60 m de ancho x 2,10 m de alto, con tablas de 20cm de ancho y 4.20 m de largo.

- 1- ¿Cuántas tablas con esa medida necesito?
- 2- ¿Cuáles herramientas debería usar?
- 3- Describa 5 pasos en orden para realizar el trabajo de reparación, descrito anteriormente.

Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Complete la práctica que se le presenta a continuación.	
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<p>Autorregulación en las actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Reviso si realicé todo lo solicitado o me faltó hacer alguna actividad. <p>Reflexión sobre lo realizado a través de plantear preguntas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora? ○ ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo? ○ ¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí? 	
Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas		
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 	
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 	
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 	
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 	
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 	
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 	



Rúbrica de nivel de desempeño

Indicadores del aprendizaje esperado	Nivel de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Describe la forma en que utiliza los recursos o materiales para la solución de un problema relacionado con la carpintería y la electricidad.	Menciono aspectos generales de los recursos o materiales utilizados para la solución de un problema relacionado con la carpintería. <input type="checkbox"/>	Resalto aspectos específicos acerca de la forma en que utiliza los recursos o materiales para la solución de un problema relacionado con la carpintería. <input type="checkbox"/>	Puntualizo aspectos significativos acerca de la forma en que utiliza los recursos o materiales para la solución de un problema relacionado con la carpintería. <input type="checkbox"/>

Guía de trabajo autónomo N°6

Orientación. Prof. Dayan Villalobos Agüero.

INDICADORES DEL APRENDIZAJE ESPERADO

Comparar desde el círculo del bienestar los aspectos que contribuyen a su desarrollo individual y social.



1. Me preparo para resolver la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar.

- Guía de trabajo Autónoma
- Lápiz, Lapicero
- Cuaderno.
- Hojas blancas.
- Celular u Computadora.

Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar.

- Puede realizarse en la comodidad de un sillón, mesa de la casa con su respectiva silla.
- Preferiblemente que tenga una iluminación adecuada, para no forzar la vista.

Tiempo en que se espera que realice la guía.

- *80 min (2 Lecciones)*



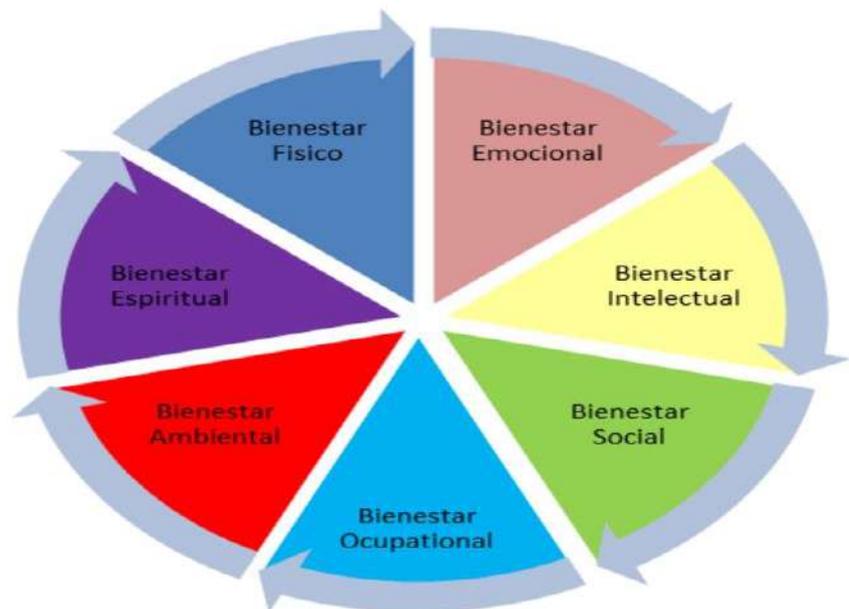
2. Voy a recordar lo aprendido y/o aprender

Indicaciones

Lea detenidamente la información que se le presenta a continuación. **PUEDES PEDIRLE AYUDA A ALGUIEN DE TU CONFIANZA.**

Actividades

“El Círculo del Bienestar Integral”



Si pensamos en bienestar integral es muy probable que nuestra mente nos dirija al término “Salud” debido a que estamos acostumbrados/as a pensar que al estar bien de salud estamos bien. Pero el bienestar integral está conformado por más componentes. Te los explico en la siguiente actividad.



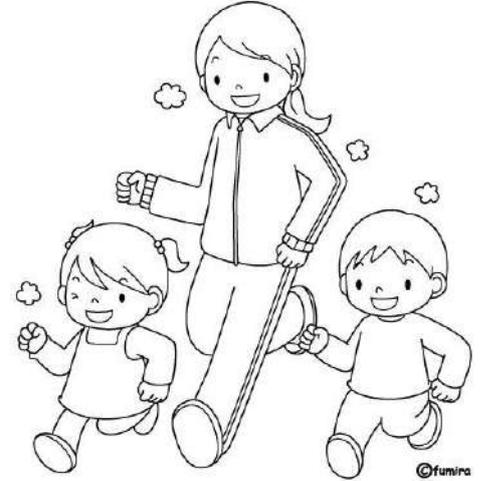
3. Pongo en práctica lo aprendido.

Actividades

Colorea las siguientes imágenes, corresponden a las áreas del círculo de bienestar integral.

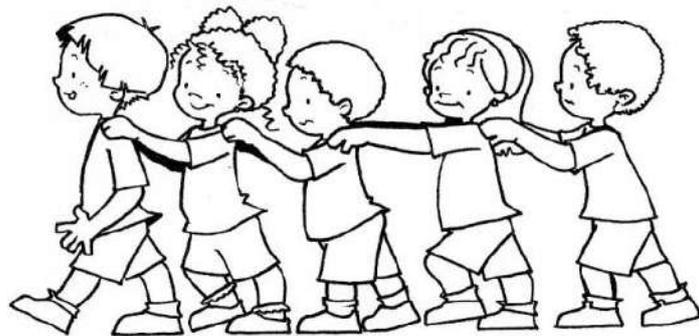
Bienestar Físico

Incluye Ejercicio de una manera regular. Una alimentación sana. Evitar sustancias dañinas. Chequeos médicos de forma periódica.



Bienestar Social

Es mantener relaciones firmes con nuestra familia, amigos y la sociedad en general.



Bienestar Espiritual

Es sentir que la vida tiene sentido y que tenemos un propósito en ella.



Bienestar Emocional

Es poseer un sentido de identidad propio estable y positivo con respeto a sí mismo.



Bienestar

Intelectual

Es el sentido de energía interna como resultado de una cantidad óptima de estímulo intelectual.



Bienestar

Ambiental

Es ver de una manera positiva el entorno en el que vivimos y trabajamos.



**Bienestar
Ocupacional.**

Es nuestra
perspectiva acerca
de nuestro trabajo y
Carrera.



***“Todo esfuerzo tiene su recompensa y has logrado
avanzar mucho, no te desanimes, todo mejorará”.***



Prof. Dayan Villalobos Agüero



Self-Study Guide for 11-4 th Grade GTA #6 (review)

El **trabajo autónomo** es la capacidad de realizar tareas por nosotros mismos, sin necesidad de que nuestros/as docentes estén presentes.

Centro Educativo/ **School Name**: Liceo Boca de Arenal
 Educador/a **Teacher**: Juanita Godínez C
 Nivel/ **Level**: 11-4
 Asignatura/ **Subject**: English

1. Me preparo para hacer la guía **Getting ready to work on my self-study guide.**

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo. /**Aspects to verify before I start working:**

<p>Materiales o recursos que voy a necesitar/ Materials needed</p>	<p><i>Suggested materials:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Notebook, pencil, pen, eraser, highlighters, scissors, glue, recycled cardboard, etc. • Look for all materials you have at home that can be recycled. Don't go out to find any material. Use what you have at home. • Self- study guide #6 • Computer & Internet access if possible
<p>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar/ Conditions of the place to work</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Work in a place where you do your assignments and homework daily.
<p>Tiempo en que se espera que realice la guía/ Expected time to work this self-study guide</p>	<ul style="list-style-type: none"> • This self-study guide will take you 120 minutes to be completed. You are going to review some important topics.



2. Voy a recordar lo aprendido en clase. **Recalling what I learned in class.**

<p>Indicaciones / Instructions</p>	<p>Dear student,</p> <p>The following tasks will help you reinforce information about personal information, and personal pronouns related to the scenario Here I Am!</p>
<p>Actividad / Activity</p>	<p>Introduce yourself Introduce your family. What is your family like?</p>



Preguntas para reflexionar y responder
Questions to reflect on and answer

What do you do every day?
What does your family do?
What is his/her family like?



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase / Putting into practice what I learned in class.

Indicaciones / **Instructions**

Task 1. Answer the questions about your personal information. Then, ask and answer the questions with a member of your family.

Conteste las siguientes preguntas usando su información personal, practíquelas con un miembro de su familia.

Vea el anexo al final del documento como ejemplo de cómo hacerlo.

A: What's your name?

B: _____

A: What's your last name?

B: _____

A: How are you?

B: _____

A: Where are you from?

B: _____

A: What's your nationality?

B: _____

A: Where do you live?

B: _____

A: What's your favorite music?

B: _____



A: What's your occupation?

B: _____

A: How old are you?

B: _____

A: What's your telephone number?

B: _____

A: What's your address?

B: _____

A: What are your favorite hobbies?

B: _____

A: Do you have a pet?

B: _____

A: What's your favorite color?

B: _____

A: When is your birthday?

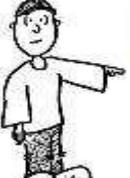
B: _____

A: What language do you speak?

B: _____

Observe, lea y practique la siguiente información acerca de los pronombres personales.

Personal Pronouns

Singular	Plural
 I	 We
 you	 you
 he	 they
 She	
 it	

<http://patyprofe.blogspot.com/>

Find the correct pronouns for the given nouns and write them. **Vea el siguiente cuadro acerca de los pronombres. Después Escriba el pronombre que corresponda en el espacio en blanco. Observe el ejemplo dado.**

Noun/ Sustantivo/ Nombre	Pronoun/ Pronombre
Karen	she
Marcos	
Cars	
Sofía and Pablo	
Teacher	
Dad	
Parents	
dog	
sister	
boy	

Read the sentence and write the correct pronoun. **Lea las oraciones y escriba el pronombre que corresponda.**

1. _____ is sleeping (Victor)
2. _____ is red. (The car)
3. _____ is running. (The dog)
4. _____ are watching TV. (My mother and I)



5. _____ are happy. (My brother and my cousin)
6. _____ is riding his bike. (Jimmy)
7. _____ has a dog. (Lucía)

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender/
With the self-study guide, I'm going to learn how to learn.

Reviso las acciones realizadas **durante** la construcción del trabajo. /
I check the actions carried out while completing the self-study guide

Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas/
Mark with an X on the icon that answers the following questions.

¿Leí las indicaciones con detenimiento?
Did I read the instructions carefully?



¿Subrayé las palabras que no conocía?
Did I underline the words that I didn't understand?



¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?
Did I use the dictionary or asked a relative about the meaning of the words that I didn't understand?



¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?
Did I read the instructions again when I didn't understand what I had to do?



Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender/
With the self-study guide, I'm going to learn how to learn.

Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.
I self-assess what I did when I finish the study guide.



Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas
Mark with an X on the icon that answers the following questions.

<p>¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado? I proofread what I did in my self-study guide.</p>	 
<p>¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado? I checked my self-study guide to make sure that everything is complete.</p>	 
<p>¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé? I feel satisfied with the work I did.</p>	 
<p>Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo? What was the favorite part of this work?</p> <p>¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo? What can I improve the next time I work on the self study guide?</p>	

Remember: *Stay home. Let's flatten the curve.*

annexo

Answer the questions about your personal information. Then, ask and answer the questions with different classmates.

A: What's your name?

B: My name is Mayela.

A: What's your last name?

B: My last name is Godínez Calderón.

A: How are you?

B: I am fine thanks

A: Where are you from?

B. I am from Costa Rica



A: What's your nationality?

B: my nationality is Costa Rican.

A: Where do you live?

B: I live in San Carlos

A: What's your favorite music?

B: My favorite music is Romantic music.

A: What's your occupation?

B: I am a teacher.

A: How old are you?

B: I am 20 years old.

A: What's your telephone number?

B: My telephone number is 83- 86- 13- 16

A: What's your address?

B: My address is San Carlos in front of the hospital.

A: What are your favorite hobbies?

B: My favorite hobby is fish.

A: Do you have a pet?

B: yes, I do. I have a dog; its name is Yanko.

A: What's your favorite color?

B: My favorite color is white.

A: When is your birthday?

B: My birthday is on April 20th.

A: What language do you speak?

B: I speak Spanish.



Using your personal information write a paragraph about it:

My name is Mayela, my last name is Godínez Calderón, I am 20 years old.

I am from Costa Rica, my nationality is Costa Rican, I live in San Carlos.

My favorite music is Romantic music, I am a teacher, I am 20 years old.

My telephone number is 83- 86- 13- 16, My address is San Carlos in front of the hospital,

My favorite hobby is fishing, I have a dog; its name is Yanko, my favorite color is white.

My birthday is on April 20th, I speak Spanish.

Guía de trabajo autónomo

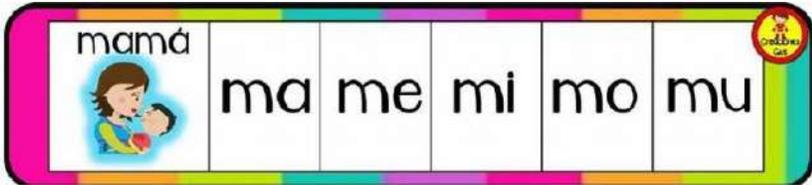
6 G.T.A UNDECIMO

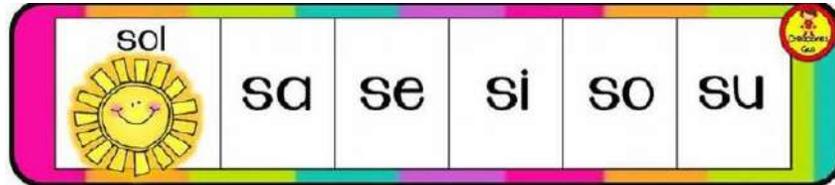
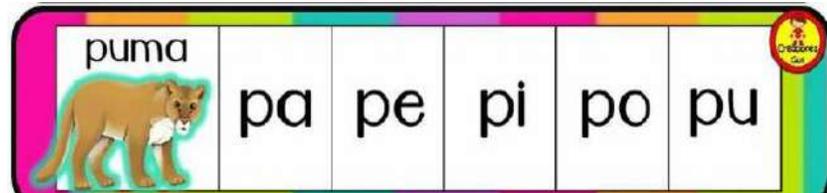
ESPAÑOL. Licda. Patricia García Chaves

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<p>Requiero los siguiente materiales para trabajar:</p> <p>Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color, goma entre otros. Puedo usar una computadora portátil oh teléfono celular si tengo acceso al recurso. Aplicaciones (uso de plataforma TEAMS, grupos de WhatsApp, aplicación de WhatsApp: Chats, video llamada)</p>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	<p>Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.</p> <p>Practica de los protocolos de higiene dados por el Ministerio de Salud</p>
Tiempo en que se espera que realice la guía	<p>Dos semanas: (Semana #1 y Sema #2)</p> <p>Para dudas y consultas al Número de teléfono 85-84-04-92, a este número únicamente consultas y dudas de los trabajos de 7:00 a.m. a 4:00 p.m.</p> <p>Favor no compartir a mi numero personal videos, mensajes que no se relacionen con la materia.</p>

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>A continuación te presentare el siguiente tema: “ Repasamos las silabas”</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio ✓ Realizo las actividades propuestas por la docente ✓ Observo las imágenes con atención ✓ Recorto y pego en mi cuaderno ✓ Respondo las preguntas propuestas ✓ Enviar evidencia del trabajo realizado vía WhatsApp, plataforma TEAMS, de manera física en la institución educativa.
<p>Actividad</p> <p>Lectura del tema en estudio</p> <p>Escucho con tención la lectura del tema</p> <p>Preguntas para reflexionar y responder</p> <p>Observo la imagen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Como ya hemos venido preniendo nuevas silabas. Te invito hacer un pequeño repaso ➤ Recuerdo las silabas estudiadas <div data-bbox="565 1591 1377 1776" style="text-align: center;">  </div>



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones
Actividad #1
Semana #1

- Trabajo en el siguiente recortable
- Colorea los dibujos que inicien con el fonema p
- Observo los imágenes y pego la silaba que corresponde a su sonido inicial. (Recorto las silabas)

• Colorea los dibujos que inicien con el fonema p.



Recorta y pega la sílaba inicial de cada dibujo.

	<input type="text"/>		<input type="text"/>
	<input type="text"/>		<input type="text"/>
	<input type="text"/>		<input type="text"/>
	<input type="text"/>		<input type="text"/>
	<input type="text"/>		<input type="text"/>



ma	me	mi	mo	mu
sa	se	si	so	su

- Recorto la sílaba y al pego dentro del recuadro, según corresponda con la vocal que se indica



MATERIAL PARA MAESTROS



m



a →

e →

i →

o →

u →



mo

mu

me

mi

ma

MATERIAL PARA MAESTROS



p



a →

e →

i →

o →

u →



pi

pu

po

pa

pe



MATERIAL PARA MAESTROS

www.materialparamaestros.com

so
se
su
sa
si

Esta evaluación será llenada por el docente a cargo (Patricia García) en el momento que el estudiante devuelva las guías completadas. Por favor no llenar.

Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

Se debe colorear solamente un círculo, según el aprendizaje del estudiante

Rojo: Inicial

Amarillo: Intermedio

Verde: Avanzado

Indicador: Identificación de los fonemas que componen las sílabas en estudio (conciencia fonológica) reconociendo, y combinando vocales y sílabas.

Evalúo mi aprendizaje en la materia de :

El tema:

Para esto utilizo los colores del semáforo, coloreando según mi aprendizaje

		<input type="text" value="Relaciona fonema, palabra e ilustración"/>
		<input type="text" value="Asocia el fonema con la ilustración que lo representa"/>
		<input type="text" value="Relaciona el sonido con su grafema"/>



Guía de trabajo autónomo

6 G.T.A UNDECIMO

ESTDIOS SOCIALES. Licda. Patricia García Chaves

1. **Me preparo para hacer la guía.** Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<p>Requiero los siguiente materiales para trabajar:</p> <p>Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color, goma entre otros. Puedo usar una computadora portátil oh teléfono celular si tengo acceso al recurso. Aplicaciones (uso de plataforma TEAMS, grupos de WhatsApp, aplicación de WhatsApp: Chats, video llamada)</p>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	<p>Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.</p> <p>Practica de los protocolos de higiene dados por el Ministerio de Salud</p>
Tiempo en que se espera que realice la guía	<p>Dos semanas: (Semana #1 y Sema #2)</p> <p>Para dudas y consultas al Número de teléfono 85-84-04-92, a este número únicamente consultas y dudas de los trabajos de 7:00 a.m. a 4:00 p.m.</p> <p>Favor no compartir a mi numero personal videos, mensajes que no se relacionen con la materia.</p>

2. **Voy a recordar lo aprendido en clase.**

Indicaciones	<p>A continuación te presentare el siguiente tema: “Nociones de espacio y tiempo”</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Leo las indicaciones sobre el tema en estudio ✓ Realizo las actividades propuestas por la docente ✓ Observo el video, las veces que sea necesario ✓ Respondo las preguntas propuestas ✓ Enviar evidencia del trabajo realizado vía WhatsApp, plataforma TEAMS, de manera física en la institución educativa.
<p>Actividad</p> <p>Lectura del tema en estudio</p> <p>Escucho con atención la lectura del tema</p> <p>Preguntas para</p>	<p><u>Contenido procedimental</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Reconocimiento de diversas nociones de espacio en la vida cotidiana ➤ Reconocimiento de la noción de tiempo a partir de las experiencias cotidianas <p><u>Repasamos el tema de la quinta guía</u></p> <p>El tiempo siempre está presente en lo que hacemos, por ejemplo, en la mañana, nos levantamos, desayunamos, nos bañamos y nos alistamos la mayoría de las veces para ir al colegio.</p>



reflexionar y
responder

**Realizo las
actividades**

Semana # 1

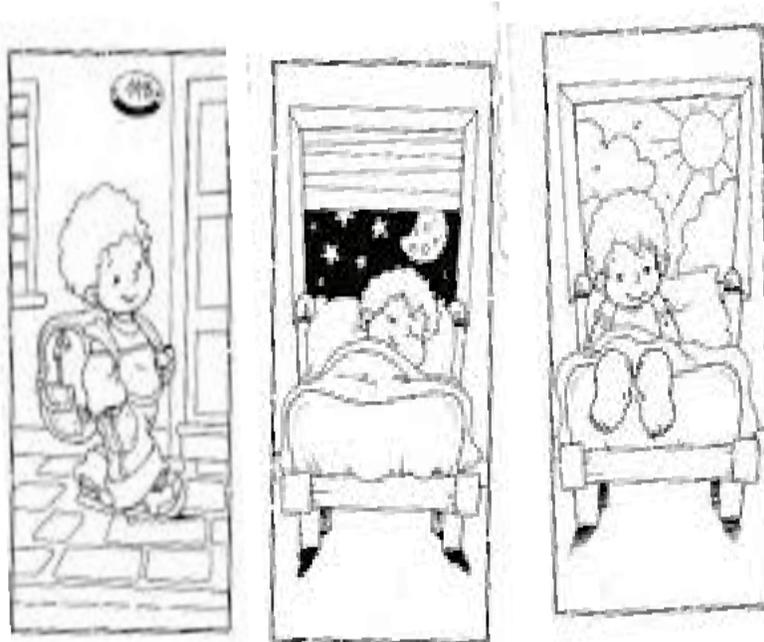
3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Actividad #1

Trabajo en mi cuaderno

- Recorto, pego en orden temporal la secuencia **antes , ahora y después**
- Coloreo las imágenes de la secuencia, en la cual aprenderemos el concepto **antes, ahora y después**
- Con ayuda de mi familia dibujo las primeras acciones que realizo cuando me levanto

Recorta y pega en orden temporal la secuencia.



www.educapeques.com

Actividad # 2

- **Observo la imagen.**
- **Ordenamos la secuencia colocando los números del 1 al 4 en los recuadro**
- **Coloreo las imágenes**



Ordena la secuencia y después colorea.

www.educapeques.com

Semana # 2

Días de la semana

Días de la semana * Colorea los carteles de los días de la semana:

Actividad # 2

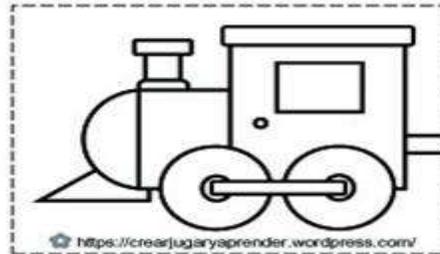
Lunes de rojo
Martes de azul
Miércoles de amarillo
Jueves de verde

Viernes de celeste
Sábado de rosado
Domingo de anaranjado

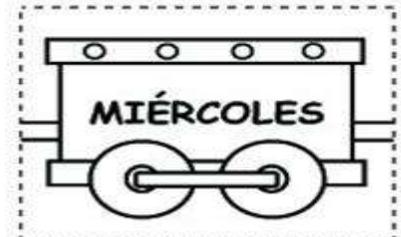
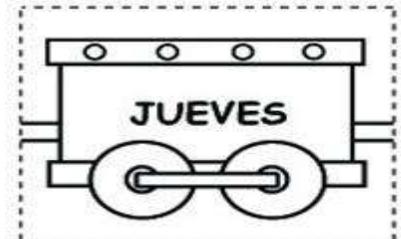
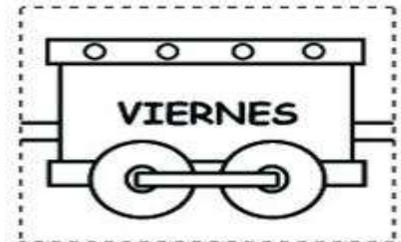
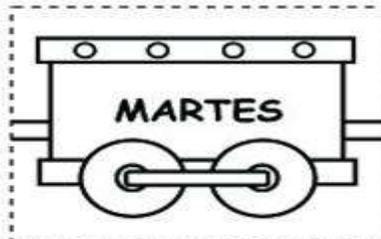
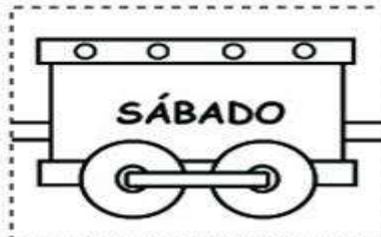
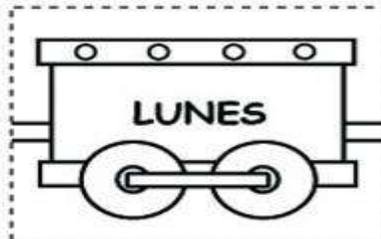


Actividad # 3

- Con ayuda recorto y armo en mi cuaderno el Tren de los días de la semana
- Coloreo del mismo color que coloree los carteles de la actividad 2



<https://crearjugaryaprender.wordpress.com/>



Actividad # 4

- Escucho y canto las canciones de los días de la semana.
- Los videos de las canciones serán enviados al número de WhatsApp del encargado del estudiante
- Los repaso diariamente



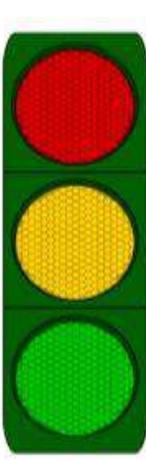
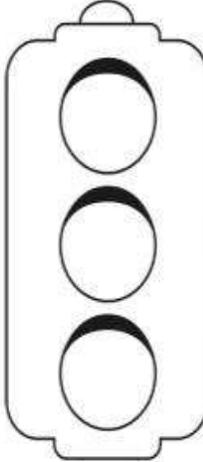
Esta evaluación será llenada por el docente a cargo (Patricia García) en el momento que el estudiante devuelva las guías completadas. Por favor no llenar.

Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

Se debe colorear solamente un círculo, según el aprendizaje del estudiante

Rojo: Inicial Amarillo: Intermedio Verde: Avanzado

- Indicador: **Reconocimiento de la noción de tiempo a partir de las experiencias cotidianas**

Evaluó mi aprendizaje en la materia de :	Estudios Sociales
El tema:	Nociones de espacio y tiempo
Para esto utilizo los colores del semáforo, coloreando según mi aprendizaje	
	
	Identifica las nociones de tiempo a partir de las nociones cotidianas
	Determina nociones de tiempo (día de la semana).
	Relaciona las diversas nociones de tiempo con las experiencias cotidianas de la persona

Guía de trabajo autónomo # 6

CIENCIAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Material impreso enviado por mi docente, el cuaderno que utilizo en el colegio en cada materia, borrador, regla, lápiz o lápices de color, revista o periódicos, cartulina o hojas blancas. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Aproximadamente 40 minutos por semana.

4. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Dibuje un animal del cual podemos obtener alimentos:

5. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: 3. Semana 1 4. Semana 2 Al finalizar cada trabajo asignado si gusta puede enviar una fotografía a la docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados la docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 87714071.
---------------------	--

Actividad:
Leo y analizo la información.

Utilidad de los animales para los seres vivos:



→ Alimentación



→ Artículos
Diversos



→ Transporte
y trabajo



→ Tratamientos
o terapias

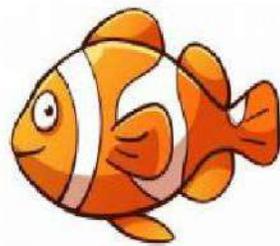
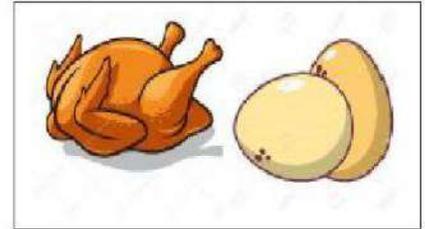
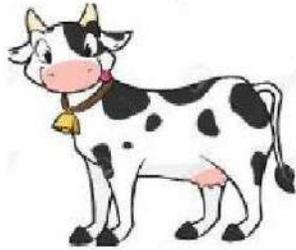


→ Recreación o
compañía

Actividad:
Semana 1:

DE DÓNDE VIENEN LOS ALIMENTOS

UNE SEGÚN CORRESPONDA A CADA UNO DE LOS ANIMALES CON LOS ALIMENTOS QUE NOS PROPORCIONAN.



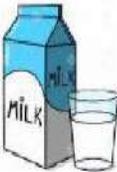
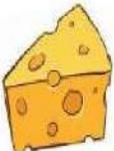
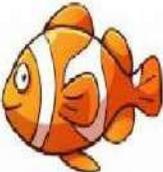
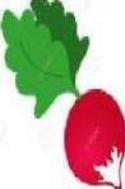
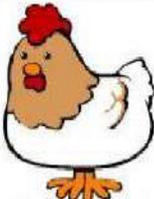
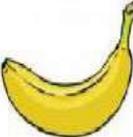
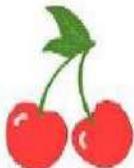
Actividad:
Semana2:

Coloco una X en el cuadro que relaciona el producto con el animal

animales	 ABEJA	 GALLINA	 OVEJA	 VACA
productos				
				
				
				
				

DE DÓNDE VIENEN LOS ALIMENTOS

IDENTIFICA LOS ALIMENTOS QUE PROVIENEN DE LOS ANIMALES Y MARCA LOS QUE LES CORRESPONDE A CADA UNO DE LOS MISMOS.

Evaluación GTA # 6:

Esta evaluación será llenada por el docente a cargo (Leonela Quirós), en el momento que el estudiante devuelva las guías completadas. Por favor no llenar.

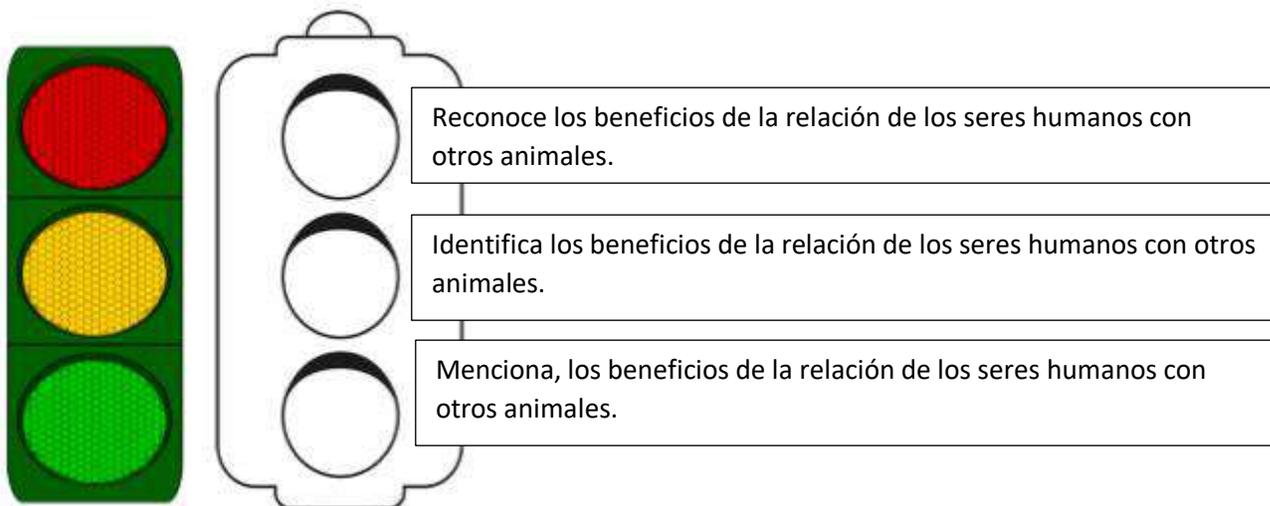
Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

Rojo= Inicial **Amarillo=** Intermedio **Verde=** Avanzado

Se debe colorear **solamente un círculo**, según el aprendizaje del estudiante.

Tema: Características de los animales

Indicador: Reconoce los beneficios de la relación de los seres humanos con otros animales.



Guía de trabajo autónomo # 6

MATEMÁTICAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Material impreso enviado por mi docente, el cuaderno que utilizo en el colegio en cada materia, borrador, regla, lápiz o lápices de color, revista o periódicos, cartulina o hojas blancas. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Aproximadamente 40 minutos por semana.

Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	<ul style="list-style-type: none">Con ayuda de mi familia busco 10 piedras, si cuento con pinturas las puedo colorear, realizo grupos de dos en dos, tres en tres y cuatro en cuatro y cinco en cinco.

Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: Semana 1 Semana 2 Al finalizar cada trabajo asignado si gusta puede enviar una fotografía a la docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados la docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 87714071.
---------------------	--

Actividad:
Semana 1:

Observo las siguientes imágenes y las relaciono con el número

Below the images are five boxes, each containing a number of dots: 1, 2, 3, 4, and 5. Below these boxes are five boxes containing the numbers 1, 2, 3, 4, and 5, with their respective Spanish words: uno, dos, tres, cuatro, cinco.

Uno con líneas el dibujo con el número según corresponda

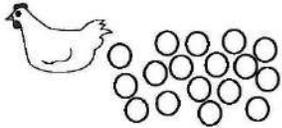
Below each set of objects is a dot, and below each dot is a box containing a number: 2, 1, 4, 3, 5.

Escribo el número que falta

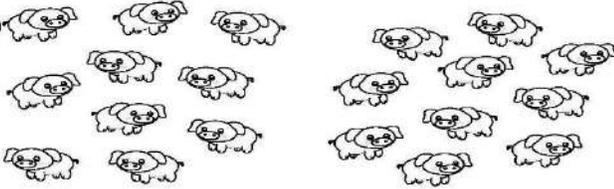
Actividad:
Semana2:

Cuento y escribo el número.

a) 

b) 

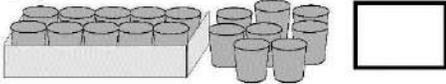
Cuento y escribo el número.

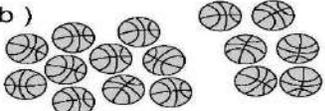
a) 

b) 

c) 

Cuento y escribo el número.

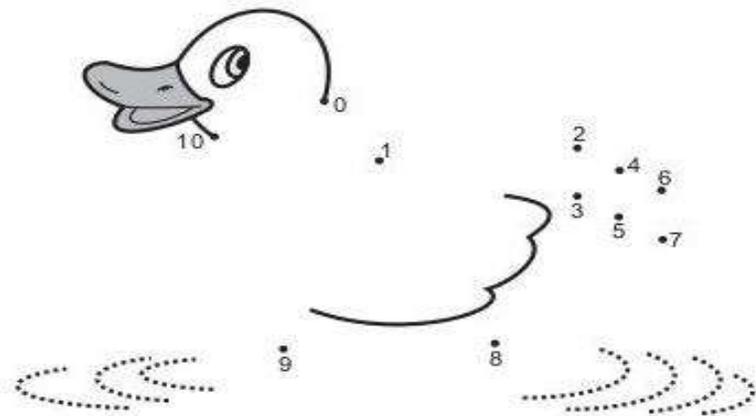
a) 

b) 

c) 

d) 

Uno los puntos contando del 0 al 10.



Evaluación GTA # 6:

Esta evaluación será llenada por el docente a cargo (Leonela Quirós), en el momento que el estudiante devuelva las guías completadas. Por favor no llenar.

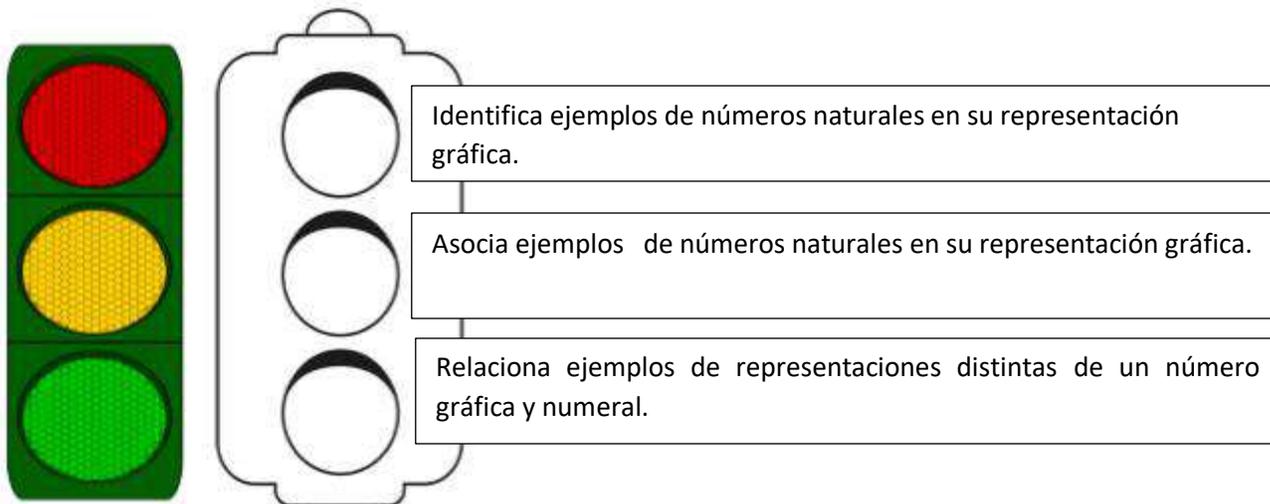
Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

Rojo= Inicial **Amarillo=** Intermedio **Verde=** Avanzado

Se debe colorear **solamente un círculo**, según el aprendizaje del estudiante.

Tema: Características de los animales

Indicador: Identifica y aporta ejemplos de representaciones distintas de un número, (gráfica, numeral, concreta, verbal, literal, por composición y descomposición aditiva).



VI Guía de trabajo autónomo PLAN NACIONAL

Centro educativo: Liceo Boca de Arenal
Asignatura: Educación para el hogar-Cocina
Docente: Lcda. Sara Ávila Paniagua
Nivel: Undécimo

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<ul style="list-style-type: none">• Lápiz o bolígrafo, borrador, material impreso enviado por la docente.• Lectura del material aportado en la guía por dos semanas.• Compañía de un familiar para que me ayude a dar lectura al texto.• Puede hacer uso del internet para indagar sobre el tema a desarrollar.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	<ul style="list-style-type: none">• Un espacio sin ruido, con buena ventilación, iluminación, donde pueda concentrar para desarrollar las tareas.
Tiempo en que se espera que realice la guía	<ul style="list-style-type: none">• 60 minutos por semana.• Guardo los trabajos realizados en su folder para entregarlos a la docente el día que se le solicite.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>Leo cada una de las actividades que se plantean a continuación:</p> <ul style="list-style-type: none">• La docente facilita material impreso para trabajar en el hogar durante dos semanas.• Debes leer toda la guía para entender y pueda resolver los trabajos.• Solicitar ayuda de un adulto o familiar para que le ayude a desarrollar las actividades y consultar a la docente si tiene alguna duda.• Anote en el portafolio de evidencias las dudas para ser evacuadas durante la semana, puedes constatar a la docente por WhatsApp o por Teams.•
Preguntas para reflexionar y responder.	<ul style="list-style-type: none">➤ ¿Conoce usted cual es la materia prima que se utiliza en la elaboración de salsas? Mencione tres ejemplos:➤ ¿Indique tres ingredientes utilizados en la elaboración de un aderezo?➤ ¿Sabe usted cuales son los utensilios que debo utilizar para la preparación de estas recetas?➤ ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?➤ ¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

<p>Indicaciones Semana del</p> <p>Lectura del tema en estudio.</p> 	<p>Preparación de salsas</p> <ul style="list-style-type: none"> - La más conocida es la salsa blanca, (se hace con harina y margarina). - La boloñesa, (puede hacerse con carne molida, tomate y especias). 	<p>Preparación de aderezos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es el condimento que se utiliza para sazonar las ensaladas y darles un sabor único y especial, no requieren cocción, son altos en contenido graso. - Ya que tienen aceite, vinagre, azúcar y sal, hierbas u otros aromas. - Existen aderezos para otros platos como, por ejemplo, el chimichurri se acompaña en la carne a la parrilla.
	<p>EJEMPLO SALSA BLANCA</p> <p>Ingredientes</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 cdas de mantequilla • 3 cdas de harina • 1 taza de leche • Sal y pimienta a gusto • Nuez moscada <p>PREPARACIÓN</p> <p>1- En una olla, ponga a derretir la mantequilla a fuego bajo. En otro recipiente, calienta la leche hasta que esté a punto de hervir.</p> <p>2- Incorpora la harina a la mantequilla, revuelva con una cuchara ligeramente.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Remueve por 1 minuto hasta que haya tomado una consistencia cremosa. - Agrega poco la leche hervida para que no se formen grumos en la salsa, sigue revolviendo hasta que hierva y se empiece a espesar. - Cuando la salsa blanca esté lista, retírala del fuego. Condimenta con sal y pimienta a gusto. 	<p>EJEMPLO ADEREZO DE LIMÓN Y MIEL</p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 120 ml de zumo de limón y su ralladura. ▪ ¼ taza de aceite de oliva. ▪ 2 cucharadas de vinagre ▪ 1 cucharadita de miel ▪ Orégano ▪ Sal y pimienta al gusto <p>Incorporar todos los ingredientes en un bol y mezclarlos hasta que emulsionen.</p>

Indicaciones
Actividad
Semana # 1

ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN

A continuación encontraras una pizarra, busque en el anexo 1 algunas imágenes, recorte y pegue 2 ingredientes utilizados para elaborar una salsa y 2 utilizados para elaborar un aderezo.



Indicaciones

Actividad
Semana # 2

ACTIVIDAD PARA EVALUACIÓN

- Observo las imágenes
- Relaciono, con líneas la imagen de algunos ingredientes que son utilizados para elaborar salsas y aderezos.



SALSA

ADEREZO

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender		
Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo. Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas		Marco
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	 	
¿Identifique la materia prima para elaborar aderezos y salsas?	 	
¿Investigue en internet o consulté a un vecino o familiar sobre tipos de aderezos?	 	
Utilice los materiales o recursos didácticos.	 	
Revisé el trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado.	 	

PARA DOCENTE VI GTA

AUTOEVALUO MI NIVEL DE DESEMPEÑO ALCANZADO			
Marco con una (X) encima del nivel que mejor represente mi desempeño en cada indicador.			
Indicadores del Aprendizaje esperado	Niveles de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Utilizar diferentes materias prima en la preparación de salsas y aderezos.	Menciono conceptos básicos sobre la preparación de salsas y aderezos.	Resalto conceptos básicos e ingredientes necesarios para la preparación de salsas y aderezos.	Preparo salsas y aderezos utilizando diferentes materias primas.

Firma del encargado que acompañó y apoyó al estudiante en la realización de los trabajos asignados durante la semana.

ANEXO 1

Puedes recortar y pegar en la actividad semana # 1



LICEO BOCA DE ARENAL

PLAN NACIONAL

Educación para el Hogar

Cocina

Nivel: Undécimo

VI GTA

Curso Lectivo

2020

