



Liceo Boca de Arenal

Guía de trabajo autónomo No. 3

2020

11°

Undécimo Plan Nacional

Guía para el trabajo autónomo de nuestros estudiantes desde sus casas. Se deben completar todos los ejercicios dados, el mismo servirá como portafolio de los trabajos realizados.

Guía de trabajo autónomo

CIENCIAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

1. 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.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Con ayuda de un familiar leo la siguiente poesía:  <p>Con agua y jabón, en el baño don Ratón, todas las mañanitas se da un chapuzón, y después del desayuno, con pasta y cepillo, a sus blancos dientes les da mucho brillo. Ya limpio y presuroso sale a escuchar la clases de Ciencias Naturales ¡que le ha de encantar!</p> <p>Katia Mora Lizano</p>

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

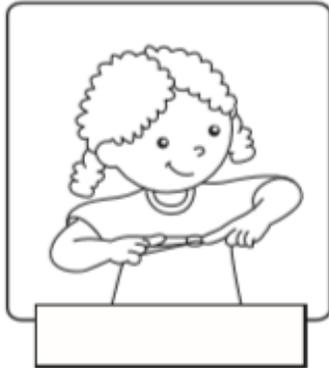
Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: <ol style="list-style-type: none">Semana 1: Del 08 al 12 de junioSemana 2: Del 15 al 19 de junioSemana 3: Del 22 al 26 de junio Al finalizar cada trabajo asignado si gusta puede enviar una fotografía a la docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados la docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 87714071.
---------------------	---

Actividad:
Semana 1:
Del 08 al 12 de junio

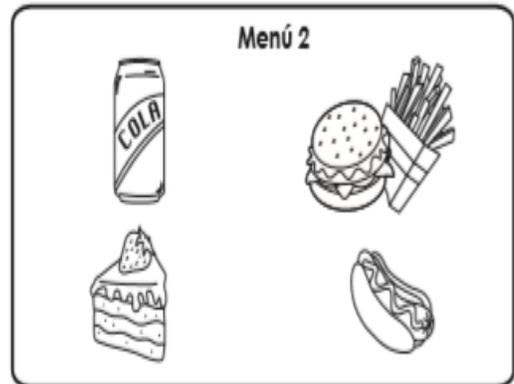
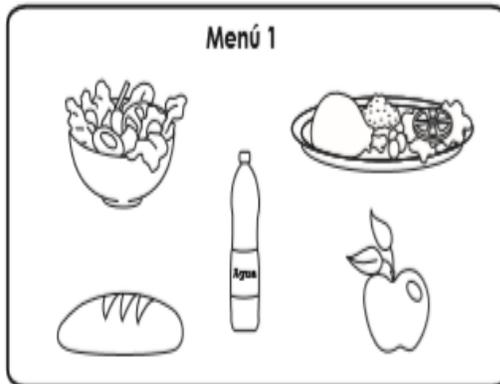
Para mantener mi cuerpo saludable debo realizar diferentes actividades como:

- Mantener cortas mis uñas
- Lavar mis dientes después de comer
- Bañarme
- Lavar mis manos
- Mantener limpia mi cara
- Peinar me cabello

A continuación, se muestran las acciones mencionadas, escribí en el recuadro la acción que corresponde a cada imagen.

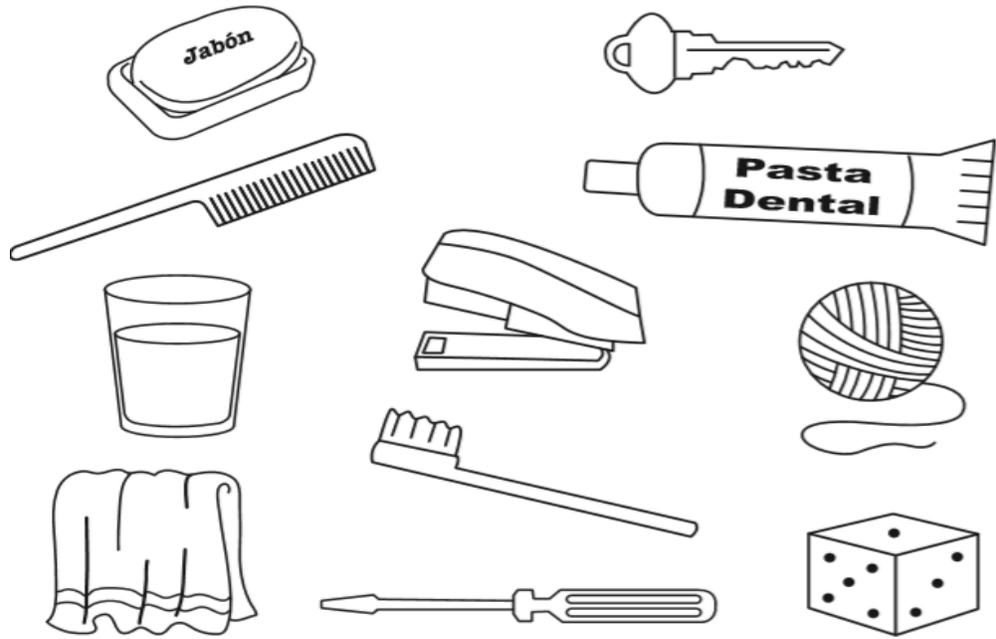


Coloreo el menú más saludable:

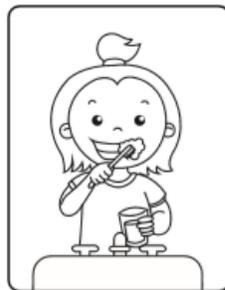


Actividad:
Semana2:
Del 15 al 19 de junio

Coloreo los elementos que me ayudan a tener buena higiene:



Coloreo los cuadritos de las actividades que ayudan a cuidar tu cuerpo y tu salud:



Lavo mis
dientes



Hago
ejercicio



Lavo mis
manos



Me baño
a diario



Descanso
suficiente



Tomo
agua pura



Como
alimentos
nutritivos



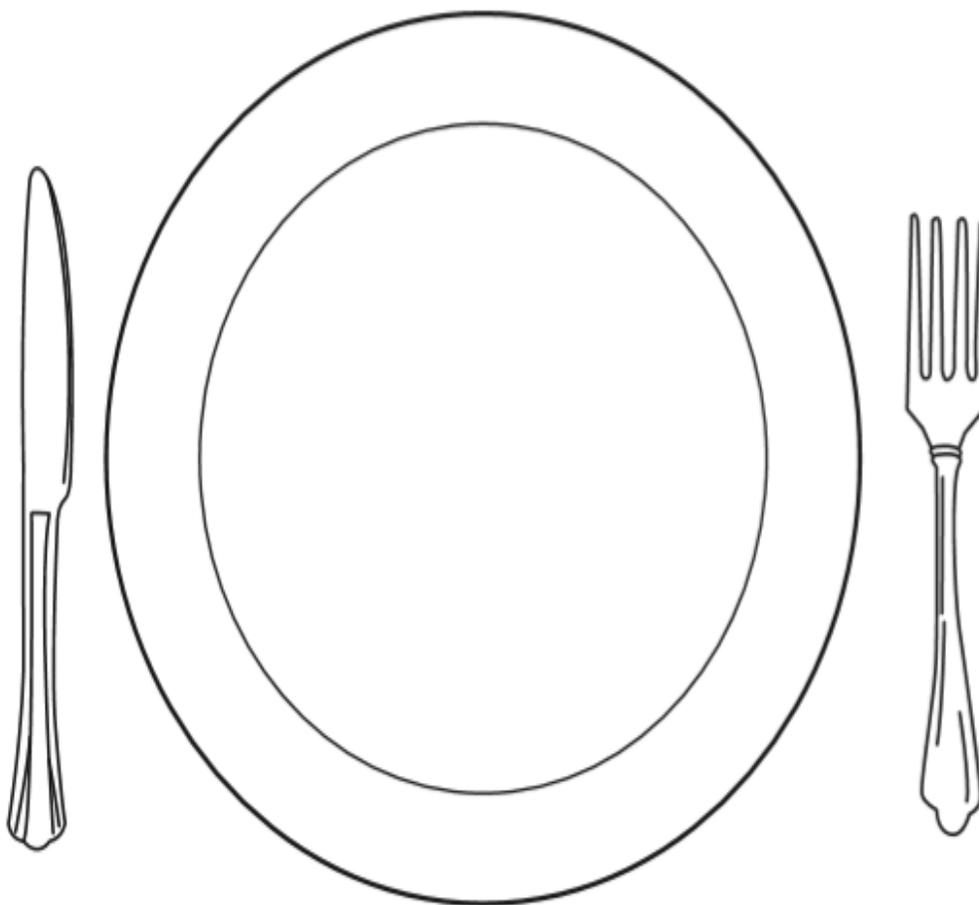
Limpio mi
nariz

Actividad:
Semana 3:
Del 22 al 26 de
junio

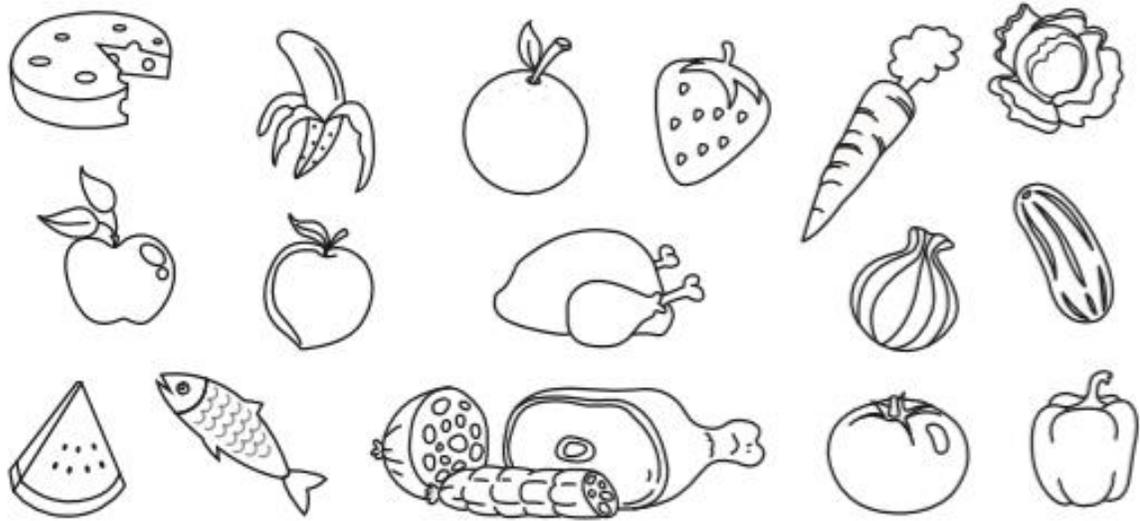
Dibuja un alimento saludable con las siguientes características:

dulce	salado	ácido	sabroso
-------	--------	-------	---------

Dibuja alimentos saludables. También puedo recortar y utilizar los del anexo 1.



Anexo 1: Recortable



Guía de trabajo autónomo

MATEMÁTICAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

1. 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.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

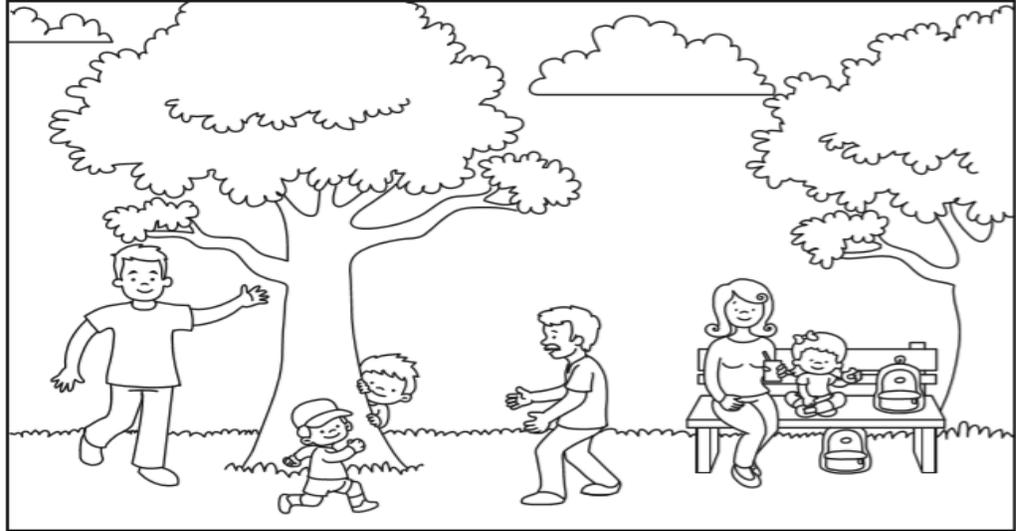
Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Con ayuda de mi mamá busco en la cocina de mi casa un tenedor, un vaso y una cuchara: La mamá lee las siguientes indicaciones y el estudiante realiza la acción. <ul style="list-style-type: none">• Levante la cuchara• Levante el tenedor• Levante el vaso• Coloque la cuchara en el vaso• Coloque la cuchara y el tenedor en el vaso• Coloque la cuchara lejos del vaso• Coloque el vaso lejos de la cuchara• Coloque el tenedor lejos del vaso• Coloque el vaso y la cuchara lejos del tenedor• Levante el vaso y el tenedor• Coloque a la derecha del vaso el tenedor• Coloque a la izquierda del vaso la cuchara• Coloque arriba del vaso la cuchara• Coloque abajo del vaso el tenedor

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

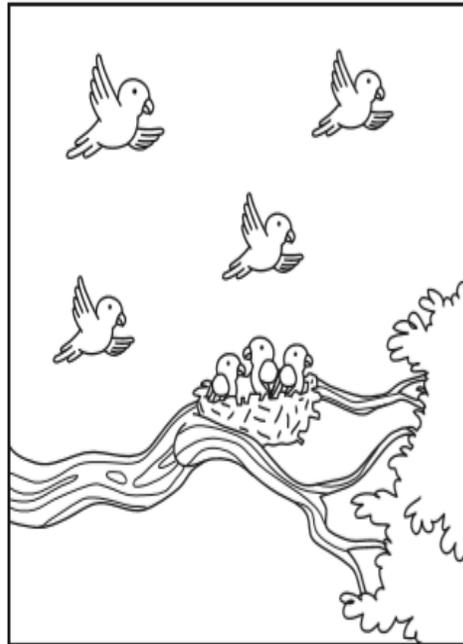
Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: <ol style="list-style-type: none">1. Semana 1: Del 08 al 12 de junio2. Semana 2: Del 15 al 19 de junio3. Semana 3: Del 22 al 26 de junio Al finalizar cada trabajo asignado si gusta puede enviar una fotografía a la docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados la docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 87714071.
---------------------	---

Actividad:
Semana 1:
Del 08 al 12 de
junio

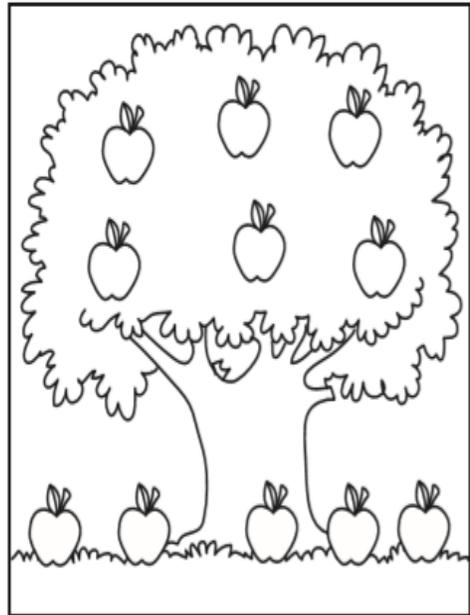
Pinte de color rojo el pantalón del papá más alto.
Encierra al niño que está delante del árbol
Marque con equis (x) el niño que está detrás del árbol
Pinte de amarillo la mochila que está encima del banco
Pinte de celeste la mochila que está debajo del banco



Pinte los pájaros que están fuera del nido.

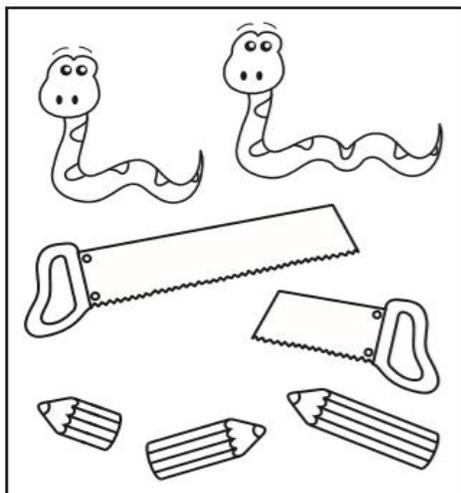


Pinte las manzanas que están dentro del árbol.

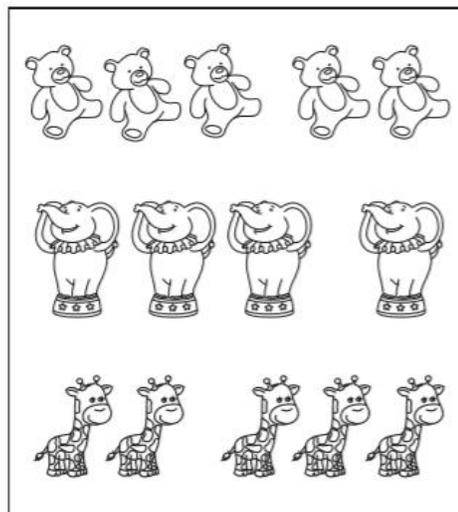


Actividad:
Semana2:
Del 15 al 19 de junio

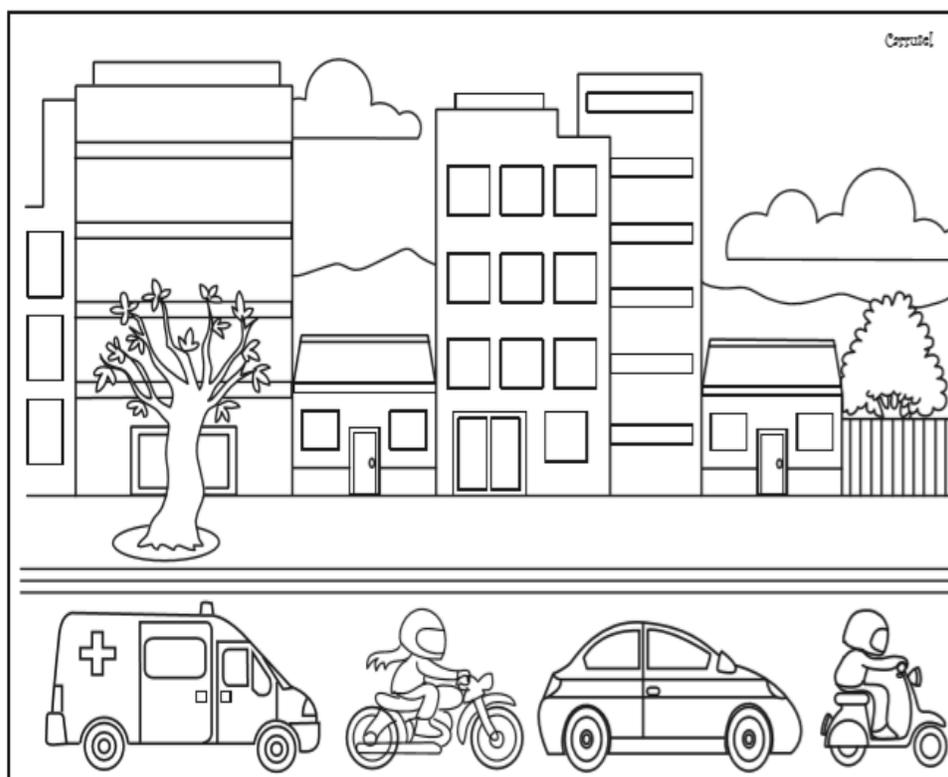
Pinte la culebra pequeña, el serrucho grande y el lápiz mediano.



Pinte el grupo que tiene menos elementos



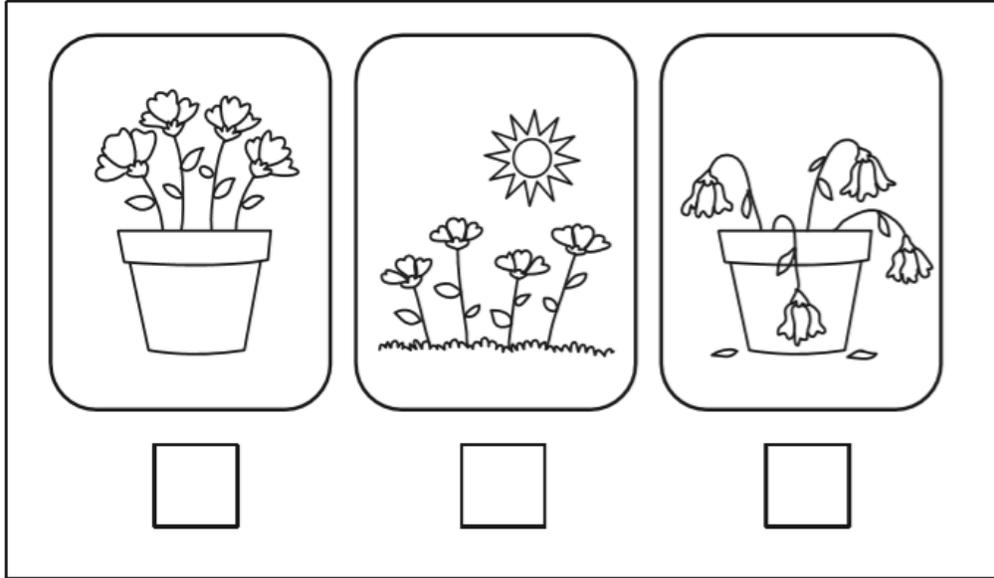
Encierre y pinte la casa que está entre los dos edificios y la moto que está entre los dos autos.



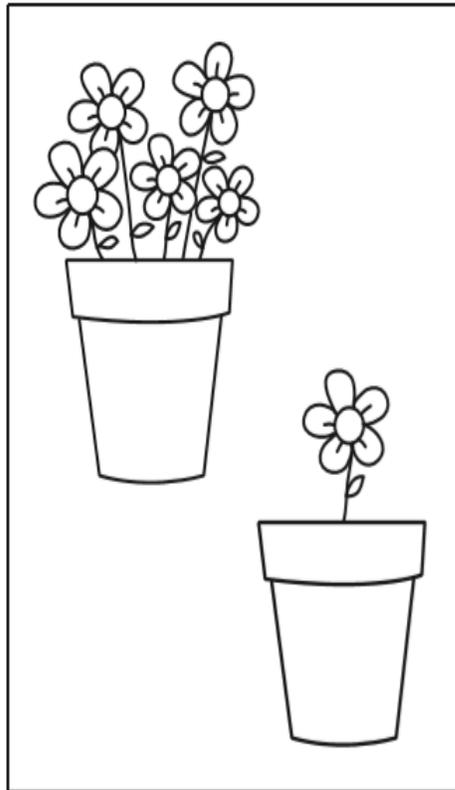
Actividad:
Semana 3:
Del 22 al 26 de
junio

Ordene la historia poniendo 1 -2- 3 según el orden en que ocurrieron los hechos.

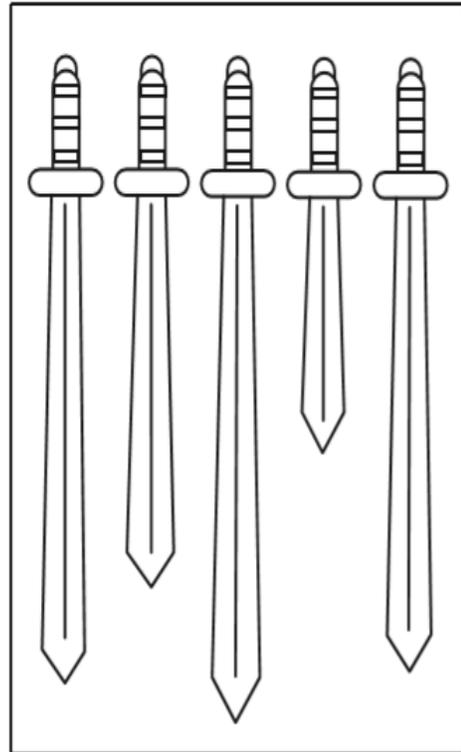
Corral



Pinte el florero que tiene más flores.



Pinte de azul la espada más larga y de amarillo la más corta.



Guía de trabajo autónomo

ESTUDIOS 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	Requiero los siguiente materiales para trabajar: Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color, pliego papel periódico o cartulina, marcadores azules y rojo, goma entre otros. Puedo usar una computadora portátil oh 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	Tres semanas: (Del 08 al 12 de junio / del 15 al 19 de junio / del 22 de junio al 26 de junio) 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. Favor no compartir a mi numero personal videos, mensajes que no se relacionen con la materia.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	A continuación te presentare el siguiente tema: “El recurso hídrico en el planeta: distribución espacial y desafíos para garantizar sus sostenibilidad” <ul style="list-style-type: none">✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio✓ Realizo las actividades propuestas por la docente✓ Observo la imagen✓ Recorto y pego en mi cuaderno✓ Respondo las preguntas propuestas
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<u>Respondo</u> 1-¿Qué importancia tiene el agua para la vida? ¿Podremos vivir sin ella?

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<u>Observa la siguiente imagen , comento y escribo</u>
---------------------	---

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Comento y doy respuesta a las siguientes preguntas, relacionadas con la imagen.
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<p>Actividad # 3 Leo la siguiente información <u>Cobertura y acceso del agua potable en Costa Rica</u></p> <p>“En Costa Rica, de acuerdo con el informa del Estado de la Nación (2016), el 99,4% de la población tiene acceso a agua por tubería (interna o externa). Este servicio es brindado por los siguientes operadores: Acueductos y Alcantarillados (AyA), municipios, Asociaciones Administradoras de Acueductos y Alcantarillados (ASADAS), Comités administradores de Acueductos Rurales. Algunas de estas empresas brindan servicio de agua potable o realizan algún tipo de tratamiento para mejorar la calidad de agua: por ejemplo, la cloración. Las fuentes de agua mejorada de las que se abastece la población nacional proveniente de 3833 nacientes, 68 plantas de tratamiento y 294 fuentes superficiales. Según un cálculo realizado por Acueductos y Alcantarillados, una persona consume aproximadamente 180 litros de agua por día. Esta estimación se debe considerar las diferencias en la presión de agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Según lo leído respondo las siguientes preguntas en mi cuaderno. <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Cuál operador brinda el servicio de agua potable a tu comunidad? ✓ ¿Existen problemas de cobertura de agua potable en su comunidad? ¿Cómo cuáles? ➤ Completo el cuadro acerca de calidad del agua que llega a mi hogar o institución educativa. ➤ En el área de observaciones del cuadro, debes anotar las características del agua. Por ejemplo: ¿Qué color tiene el agua? ¿Tiene algún sabor el agua? ¿Presenta olor el agua potable que llega a tu hogar? ➤ Te invito a leer y compartir con tu familia la importancia de hacer un uso sostenible del recurso hídrico (agua)

Características del agua	Sí	No	Observaciones
Color			
Sabor			
Olor			

Indicaciones Del 22 al 26 de junio	Lee y comenta algunas acciones. Que debemos tomar en cuenta para reducir o hacer un uso sostenible del agua. Anexo #1
Indicaciones o preguntas para	➤ En mi cuaderno.

auto regularse y evaluarse

Elaboro un anuncio publicitario acerca de la importancia del uso del agua y menciono tres medidas que favorecen su cuidado

- Realizo la siguiente sopa de letras.
- Busca las palabras, relacionadas al cuidado del medio ambiente
- Realizo un collage con recortes o ilustraciones sobre acciones que puedo realizar para hacer un uso adecuado del agua

Busca las palabras en la sopa de letras

D	R	R	T	G	B	A	S	U	R	A	A	S	E
F	E	R	F	G	Y	H	U	J	M	N	I	O	P
S	C	F	D	E	S	E	C	H	O	S	F	T	H
E	I	R	T	G	Y	D	S	F	R	A	S	E	T
I	C	A	M	B	I	E	N	T	E	R	T	Y	H
N	L	V	C	S	E	D	F	R	U	B	N	U	J
O	A	R	B	O	L	S	Z	A	T	E	R	O	U
R	R	E	S	D	Y	T	C	U	I	D	A	R	N
G	E	S	D	E	F	R	G	T	L	V	C	G	N
A	O	I	O	P	Z	A	D	B	I	U	I	A	O
N	P	L	A	N	E	T	A	U	Z	M	A	N	E
I	E	R	T	G	H	Y	J	Ñ	A	V	C	I	N
C	E	S	R	E	D	U	C	I	R	X	A	C	D
A	F	L	I	M	P	I	A	R	E	E	R	A	R

AMBIENTE ARBOL
RECICLAR PLANETA
BASURA LIMPIAR
REUTILIZAR CUIDAR
REDUCIR ORGANICA
DESECHOS INORGANICA



MATERIAL EDUCATIVO DIGITAL B-612

Anexo #1

Cierre la llave cuando enjabona o restriega la ropa sucia para lavarla



Cierre la llave mientras te enjabonas las manos al lavarlas



Con un balde con agua y trapo podemos lavar el carro, no lo haga con manguera



Revise y repare las fugas en llaves y tuberías, en las instalaciones de su hogar



Cierre la llave cuando enjabona los trastos a la hora de lavarlos



Cierre la llave mientras se rasura, utiliza un recipiente con agua para limpiar la rasuradora



Riegue el jardín con balde o regadera y hazlo por la noche o temprano en la mañana



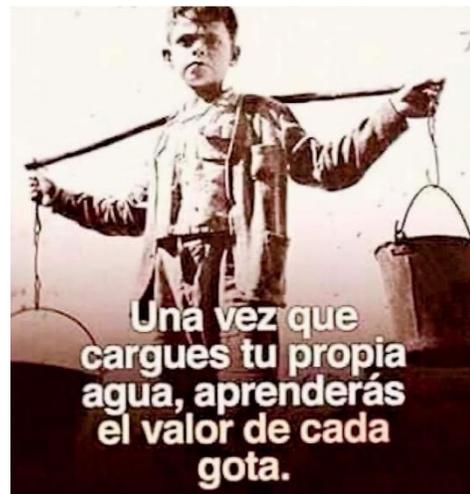
Utilice el agua jabonosa del lavado de ropa, para trapear el piso de la cochera o la acera



Cierre la llave mientras te cepillas los dientes y usa un vaso con agua para enjuagarte la boca



Cierre la llave mientras te enjabonas al bañarte



Una vez que cargues tu propia agua, aprenderás el valor de cada gota.

Guía de trabajo autónomo

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, pliego papel periódico o cartulina, marcadores azules y rojo, goma entre otros.</p> <p>Puedo usar una computadora portátil oh teléfono celular si tengo acceso al recurso.</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>
Tiempo en que se espera que realice la guía	<p>Tres semanas: (Del 08 al 12 de junio / del 15 al 19 de junio / del 22 de junio al 26 de junio)</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: “El grupo nominal”</p>
<p>Actividad Lectura del tema en estudio</p> <p>Preguntas para reflexionar y responder</p>	<p>El grupo nominal lo constituyen el sustantivo, el adjetivo y el artículo. Como ya sabemos el sustantivo es el núcleo o parte principal de este grupo; sus compañeros lo que hacen es modificarlo para determinar su género y número (como es el caso del artículo: el viernes- los viernes / el estudiante- la estudiante). O bien especificar o dar alguna característica del sustantivo como es el caso del adjetivo (dos naranjas / blusa nueva) Estas tres partes deben concordar en género y número; por eso sufren de los mismos cambios (accidentes gramaticales). Esa es la primera ley de concordancia.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sustantivo. Todos los nombres de cosas, lugares, personas, animales... Ej: piso, casa, Marta, Cartago, sol, pupitre, acera... ➤ Adjetivo. Son características y números; además de mi, tu, su, aquel, ese, este... El adjetivo acompaña al sustantivo (está a la par, se refiere a él); y puede ser femenino, masculino, singular o plural. Ej: mis cuadernos / linda camisa / doce horas

- **Artículo.** Acompaña al sustantivo. el, la, lo, los, las, un, una, unos, unas
EJ: la casa / los días / unos problemas Dentro del artículo encontramos las contracciones al- del

Recuerde:

Los nombres se refieren a algo: nombres, animales, objetos, lugares, cosas... estos se llaman **sustantivos**

Las cualidades y las características de los nombres, acerca de cómo es algo o alguien. Estos se llaman **adjetivos.**

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

Actividad #1

Del 08 al 12 de junio

ACTIVIDAD NUM 1:

Lea el listado de palabras y colóquelas en cada columna según corresponda.

Mesa-cuadro-grande-blanco-olla-hermoso-difícil-lápiz-frío-camión-limpio-pelota canasta-escuela-caliente- barato-flor-viejo-uña-estufa

Ejemplo

Columna A: ¿Qué es?	Columna B: ¿Cómo es?
Mesa	grande

¿En cuál de las dos columnas se explican las cualidades que tienen los objetos?

Complete las frases colocando cualidades a cada una:

El libro _____

La bicicleta _____

El martillo _____

La torre _____

El pollo y la carne _____

Actividad # 2
Del 15 al 19 de junio

- **Con las siguientes palabras redacte un párrafo de 10 renglones.**

playa - las - arena - soleado - paseo - mar - un - barco - hermoso - palmeras - unas - azul -

- **Mencione 5 objetos que haya en su casa y asígnele una cualidad a cada uno, luego elabore un párrafo donde describa esos objetos. ¿Qué son y cómo son?**

Mesa / pequeña _____

- **Realicemos una pequeña practica sobre los artículos**
Recuerda:

Artículo. Acompaña al sustantivo. **el, la, lo, los, las, un, una, unos, unas** EJ: la casa / los días / unos problemas Dentro del artículo encontramos las contracciones **al- del**

- **Completa los artículos**

• _____ **niña**

Actividad #3

Del 22 al 26 de junio

- _____ árbol
- _____ uvas
- _____ mariposas
- _____ osos
- _____ futbol
- _____ bosque
- _____ amigo
- _____ lápices
- _____ mesas
- _____ baúl
- _____ Flores

➤ **Identifica los artículos resaltándolos con color rojo**

- Los hipopótamos viven en manada en las selvas africanas. La manada pasa casi todo el día en el agua comiendo las plantas acuáticas

➤ **Escribe el adjetivo correspondiente que acompaña a cada sustantivo**

altos - grande - ruidoso - negro - triste - caliente - rubia - rota

El gato _____ .	
El café _____ .	
La ballena _____ .	
Los edificios _____ .	
El niño _____ .	
El perro _____ .	
La botella _____ .	
La niña _____ .	

- **Observa el dibujo y completa el texto con los adjetivos que tienes a continuación**

pequeño - azul - verdes - viejas - altos



Al fondo se veía un _____
pueblo. Sus _____ casas
parecían estar pegadas unas con otras. Solo los
árboles _____ y _____
parecían querer escapar y tocar aquel cielo
_____.

Guía de trabajo autónomo Self-Study Guide

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 Calderón
 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:**

Materiales o recursos que voy a necesitar/ Materials needed	<i>Suggested materials:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Notebook, pencil, pen, eraser, highlighters, etc. • Self- study English guide • Computer & Internet access if possible
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar/ Conditions of the place to work	<ul style="list-style-type: none"> • Work in a place where you do your assignments and homework daily.
Tiempo en que se espera que realice la guía/ Expected time to work this self-study guide	<ul style="list-style-type: none"> • This self-study guide will take you _____ minutes to be completed.



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

Indicaciones / Instructions	Dear student, The following tasks will help you reinforce information related to the scenario Here I Am!.
Actividad / Activity	What do you do every day? What does your family do?
Preguntas para reflexionar y responder Questions to reflect on and answer	What is your routine during COVID-19 emergency at home?



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

Indicaciones

/

Instructions

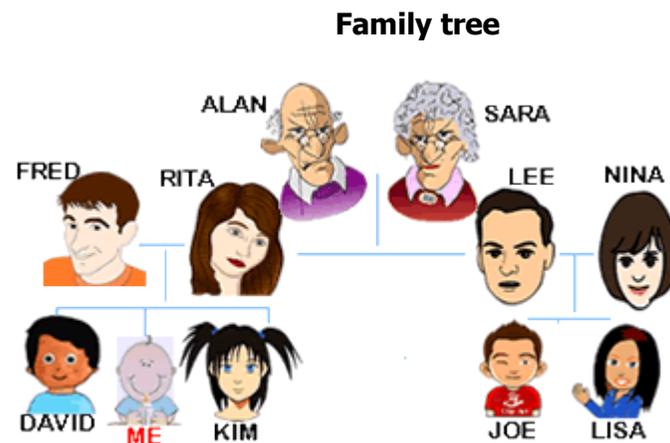
Family Members

Task 1. Complete the answers according to the family tree.

Complete las respuestas de acuerdo al árbol familiar. Use el vocabulario en el cuadro.

If you have internet you can practice this exercises in this link:

<https://agendaweb.org/exercises/vocabulary/family/family-3>



Cousin
Grand father
Sister
Aunt
Father
Uncle
mother
Brother
Grand mother

1. Who is Alan? Alan is my _____
2. Who is Sara? Sara is my _____
3. Who is Fred? Fred is my _____
4. Who is Rita? Rita is my _____
5. Who is Lee? Lee is my _____
6. Who is Nina? Nina is my _____
7. Who is David? David is my _____
8. Who is Kim? Kim is my _____
9. Who is Joe? Joe is my _____
10. Who is Lisa? Lisa is my _____



Task 2. Write the correct Word to the picture.
Escriba la palabra con la imagen que corresponda.

You can practice it in the following link:

<https://agendaweb.org/exercises/vocabulary/family/family-match>















1. brother

2. grandad

3. mummy

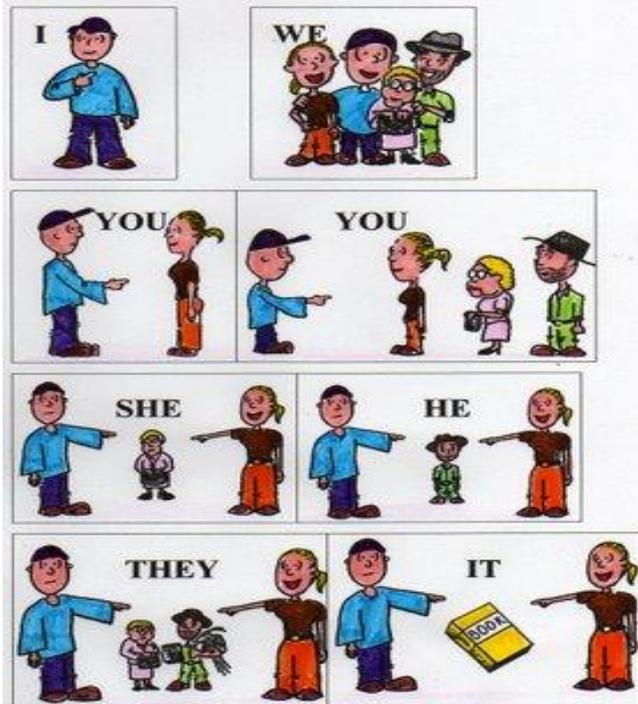
4. baby

5. sister

6. daddy

7. grandma

Review the Personal pronouns/ Repase los pronombres personales



I: Yo
We: Nosotros
You: Usted/
Ustedes
She: Ella
He: él
They: Ellos
It: esto/ esta

Task 4. Fill with the correct personal pronoun. Complete con el pronombre que corresponde en cada oración.

I - you - he - she - it - we - you - they

1. My name is **Andrea**. am 10 years old.
2. **Pedro and Pablo** are my friends. are from Mexico.
3. **Pedro and Pablo** look alike and most people ask them, "Are twins?"
4. **Pedro and I** like to play tennis. play at the club.
5. **Pablo** likes to play football. plays with his neighbors.
6. **Linda** is my sister. does not like sports.
7. My older **brother** has a horse. is a gentle mare.
8. He asked, "Linda, do want to go horseback riding?"

Task 5. Write the personal pronoun that corresponds. Escriba el pronombre que corresponde según el nombre.

1. Mary
2. Richard
3. Bob and Tim
4. The desk
5. Bob and I
6. The violin
7. The boys
8. The woman
9. Mrs Nelson
10. The trousers

Task 6. Choose the correct personal pronoun. Escoja el pronombre que corresponde.

1. **Sally** is a student. _____ studies web engineering

- A. ? He
- B. ? She
- C. ? It
- D. ? I
- E. ? You

2. **My parents** are going to Rome. _____ are coming back soon.

- A. ? She
- B. ? He
- C. ? You
- D. ? They
- E. ? It



3. Louis and I are Australian. _____ are from Melbourne.

- ☞ We
- ☞ She
- ☞ You
- ☞ They
- ☞ I

4. Your name is Richard, _____ are from Bristol.

- A. ☞ you
- B. ☞ he
- C. ☞ they
- D. ☞ we
- E. ☞ I

5. Mark is very tall. _____ is slim too.

- ☞ I
- ☞ She
- ☞ You
- ☞ He
- ☞ They

6. Mike and you speak a good English. Where are _____ from?

- A. ☞ I
- B. ☞ you
- C. ☞ she
- D. ☞ they
- E. ☞ we

7. His dog has got a long tail. _____ is dark brown.

- A. ☞ It
- B. ☞ We
- C. ☞ He
- D. ☞ You
- E. ☞ They

8. My name is Tony. _____ am from Oxford

- A. ☞ She
- B. ☞ It
- C. ☞ He
- D. ☞ You
- E. ☞ I



<p>Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse/ Instructions or questions for self-regulation and self-assessment</p>	<p>Review the following questions to self-regulate and self-assess:</p> <p>¿Leí las indicaciones con detenimiento? Did I read the instructions carefully?</p> <p>¿Subrayé las palabras que no conocía? Did I underline the words that I didn't understand?</p> <p>¿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?</p> <p>¿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?</p>
--	--

<p>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender/ With the self-study guide, I'm going to learn how to learn.</p>	
<p>Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo. / I check the actions carried out while completing the self-study guide</p>	
<p>Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas/ Mark with an X on the icon that answers the following questions.</p>	
<p>¿Leí las indicaciones con detenimiento? Did I read the instructions carefully?</p>	<p><input type="checkbox"/> </p> <p><input type="checkbox"/> </p>
<p>¿Subrayé las palabras que no conocía? Did I underline the words that I didn't understand?</p>	<p><input type="checkbox"/> </p> <p><input type="checkbox"/> </p>
<p>¿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?</p>	<p><input type="checkbox"/> </p> <p><input type="checkbox"/> </p>
<p>¿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?</p>	<p><input type="checkbox"/> </p> <p><input type="checkbox"/> </p>



**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.

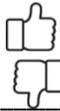
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?
I proofread what I did in my self-study guide.



¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?
I checked my self-study guide to make sure that everything is complete.



¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?
I feel satisfied with the work I did.



Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo?
What was the favorite part of this work?

¿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?

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

Guía de trabajo autónomo

ARTES INDUSTRIALES. Prof. Walter Antonio Brenes Martínez

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	1. Materiales generales como cuaderno, borrador, lápiz. 2. Hojas blancas. 3. El folleto que el docente les va a facilitar en físico.
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.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción y contesto cada pregunta en hojas aparte.
Actividad	1. ¿Qué es un tangram?
Preguntas para reflexionar y responder	2. ¿Cite 3 herramientas que se deben utilizar a la hora de realizar un tangram? 3. ¿Anote la importancia que tiene un tangram?

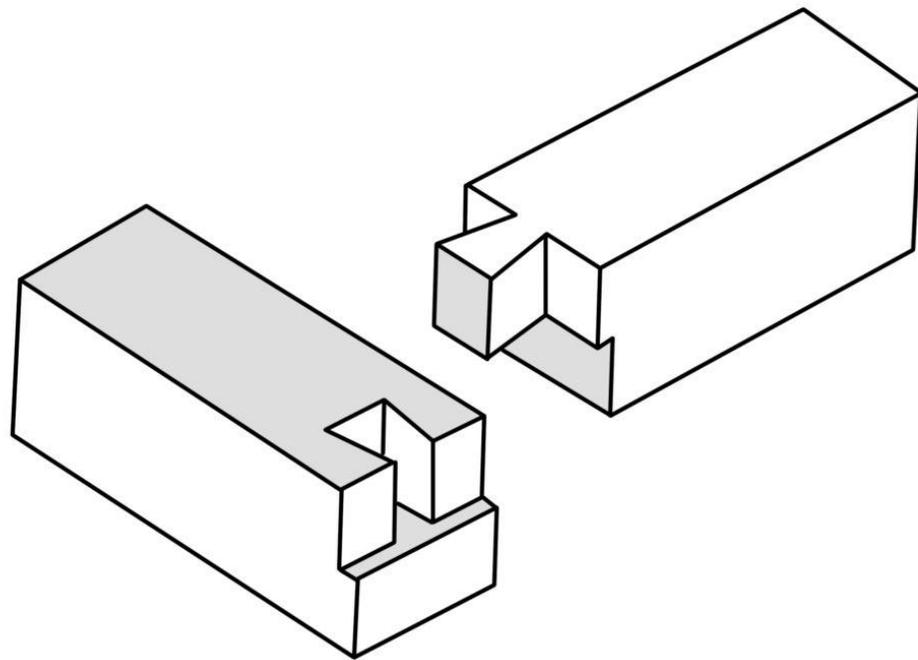
3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar tres semanas: 1. Semana 1: Del 08 al 12 de junio 2. Semana 2: Del 15 al 19 de junio 3. Semana 3: Del 22 al 26 de junio Al finalizar cada trabajo asignado puede enviar una fotografía al docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados el docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 86475439 .
---------------------	---

Actividad:
Semana 1: Del
08 al 12 de
junio

Investigar los tipos de ensamblajes de madera.
Anote 7 tipos de los investigados

Ejemplo 1:



Actividad:
Semana 2: Del
15 al 19 de
junio

Realice tres dibujos de tres tipos de ensamble.

Actividad:
Semana 3:
Del 22 al 26
de
junio

Elabore un tipo de ensamble en cartón.

Guía de trabajo autónomo

VIDA COTIDIANA: Lcda. Sara Ávila Paniagua

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, hojas bond, material proporcionado por el docente.• Materia prima para elaborar las recetas.• Utensilios de cocina, y equipo electrodoméstico. Puede hacer uso del celular para indagar sobre el tema a Desarrollar.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Un lugar de la casa donde se sienta cómodo, con buena iluminación, ventilación, sin ruido y distracción.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Aproximadamente 80 minutos por semana.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Leo detenidamente cada una de las siguientes instrucciones. <ul style="list-style-type: none">• De acuerdo al tema: Tipos de repostería dado anteriormente elabore con ayuda de su familia las recetas que se especifican a continuación.• Queque clásico, lustre de chocolate y pan baguete.
Actividad	<ul style="list-style-type: none">• Puede hacer uso del Internet o familia como apoyo para elaborar las recetas.• Hacer uso de utensilios de cocina o equipo electrodoméstico como ayuda para realizar la receta.• ¿Cuál procedimiento se le dificultó a la hora de elaborar la receta?• Anote en el portafolio de evidencias las dudas para ser evacuadas durante la semana.

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	La docente facilita material didáctico impreso para trabajar en casa durante tres semanas. <ol style="list-style-type: none">1. Semana I: Del 08 al 12 de junio2. Semana II: Del 15 al 19 de junio3. Semana III: Del 22 al 26 de junio <p>Al concluir cada trabajo puede enviar fotografías del trabajo ejecutado en casa, En caso de consultas pueden comunicarse al WhatsApp de mi teléfono personal, los puedo atender los lunes de 10:00 a 10:40 am por Plataforma Teams.</p>
--------------	--

ACTIVIDAD:
SEMANA # 1
Del 08 al 12
de junio

Mi repostería en casa



TEMA: TIPOS DE REPOSTERÍA

La repostería es un oficio que se encarga de preparar y decorar dulces, tales como: Tortas, galletas, cremas, salsas dulces, pasteles, budines y confites.

Para trabajar en el sector de la repostería es importante reunir características y habilidades personales como: Ser hábil con las manos y minucioso en el trabajo, tener interés, ser rápido para poder cumplir con los plazos que, a veces, son muy ajustados, capacidad de innovación.

PRACTICA DE EJECUCIÓN:

Elabore con la ayuda de la familia un delicioso queque básico, en caso que no cuente con algún ingrediente puede elaborar cualquier otra receta de su agrado.

QUEQUE CLASICO

INGREDIENTES

3 barras de mantequilla o lactocrema
2 tazas de azúcar
Cremar todo junto por 15 o 30 minutos

Agregar

8 yemas uno a uno batiendo bien después de cada adicción

Agregar Alternando

4 tazas de harina
1 taza de leche, o jugo de naranja
4 cditas de polvo de hornear

Modo de preparación

1. Agregar poco a poco la harina alternando con el líquido.
2. Añadir de ultimo las claras a punto de nieve.
3. Poner en molde engrasado y hornear por 30 a 35 minutos.
4. Hornear con el calor primero abajo y de último arriba.



**ACTIVIDAD:
SEMANA # 2**

Del 15 al 19
de junio

PRACTICA DE EJECUCIÓN

Elabore con la ayuda de la familia un delicioso **lustre de chocolate**, en caso que no cuente con algún ingrediente puede elaborar cualquier otra de su agrado.

LUSTRE DE CHOCOLATE

INGREDIENTES

- 1 taza de azúcar
- $\frac{1}{4}$ de taza de leche
- $\frac{1}{2}$ taza de cacao puro
- $\frac{1}{4}$ de mantequilla
- 1 cucharadita de vainilla

PREPARACIÓN

1. Mezclar el azúcar, cocoa, leche, mantequilla y vainilla en una cacerola.
2. Deja que hierva y mueva constantemente durante 1 minuto.
3. Retira del fuego.
4. Bate la mezcla en la batidora eléctrica durante 3 minutos hasta que se haya espesado como para untar el pastel frío.



**ACTIVIDAD
SEMANA # 3**

Del 22 al 26
de junio

PAN BAGUETTE

El pan baguette se caracteriza por emplear harina de trigo, por ser mucho más largo que ancho y por corteza crujiente. Es ideal para la elaboración de bocadillos.

A continuación la lista de ingredientes y el paso a paso para que prepares tu propio pan baguette.

PRACTICA DE EJECUCIÓN:

Elabore con la ayuda de la familia un delicioso **Pan baguette** en caso que no cuente con algún ingrediente, puede elaborar cualquier otra receta de su agrado.

INGREDIENTES

375 gr de harina
250 gr de agua tibia
1 cucharadita de sal fina
1 cucharadita de levadura en polvo
1 clara de huevo

PREPARACIÓN

1. En un recipiente coloca la harina junto con la sal y la levadura seca.
2. Agrega el agua tibia y remueve hasta que la masa se desprenda del recipiente.
3. Pasa el bollo a una superficie enharinada y amasa durante 15 minutos aproximadamente. Durante el amasado trata de retorcer la masa y estirla para que sea mucho más elástica.
4. Engrasa con aceite las paredes de un molde y coloca la masa. Tapa con papel film o con una bolsa y deja reposar en un sitio cálido durante 40 minutos.
5. Una vez transcurrido ese período de tiempo, pasa la masa a la mesa enharinada y elimina el exceso de aire presionándola con la yema de tus dedos o los nudillos.
6. Cubre la masa y deja levar durante 10 minutos.
7. Posteriormente, divide la masa en 2 y estíralas con un palote hasta obtener un rectángulo de 25cm x 20cm.
8. Enrolla cada masa para **formar 2 baguettes** y colócalas sobre una bandeja cubierta con papel vegetal o papel mantequilla con el lado final del enrollado mirando hacia abajo.
9. Bate la clara y pincela la superficie de las baguettes.

10. Tapa con un paño o una bolsa y deja fermentar en un sitio cálido durante 40 minutos.
11. Haz 5 cortes en diagonal de 1/2cm de profundidad con un cuchillo afilado.
12. Hornea las baguettes a 180° C durante 30-35 minutos y al retirar pinta nuevamente con clara y lleva al horno unos 15 minutos más.
13. Finalmente retira y deja enfriar sobre un paño.



ANEXO



LICEO BOCA DE ARENAL
PLAN NACIONAL
Educación para el Hogar
Nivel: Undécimo
Curso Lectivo
2020



Liceo boca de arenal

PORTAFOLIO DE EVIDENCIA

Pertenece a: _____

**"Nunca una noche ha vencido al amanecer,
ni nunca un problema podrá vencer la esperanza".**

¡Quédate en casa!



¿Qué es un portafolio de evidencias?

Según indicaciones del MEP en su documento Orientaciones sobre el proceso educativo a distancia, la persona estudiante debe registrar la participación y el avance por medio de la elaboración de un portafolio de evidencias “donde consten aprendizajes adquiridos de las asignaturas que la persona estudiante considere registrar, así como su vivencia y sentimientos en torno a su familia, sus docentes, compañeros y compañeras, cambios y experiencias más significativas, en el marco de la pandemia COVID -19”.

El portafolio puede ser en físico o en digital y puede incluir dibujos, cartas, recortes, memes, canciones, redacciones, entre otros.

¿Qué debe registrar el estudiante en el portafolio de evidencias?

La persona estudiante registrará, al menos una vez la semana, lo siguiente:

1. Un aprendizaje o habilidad adquirida en la o las asignaturas que él o ella elija, a partir de lo realizado en las Guías de trabajo autónomo.
2. Una vivencia familiar importante.
3. Un sentimiento respecto de lo que vive el país, su familia o la persona estudiante misma, en el marco de la pandemia COVID – 19.
4. Un aprendizaje en el marco de la pandemia COVID – 19.
5. Un aporte que está realizando para mejorar la situación de sí mismo (a) y su familia, para prevenir la pandemia COVID.



Semana del 08 al 12 de junio
15 al 19
22 al 26 de junio

Vivencia familiar importante.

Sentimiento propio o sobre el país o la familia.

Aprendizaje con respecto a la pandemia COVID-19.

Aporte para mejorar la situación conmigo mismo o en mi familia respecto a la pandemia COVID-19

Aprendizaje o habilidad adquirida en la asignatura de Educación para el Hogar con énfasis En cocina.

Aretes Platicas

Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Cilindro de cartón grande, clavos o pinchos, tela, tijera, silicón, arroz. En caso de no tener silicón podemos utilizar goma liquida.
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 tres y cuatro



Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none">• <i>Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad</i>• <i>Quito objetos que me puedan desviar la atención</i>• <i>Realizo la actividad</i>• <i>Realizo la autoevaluación.</i>
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<p>Palo de lluvia los aztecas lo inventaron y que luego llegó a América del Sur y Central como cascabeles tubulares a principios de 1900. Existen una variedad de palos de lluvia y cada uno cumple una función específica.</p> <p>Los Guatusos o Maleku son una etnia amerindia de Costa Rica. Su idioma es conocido como Maleku ihaíca, hablado por el 70% de la población autóctona. Se ubican en las llanuras del norte del país, específicamente en los cantones de Guatuso y San Carlos, provincia de Alajuela.</p> <p>Este grupo de ha especializado en la actualidad en la confección de artesanías, con el fin de poder llevar el sustento a sus hogares. Los palos de lluvia los han utilizado para sus ceremonias y hoy juegan un papel importante de la manera en que se proyectan a la comunidad y al pueblo de Costa Rica. La materia prima que se utiliza</p>



para la confección de estos instrumentos es bambú, semillas y arena.



Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.

- *Busco un lugar en donde me sienta bien para realizar mi trabajo y pongo música que sea de mi agrado y me dispongo a realizar mi trabajo.*
- *Coloca los clavos en el cilindro de cartón.*





- Corta la tela con el tamaño preciso para envolver el palo más dos cuadrados para los extremos.



- Usa la pistola de silicona para pegar la tela al palo de agua.



- Rellena el palo con el arroz antes de taparlo.



- Ahora sí, lo tapas con el otro cuadrado de tela.



- Cuando tenga sellado nuestro palo de lluvia, le daremos color y lo decoraremos con motivos de animales de la región (mariposas, ranas, tucanes, entre otros)



- Cuando termino mi trabajo lo expongo a mi familia

Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse

- *¿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?*
- *¿Disfruto de la actividad de crear mi palo de lluvia?*
- *¿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?*

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

¿Leí las indicaciones con detenimiento?



¿Revisé el enlace sugerido?



¿Desarrollé la actividad tal como fue propuesta?





¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?

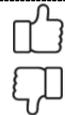


Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender

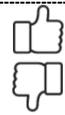
Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.

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

¿Observé mi trabajo para saber si lo realizado responde a lo planteado en la actividad?



¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?



¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?



Explico ¿Cuál fue la parte favorito del trabajo?

¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?



Asignatura: Artes Plásticas



1. Me preparo para hacer la guía

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

Material o recursos que voy a necesitar	Hoja blanca, lápiz de dibujo, lápiz de color, pintura, pincel, vaso y platito.
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 cinco



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

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 Preguntas para reflexionar y responder	arteterapia se definen así: Arte: Actividad creativa con finalidad estética en la que la persona expresa sentimientos y emociones mediante diferentes materiales, técnicas y procedimiento



3.

Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

- Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.
 - Para esta actividad voy a ir a un lugar cómodo, poner la música que más me gusta y voy a disfrutar de este tiempo de trabajo.
1. ¿Cómo me he sentido en estos días de cuarentena?

2. ¿Como ha sido la convivencia en el hogar?



3. ¿Qué es lo que quiero hacer cuando ya todo vuelva a la normalidad?

4. ¿Qué es lo que más extrañas?

- Cuando he respondido las preguntas, vamos a pasar a realizar nuestro trabajo artístico.
- Tomo una hoja blanca y dibujo el contorno de mi mano
- Cuando ya tengo mi mano dibujada voy a dibujar dentro de ella vamos a hacer una serie de dibujos que reflejen lo que respondí en mis preguntas
- Expongo a mi familia.

Ejemplos





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? • ¿Disfruto de la actividad de ensamblar? • ¿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?

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	
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Revisé el enlace sugerido?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Desarrollé la actividad tal como fue propuesta?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

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	



¿Observé mi trabajo para saber si lo realizado responde a lo planteado en la actividad?	<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"/>
Explico ¿Cuál fue la parte favorito del trabajo? ¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?	

Guía de trabajo autónomo

Música

Profesor: Brayan David Quesada Galeano

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">• Materiales generales como cuaderno de educación musical, lápiz, lapicero, hojas, pinturas, lápices de color, papel periódico, goma, tijeras, revistas, etc.• Dispositivo móvil (celular, computadora o tablet) e internet, si se dispone del recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Ubico un lugar donde pueda estar cómodo y que me permita realizar el trabajo. Recuerdo lavarme bien las manos antes de iniciar el trabajo
Tiempo en que se espera que realice la guía	40 minutos

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p><i>Antes de iniciar con la actividad:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Puedo imprimir esta guía, resolverla en la computadora o en mi cuaderno de educación musical.• <i>Leo de forma completa la guía de trabajo autónomo que se me presenta, siguiendo las indicaciones que se me solicitan.</i>
Actividades para retomar o introducir el nuevo conocimiento.	<ul style="list-style-type: none">• Recuerdo algún lugar de mi comunidad que presenta contaminación sonora.• Anoto en mi cuaderno de educación musical, el nombre del lugar y respondo las siguientes preguntas:

Nombre del Lugar:	
Pregunta	Respuesta
¿Qué efectos negativos puede traer la contaminación sonora a mi comunidad?	
¿Cómo puedo mejorar o transformar el paisaje sonoro de mi comunidad para disminuir los sonidos contaminantes presentes en ella?	



Contaminación Sonora:

Contaminación del ambiente causada por sonidos y ruidos que exceden los niveles de intensidades tolerables por el oído humano y permitido por la ley.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Leo las indicaciones que se me presentan en esta guía de trabajo autónomo. • Desarrollo las actividades que se me plantean a continuación: <p>Específico el lugar de mi comunidad que considero presenta mayor contaminación sónica y lo anoto en mi cuaderno de educación musical.</p> <p>Describo las razones por las cuales considero que ese lugar presenta contaminación sónica, considerando características como: los sonidos más contaminantes, el nivel del ruido, cantidad de sonidos presentes, intensidad del sonido (volumen) de las diferentes fuentes sonoras presentes etc., anotándolas en mi cuaderno</p> <p>Realizo un video, dibujo, poema, canción, collage u otro que represente ese lugar de mi comunidad, tomando en cuenta cuáles y qué tipos de sonidos se encuentran en ese entorno.</p>
--------------	--

Comparto con mi familia el recurso elaborado (video, dibujo, poema, canción u otro) y comento con ellos: ¿cómo podríamos evitar en la comunidad la contaminación sónica?

Anoto en mi cuaderno las diferentes soluciones propuestas.

Indicaciones

Realiza el trabajo en el cuaderno

1. Elijo un lugar, para realizar varios análisis de su paisaje sonoro.
2. Realizare tres visitas a ese lugar, a distintas horas del día, para analizar los cambios en el paisaje sonoro de cada momento.
3. Levanto una lista de los sonidos escuchados en cada sesión, y comento sobre las diferencias en el paisaje sonoro en cada hora que se realizó las visitas de audición.

Indicaciones

Actividad

Leo el concepto y analizo.

Labor social de la música

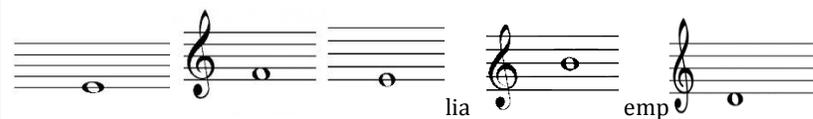
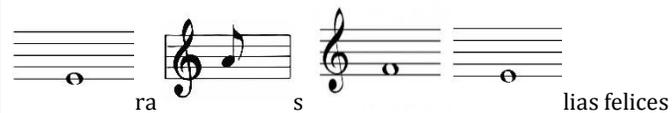
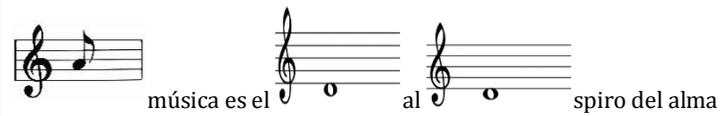
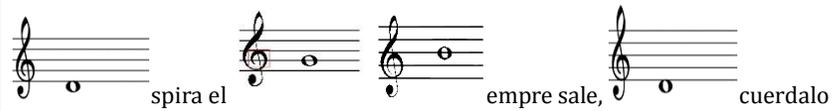
La música puede considerarse un agente socializador, en tanto que es un medio para la integración social de las personas, contribuyendo al establecimiento de relaciones sociales. También favorece la cohesión grupal y da sentimiento al grupo, contribuye al desarrollo de habilidades sociales, etc

Leo atentamente la indicación a realizar.

Realiza el trabajo en el cuaderno

1. **Analizo y comento, en cuales lugares, espacios sociales, o actividades comunales hay música?**
2. **Cito al menos 5 lugares donde la música es indispensable para que la actividad se lleve a cabo.**
3. **Comento y escribo en mi cuaderno tres razones por las cuales la música es indispensable para nuestras vidas sociales y privadas.**
4. **Recuerdo las notas y su posición en el pentagrama**
5. **Escribo las frases que se presentan en el siguiente cuadro, en forma de ejercicio mental, para poner en prácticala posición de las notas en el pentagrama.**

<p>cuer</p>	<p>,</p>	<p>empre,</p>	<p>s notas musicales</p>
<p>nemos</p>	<p>s ganas de salir</p>		



Indicaciones o preguntas o matrices para auto regularse y evaluarse

Con el fin de reflexionar:

- Leí todas las indicaciones y las comprendí, en caso de que no, puedo volver a leerlas.
- ¿Tuve dificultad con alguna de las actividades planteadas?
- ¿Por qué motivo elegí ese lugar de mi comunidad como el más contaminado sonoramente?
- ¿Por qué es importante evitar la contaminación sónica en mi comunidad?
- ¿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?



Portafolio de Evidencias

Puede registrar el aprendizaje adquirido el día de hoy en su portafolio de evidencias, que como estudiante debe construir. El mismo puede elaborarlo de manera digital o física. En este portafolio, tendrá que registrar, al menos una vez a la semana, los aprendizajes adquiridos de las asignaturas que usted decida, así como también, su vivencia y sentimientos en torno a su familia, sus docentes, compañeros y compañeras, cambios y experiencias más significativas, en el marco del trabajo autónomo como estrategia durante la pandemia COVID -19.

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	
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Repasé el material analizado en clase?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Busqué en el internet 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"/>

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	
¿Utilicé toda mi creatividad para realizar mi trabajo?	<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"/>
Explico ¿Cuál fue la parte favorito del trabajo?	
¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?	

Guía de trabajo autónomo

Centro educativo:	Liceo Boca de Arenal
Educador/a:	Dayan Villalobos Agüero
Nivel:	Plan Nacional
Asignatura:	Orientación

Indicadores del aprendizaje esperado:

1. Examina los factores protectores y de riesgo que existen en su entorno.
2. Enuncia la importancia de la toma de decisiones con actitudes, estrategias y conductas protectoras.
3. Compara acciones concretas, valorando las posibles ventajas y desventajas para su bienestar y desarrollo personal.



1. Me preparo para hacer la guía.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Guía de trabajo Autónomo, computadora o teléfono.
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	160 min/ 4 Lecciones



2. Voy a recordar lo aprendido.

Indicaciones	<i>Esta guía es de trabajo independiente, por lo que no necesitas otro material, más que la guía. Se trabaja el Proceso de Toma de Decisiones. Vas a necesitar la ayuda de un adulto por lo que puedes buscar a alguien de confianza que te ayude.</i>
--------------	---

El proceso de Toma de Decisiones:



A lo largo de la vida el ser humano debe de enfrentarse a desafíos, circunstancias complejas y retos que requieren de un proceso de toma de decisiones que nos permitan resolver la situación. Todos los días tomamos decisiones a largo, corto o mediano plazo por ejemplo cuando elijo qué ropa me pongo hoy, qué libros me llevo a clase, ¿voy a ir a jugar esta tarde después de hacer los deberes?

Algunas decisiones son fáciles de tomar y otras son difíciles, dependiendo de las circunstancias de cada persona, por ejemplo elegir entre un chicle de menta o fresa no es difícil, pero decirle a una amiga o

un amigo que no voy a su casa como habíamos quedado, puede ser más complicado, porque a lo mejor se enoja conmigo. Al tomar decisiones hay que tener en cuenta las consecuencias de lo que elegimos. Para tomar bien una decisión, existen 4 pasos fundamentales que hay que dar:



El hecho de seguir este proceso nos puede facilitar el tomar una decisión y definir un proyecto de vida.

Actividad

Actividad 1. Aprendo a tomar decisiones, a continuación te presentará un cuadro y una serie de decisiones que debes de tomar, por medio del cuadro debes de analizar cuál es la mejor decisión a tomar. Presta mucha atención y toma tu tiempo para responder.

Cuadro 1.

Situación	El día de mañana tienes un examen muy importante, pero uno de tus compañeros de clase te invito a ver una película en el cine ¿Qué deberías hacer?		
Que quiero conseguir con la situación			
¿Qué puedo hacer?			
¿Qué ventajas tienen esas opciones?			
¿Qué desventajas tienen esas opciones?			
¿Cuál es la mejor alternativa?			

Cuadro 2.

Situación	En la televisión están pasando dos películas que me gustan mucho, ambas las quiero ver, una de ellas es un estreno y nunca la has visto, la otra si la has visto varias veces. ¿Qué deberías de hacer?		
Que quiero conseguir con la situación			
¿Qué puedo hacer?			
¿Qué ventajas tienen esas opciones?			
¿Qué desventajas tienen esas opciones?			
¿Cuál es la mejor alternativa?			

Otra forma de elegir una solución es utilizar **“Cinco alternativas más”**

Debemos de recordar que aunque en nuestra vida diaria tengamos situaciones que parecen que tienen una o dos soluciones, nuestras manos siempre nos van a demostrar que existen siempre “5 alternativas más”.

- **El dedo pulgar “Hazte el fuerte”** Nos propone para encontrar una alternativa.
- **El dedo índice “Elige una nueva combinación”** El dedo índice nos recuerda que tenemos la posibilidad de salirnos de las opciones habituales y buscar una nueva combinación.
- **El dedo corazón “Lucha”** La alternativa “lucha” nos habla de insistir, perseverar e incluso de combatir, de oponerse ante una postura determinada.
- **El dedo anular “Buscar aliados”** Expresa un vínculo con otra persona. La cooperación resulta fundamental para esta alternativa.
- **El dedo meñique “Minimiza el problema”**. Minimizar el problema tiene que ver con desviar nuestra atención de ello, olvidarnos o despreocuparnos de lo que va a pasar y confiar en que todo va a seguir una evolución positiva.



Actividad

A continuación les presento un caso ficticio, deben de leerlo bien, y buscar opciones para buscar una posible solución ante la situación.

Caso del Cine. Nos acaban de invitar a ir al cine a ver una película que se acaba de estrenar. Si aceptamos ir es muy posible que lleguemos muy tarde a nuestra casa, incluso es posible que el último bus ya se ha ido a la hora que salimos del cine. No tenemos modo para llamar a la casa a solicitar el permiso a nuestros padres. Cada uno debe de decidir qué hacer. Tienes un poco de tiempo para pensarlo pero debes hacerlo pronto porque el bus pasa en pocos minutos.

Debes de elaborar una posible solución, toma en cuenta la información que hemos repasado hasta el momento. Detalla tu solución a continuación:

Preguntas para reflexionar y responder

En base al caso anterior responde las siguientes preguntas.

1. Como te sentiste al solucionar el caso.

2. ¿Piensas que fue una decisión difícil?

3. ¿Qué te hizo dudar? ¿Encontraste ventajas y desventajas?

4. ¿En algún momento dudaste de la decisión que tomaste? ¿Por qué?



3. Pongo en práctica lo aprendido.

Indicaciones

Hasta el momento hemos trabajado en la importancia, proceso y forma de solucionar problemas. Parte importante de tomar decisiones es conocerse y establecer una buena comunicación, temáticas que trabajamos en las guías anteriores. Como última actividad te voy a presentar un cuestionario, en este deberás de seleccionar la respuesta que consideres se acerca más a tu realidad.



Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse

¿Cómo Actúo?

Las siguientes preguntas te van ayudar a conocer más la manera en que sueles reaccionar.

Reacciones	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
Algunas reacciones pueden influir en mi conducta de manera negativa.			
El miedo a molestar a una persona no influye en mis decisiones.			
Por querer “Quedar bien” a veces hago cosas de las que no estoy del todo convencido.			
A veces hago cosas por miedo a tener que decir “ NO ”			
Siempre tomo decisiones pensando en sus consecuencias.			
El miedo “ a quedar mal ” influye en mis decisiones.			
A veces no pregunto cosas por miedo a parecer “ tonto ”			

Los problemas y las decisiones a las que tenemos que hacer frente en nuestra vida nos generan reacciones emocionales de más o menos intensidad en función de la importancia de lo que está en juego y de la forma en que resolvamos la situación. Es importante aprender a ser reflexivos y razonar ante las situaciones que enfrentamos.

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

Centro Educativo: Liceo Boca Arenal
Educador/a: Jose Ruiz González
Nivel: **Decimos y Undécimos Plan Nacional**
Asignatura: **Educación Religiosa**



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"> • <i>Materiales generales como cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc.</i> • <i>Puede tener un ejemplar de la Biblia o una versión en digital.</i> • <i>Tener acceso a Internet por medio de teléfono inteligente, Tablet o computadora, para ver el material impreso enviado por el docente. En este caso les llega solo el material impreso.</i>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Hacerlo en un espacio agradable o que permita desarrollar las actividades de manera adecuada.
Tiempo en que se espera que realice la guía	80 minutos o dos lecciones (dos lecciones o sea, dos semanas)



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p><i>Para desarrollar y reflexionar esta guía de trabajo autónomo, siga las siguientes indicaciones:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Realice los pasos sugeridos en la siguiente columna de manera individual.</i> • <i>Posteriormente comente con su grupo familiar lo que más le llamó la atención de lo realizado en el trabajo asignado.</i>
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Antes de ver la hoja impresa anote algunos problemas que experimentan algunas personas con respecto a la crisis provocada por la pandemia de manera particular la familia, las personas adolescentes o jóvenes que usted conoce. Lea el material impreso y escriba sus respuestas en su cuaderno de religión y escriba también un comentario del contenido de la hoja en relación con la crisis provocada por la pandemia y algunas recomendaciones para cuidar la salud integral de las personas. Conteste la hoja impresa. Desarróllela con sus palabras.</i>



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none">• Reúnase con su grupo familiar y comparte oralmente los aprendizajes significativos durante el trabajo autónomo.• Finalmente, cada estudiante puede terminar con la siguiente pregunta reflexiva: Cuando terminara esta crisis?
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	El educador/a: <ul style="list-style-type: none">• Una vez desarrollado todas las indicaciones, con el fin valorar tu participación en el trabajo, por favor conteste de manera sincera la plantilla al final de esta columna.

Matriz de autorregulación y evaluación:

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?	<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"/>
Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo?	
¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?	

GUIA DE ACOMPAÑAMIENTO DIVERSIFICADA

EJERCICIO

Quiero ser servidor de todos



Jesús, Tú me enseñas
que para seguir tus pasos,
hay que servir a los demás.
Ayúdame, a ser servicial,
a preocuparme por los demás,
a vivir pensando en ellos.
Enséñame a ayudar,
a ser generoso y abierto,
a estar siempre dispuesto
para dar una mano.
Quiero dar muchos frutos
de buenas acciones.
Quiero ser solidario
y amar a los demás
con gestos, hechos y actitudes,
no sólo con palabras.
Ayuda a que mi semilla
pueda dar muchos frutos
de cosas buenas. Amén.

Después de vivir esta experiencia, pensemos un poco.

- 1.- Escriba 10 compromisos en la familia, en el colegio y en la comunidad que voy adquirir.
- 2.- A la luz de esta pandemia haga una lectura de los dibujos que se le muestran y a la luz de la oración escriba una reflexión de cada uno de ellos.



Guía de trabajo autónomo 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: - Cuaderno y lápiz. - Opcional: Celular o computadora con acceso a internet.
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	Realice un repaso de lo visto en clase: <ul style="list-style-type: none"> Partes de la computadora (función y división entre dispositivo de entrada o de salida) Encender y apagar correctamente una computadora
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<p>Partes de la computadora</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Conoces todas las partes que conforman una computadora y la funcionalidad de ellas? ¿Sabes qué es un dispositivo o un periférico de la computadora? ¿Reconoces cuáles dispositivos de la computadora son de entrada y cuáles son de salida? <p>Encender y apagar correctamente una computadora</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Recuerdas la forma correcta de encender una computadora?



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>I Parte. Pates de la computadora</p> <p>1. Observe el siguiente video “Dispositivos de salida y entrada” https://www.youtube.com/watch?v=4JfqWA4JSIq</p>
---------------------	--

2. Si no puede observar el video, realice lectura de la siguiente información.

DISPOSITIVOS DE ENTRADA Y SALIDA

Las partes que conforman una computadora también son llamados **periféricos** o **dispositivos**, además se clasifican en **dispositivos de entrada** y **dispositivos de salida**.

- **Los Dispositivos de Entrada:** son todos aquellos que permiten ingresar información a la computadora, por ejemplo:
 - **El Teclado:** ingresamos texto a la computadora.
 - **El Ratón (Mouse):** ayuda a manipular cosas dentro de la computadora.
 - **El Escáner:** fotografiamos documentos y quedan en la computadora.
 - **La cámara web:** capturamos videos o fotografías y quedan en la computadora.
 - **Micrófono:** gravamos audio y quedan en la computadora.
- **Los Dispositivos de Salida:** son todos aquellos que permiten extraer o sacar información a la computadora, por ejemplo:
 - **El Monitor:** sale audio, imagen, texto de la computadora.
 - **El parlante:** sale audio de la computadora.
 - **Audífonos:** sale audio de la computadora.

También existen dispositivos que son **de entrada y de salida** a la vez, ejemplo:

- **El Modem:** cuando enviamos una información por internet funciona como dispositivo de entrada y cuando descargamos una información de internet sirve como dispositivo de salida.
- **Las Llaves mayas:** si guardamos información de la computadora a la llave maya funciona como dispositivo de salida, pero si lo hacemos al revés, y guardamos información de la llave maya a la computadora funciona como dispositivo de entrada.
- **El Disco duro:** a lo igual en que en la llave maya, si guardamos información de la computadora al disco duro funciona como dispositivo de salida, pero si lo hacemos al revés, y guardamos información del disco duro a la computadora funciona como dispositivo de entrada.

1. Después de leer la información anterior, realice los siguientes ejercicios:

- a. Seleccione de la siguiente lista con una equis (X) para qué sirven los **dispositivos de entrada**.
 - () Para leer un documento
 - () Para ingresar información en la computadora
 - () Para imprimir un documento

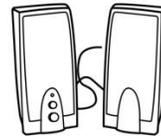
b. Encierre en un cirulo o colorea todos los **dispositivos de entrada**.



Llave maya



Ratón o *Mouse*



Parlantes



Micrófono



Impresora



Audífonos



Teclado



Cámara Web

a. Seleccione de la siguiente lista con una equis (X) para qué sirven los **dispositivos de salida**.

- Para leer un documento
- Para escuchar música
- Para extraer o sacar información en la computadora

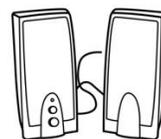
c. Ahora encierre en un cirulo o colorea todos los **dispositivos de salida**.



Llave maya



Ratón o *Mouse*



Parlantes



Micrófono



Impresora



Audífonos



Teclado



Cámara Web

- d. En la siguiente tabla clasifique con una equis (X) cada dispositivo en la casilla **entrada o de salida** según corresponda, en el caso de los que son tanto de entrada como salida debe marcar ambas casillas

DISPOSITIVOS DE ENTRADA Y SALIDA		
Dispositivo	Entrada	Salida
El Teclado		
El Ratón o <i>Mouse</i>		
La Impresora		
El Monitor		
El Escáner		
Los Parlantes		
El Micrófono		
La Cámara		
Llave Maya		
Los Audífonos		
Disco duro		

II Parte. Encender o apagar una computadora.

2. Realice lectura de la siguiente información.

PASOS CORRECTOS PARA ENCEDER Y APAGAR UN COMPUTADOR

Encender computadora correctamente

1.

Conecte la computadora a la electricidad.



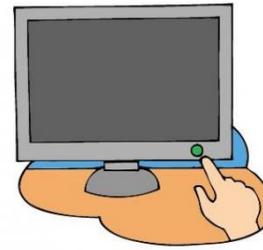
2.

Presione el botón de Encendido del CPU.
Este botón encenderá una luz indicando que está encendido.



3.

Presione el botón de Encendido/ Apagado del Monitor. Este botón encenderá una luz indicando que está encendido.



4.

Espere que la Windows cargue.



5.

Computadora encendida



Apagar computadora correctamente

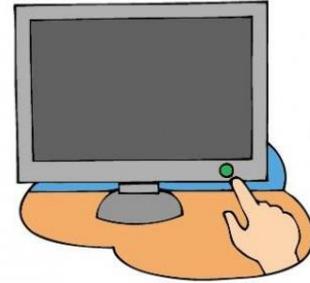
1.

Presione el botón  que aparece en el menú izquierdo inferior de la pantalla y luego la opción **Apagar**.



Importante: El CPU apagará el botón de Encendido/Apagado indicando que ya se apagó la computadora de forma correcta.

2. Ahora presione el botón de encendido/ Apagado del Monitor. *Este botón apagará la luz indicando que está apagado.*



3. Listo. NUNCA apague el CPU antes de realizar el apagado desde el sistema de Windows.

3. Después de leer la información anterior, realice los siguientes ejercicios:

- a. Marque con una equis (X) cómo nos damos cuenta si la computadora ya está **apagada**.

- () Si los botones de Encendido/Apagado tienen las luces apagados.
() Si los botones de Encendido/Apagado tienen las luces encendidos.
() Si el monitor está encendido.

- b. Dibuje una imagen dentro del monitor que está encendido y pinte de color verde el botón de Encendido/Apagado. El Monitor Apagado píntelo de color negro.

Monitor Encendido



Monitor Apagado



Guía de trabajo autónomo

EDUCACION FISICA

Institución: Liceo Boca de Arenal

Profesor: Danny Aguilar Canales.

Nivel: 11°

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: <ul style="list-style-type: none">- Celular, computadora.- Un paño o alfombra.- Una botella con agua.- Ropa Cómoda
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente unos 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
Tiempo en que se espera que realice la guía	Recomiendo que se realice por medio de un portafolio (puede llevar fotos, tiempos, informe de avances de la actividad) / Explicar que es un portafolio.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

1. Reflexionar y responder:

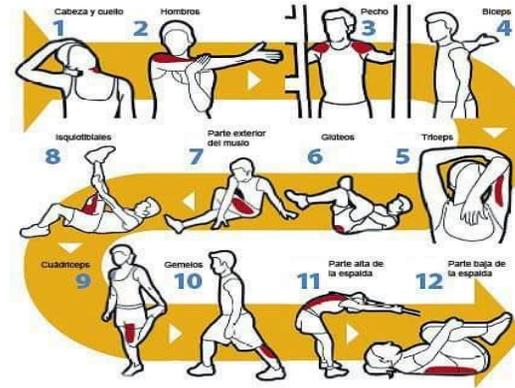
- Después de buscar en el diccionario u otro medio el concepto de algunas palabras para ubicarse en el trabajo que va a realizar, el estudiante analiza lo que significan e interioriza los diferentes conceptos.

2. Se le pregunta:

- ¿Analice y comente que es salud?
- ¿Porque es importante estar bien (sanos) de la salud?
- ¿La alimentación aporta un papel importante o no para estar saludables?
- ¿Qué debo hacer además de comer bien para estar bien de salud?
- ¿Porque es importante el ejercicio?
-

“Conteste estas preguntas fáciles de reflexión en el cuaderno, su respuesta es importante”

Indicaciones	<p>1. <u>Indicaciones:</u> El estudiante para que tenga conciencia de lo que va a realizar, va a buscar el concepto de algunas palabras o términos que vienen en el plan de estudio del primer trimestre.</p> <p>El estudiante va a ejecutar la rutina de ejercicios que el profesor le indica o va a facilitar.</p>
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<p>El educador/a: <u>Actividades de calentamiento / Estiramiento</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Las actividades físicas que realizo en mi casa:2. Calentamiento:3. Se comienza por realizar el trote suave, progresivamente se va aumentando el ritmo de trote, posteriormente se van realizando los demás ejercicios de elevación de muslos, patada al glúteo, etc, por tiempos de 30 o 40 segundos intercalados con el trote en el lugar durante un aproximado de 10 minutos.4. El estiramiento: es el alargamiento del músculo más allá de la longitud que tiene en su posición de reposo. Son ejercicios suaves y mantenidos que sirven para preparar los músculos para un mayor esfuerzo y aumentar el rango de movimiento en las articulaciones

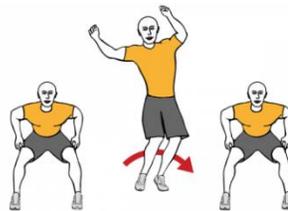


3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

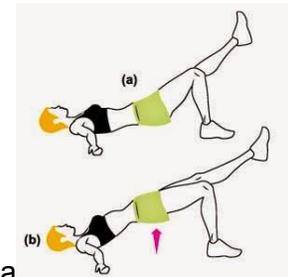
Indicaciones

El estudiante realizará una rutina de ejercicios funcionales, donde la carga de trabajo irá distribuida equitativamente, con repeticiones determinadas por el profesor acorde al conocimiento del grupo.

30 Saltos laterales



20 puente de glúteos elevación de pierna



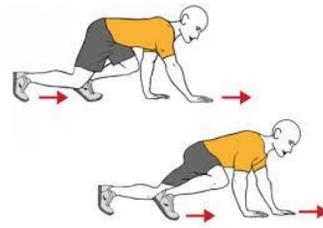
40 escaladores



30 sentadilla con salto



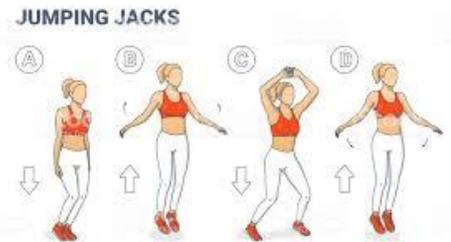
Pasos de oso 20 metros ida y vuelta



3 min de descanso e hidratación



Tijera 50(jumping Jack)



plancha 1min.



Ejercicios Vuelta a la calma (20 segundos en cada ejercicio)



