

LICEO BOCA DE ARENAL

PLAN NACIONAL

SEXTA GUIA

DECIMO AÑO



*"Las personas al igual que las aves,
son diferentes en su vuelo,*



pero iguales en su derecho a volar"



MATERIA	PROFESOR	PAGINA
1. MATEMÁTICAS	GRACE	3
2. CIENCIAS	GRACE	6
3. ESTUDIOS SOCIALES	GRACE	10
4. ESPAÑOL	GRACE	14
5. INFORMÁTICA	YAJAIRA.....	21
6. EDUCACIÓN FÍSICA	DANNY	25
7. INDUSTRIALES	WALTER.....	30
8. ARTES PLÁSTICAS	ALLAN	33
9. HOGAR	SARA	42
10. INGLÉS	JUANITA	49
11. RELIGIÓN	JOSE	NO EN ESTA GTA
12. ORIENTACIÓN	DAYAN	59
13. MÚSICA	BRAYAN.....	NO EN ESTA GTA

Guía de trabajo autónomo

MATEMATICAS. Grace García 10-5

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, calculadora etc. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Todos los trabajos tienen una semana 1 y semana 2. Deben tener los trabajos dentro de la carpeta de evidencias o portafolio, para dudas tenemos un horario de atención los martes y viernes de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. por whatsapp y por plataforma teams los mismos días. Todos los trabajos se deben entregar en la fecha estipulada se les informará por el grupo guía. Escoger la forma de enviar las guías, al docente.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	¿Multiplico números para aumentar y divido números para disminuir?

Autorregulación y evaluación de trabajo autónomo

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?

SIMPLIFICACIÓN

Ejemplo: mitad de 40, mitad de 20, mitad de 10= 5

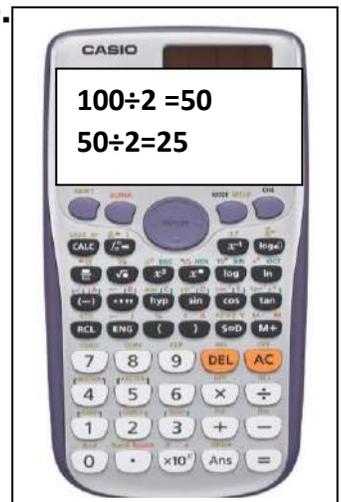
$$\cancel{40}^2 = \cancel{20}^2 = \cancel{10}^2 = 5$$

La simplificación de un número. Consiste en lograr dividirlo en un número entero.

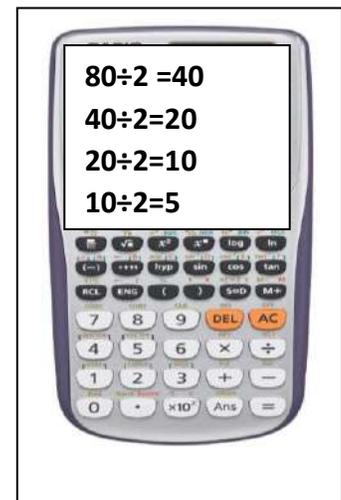
PRACTICA DE SIMPLIFICACIÓN.

Escriba en el espacio en blanco la mitad de cada número.

$$\cancel{100}^2 = \underline{\quad}^2 = 25$$



$$\cancel{80}^2 = \cancel{40}^2 = \underline{\quad}^2 = \cancel{10}^2 = 5$$



AMPLIFICACION

$$3 \cdot 2 = 6$$

$$4 \cdot 2 = 8$$

La amplificación de un número. Consiste en lograr multiplicarlo una o varias veces.

EJEMPLOS

a) $5 \cdot 2 = 10$

b) $3 \cdot 2 = 6$

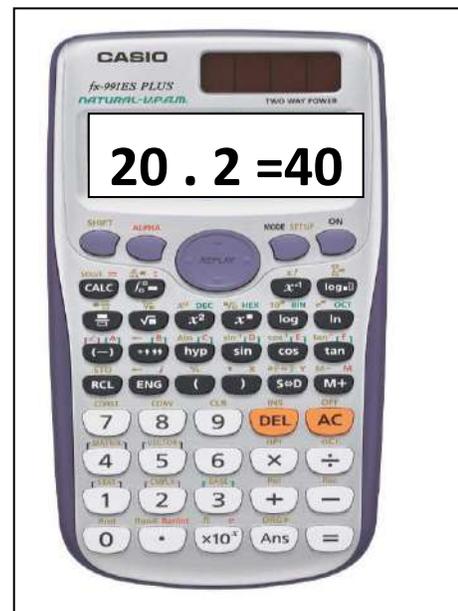
PRACTICA DE APLIFICACION.

$$4 \cdot 2 = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$2 \cdot 2 = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$8 \cdot 2 = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$3 \cdot 2 = \underline{\hspace{2cm}}$$



PRACTICA

ACTIVIDAD:

Escriba en el espacio en blanco la palabra Amplificación o Simplificación según corresponda.

$$4 \cdot 5 = \underline{\hspace{2cm}} \qquad 80 \div 2 = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$2 \cdot 2 = \underline{\hspace{2cm}} \qquad 30 \div 2 = \underline{\hspace{2cm}}$$

Guía de trabajo autónomo

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Todos los trabajos tienen una semana 1 y semana 2. Deben tener los trabajos dentro de la carpeta de evidencias o portafolio, para dudas tenemos un horario de atención los martes y viernes de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. por whatsapp y por plataforma teams los mismos días. Todos los trabajos se deben entregar en la fecha estipulada se les informará por el grupo guía. Escoger la forma de enviar las guías, al docente.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	¿Qué son las tres R para ayudar al planeta? ¿Qué puedo hacer para evitar la contaminación?

Autorregulación y evaluación de trabajo autónomo

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?

GTA 6°

ACTIVIDAD #1: Observar el Video. <https://www.youtube.com/watch?v=XMvncTxCLB4>

Se explican y dan imágenes de conceptos de como se contamina o desperdicia el agua o litosfera.



Es importante que se observe el video de la Hidrosfera y su comportamiento.

El Agua. Cuidemos Nuestro Planeta - Videos Educativos para Niños

https://www.youtube.com/watch?v=S_SaCPa1Zkg

En las siguientes imágenes encontrará acciones para el uso correcto de los recursos y protección del agua (hídricos). Observe y analice las formas correctas del uso de los materiales.

Las 3 erres

¿Sabias que existe una regla que ayuda a que el planeta no se contamine más de lo que ya esta?

La regla consiste en 3 simples palabras las cuales son: Reducir , Reutilizar y Reciclar

SEMANA 2

Reciclar

Quiere decir utilizar los residuos para elaborar nuevos productos.

Es necesario separar el material. ¿Como?

En el contenedor amarillo debemos depositar el plástico.

En el contenedor verde debemos depositar el vidrio.

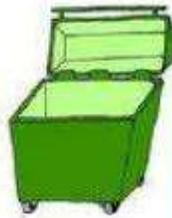
En el contenedor azul debemos depositar el papel.



PLASTICOS
Y
ENVASES



CARTON
Y
PAPEL



RESIDUOS
ORGANICOS



Reducir

Quiere decir utilizar menos materias primas, menos agua y menos energía.

Por ejemplo; no dejes la luz encendida si no estas en una habitación, cierra bien el grifo cuando lavas los platos o cuando te lavas las manos, dúchate en vez de bañarte, pon la lavadora llena y no con una sola prenda ...

También hay aparatos que pueden ayudarnos a reducir el consumo diario.

Anímate a utilizarlos!



Reutilizar

Quiere decir no tirar las cosas cuando todavía son útiles.

Por ejemplo, utiliza un calcetín viejo para hacer una marioneta para los niños o un bote de refresco como portalápices,...
Sólo has de tener un poco de imaginación!

Seguro que se te ocurren un montón de cosas que hacer.



ACTIVIDAD#2

En la columna de la izquierda encuentran los nombres y en la columna derecha los significados de cada concepto de contaminación.

Conceptos			Significados
REDUCCION	1	()	Quiere decir no tirar las cosas cuando todavía son útiles.
RECICLAR	2	()	Quiere decir usar menos materia prima, menos agua y menos energía.
REUTILIZAR	3	()	Quiere decir utilizar viejos residuos para elaborar nuevos productos

ACTIVIDAD#1

Una forma de reciclar el agua en mi casa y ayudar al medio ambiente puede ser:

¿Qué materiales puedo reutilizar para ayudar al medio ambiente y al agua?

Evalué mi aprendizaje en la materia de: **Ciencias**
El tema: contaminación.
Para esto utilizo los colores del semáforo, coloreando según mi aprendiz:

Todavía no lo entiendo

Lo entiendo pero no pue

Lo entiendo y lo puedo e

Guía de trabajo autónomo

Estudios Sociales . Grace García 10-5

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Todos los trabajos tienen una semana 1 y semana 2. Deben tener los trabajos dentro de la carpeta de evidencias o portafolio, para dudas tenemos un horario de atención los martes y viernes de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. por whatsapp y por plataforma teams los mismos días. Todos los trabajos se deben entregar en la fecha estipulada se les informará por el grupo guía. Escoger la forma de enviar las guías, al docente.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	¿Qué lugares en Costa Rica cuidan los animales y al bosque?

Autorregulación y evaluación de trabajo autónomo

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?

Semana#1

ACTIVIDAD 1

Semana #2

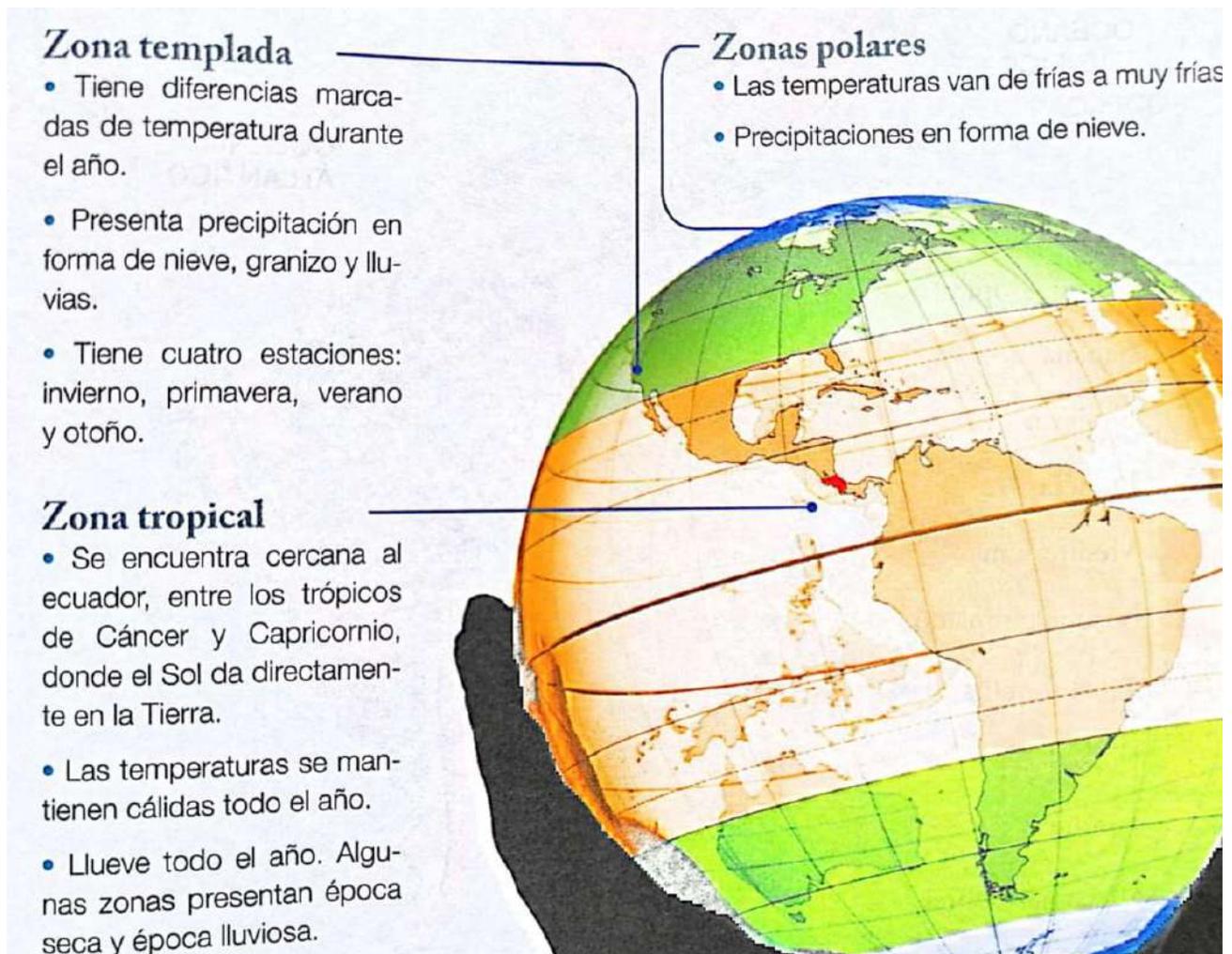
Actividad 2

La dimensión geográfica de los ecosistemas terrestres a escala global y en Costa Rica.

El planeta tierra se compone de tres segmentos o capas: la hidrosfera, formada por agua; la atmósfera, por aire y nitrógeno, y la litosfera, que constituye la corteza donde vivimos. A partir de la combinación de estas tres capas, se desarrolla una cuarta, la biosfera, en la cual se desarrolla la vida humana y los biosistemas.

Concepto de biosistemas.

Los biosistemas se definen como comunidades de flora y fauna, con características homogéneas que se extienden sobre áreas geográficas bastante extensas y que están influidas por las condiciones geográficas y climáticas de los lugares donde se ubican.



PAREO

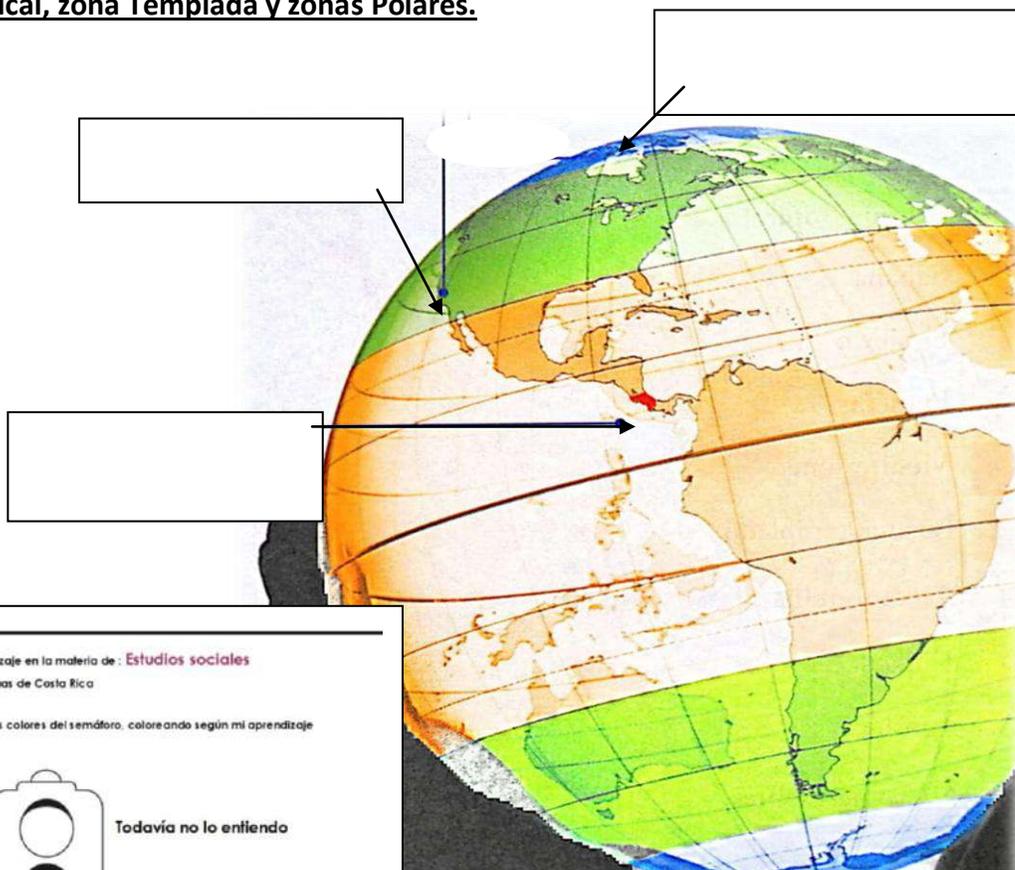
En la columna izquierda están los conceptos y en la izquierda los nombre de las distintas zonas climáticas donde se encuentran los biosistemas. Relacione la columna derecha con la izquierda escribiendo el numero que corresponde.

1	Las temperaturas se mantienen cálidas todo el año. Lluve todo el año algunas zonas presentan época seca y época lluviosa.	()	Zona Tropical
2	Presenta precipitación en forma de nieve, granito y lluvias. Tiene cuatro estaciones invierno, primavera, verano y otoño.	()	Zonas Polares
3	Las temperaturas van de frías a muy frías. Precipitaciones en forma de nieve.	()	Zona Templada

IDENTIFIQUE

Escriba en los siguientes recuadros el nombre de las tres zonas estudiadas.

zona Tropical, zona Templada y zonas Polares.



Evalué mi aprendizaje en la materia de: **Estudios sociales**
 El tema: Ecosistemas de Costa Rica

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

		Todavía no lo entiendo
		Lo entiendo pero no puedo explicar
		Lo entiendo y lo puedo explicar

Guía de trabajo autónomo

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Todos los trabajos tienen una semana 1 y semana 2. Deben tener los trabajos dentro de la carpeta de evidencias o portafolio por materia, para dudas tenemos un horario de atención los martes y viernes de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. por whatsapp y por plataforma teams los mismos días. Todos los trabajos se deben entregar en la fecha estipulada se les informará por el grupo guía. Escoger una de las tres formas de entregar las guías, a los docentes.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
Actividad	¿Entiendo lo que leo?
Preguntas para reflexionar y responder	¿Qué es una Oración, un verbo?

Autorregulación y evaluación de trabajo autónomo

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

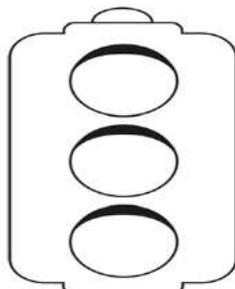
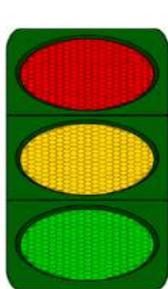
¿Utilicé toda mi creatividad para realizar mi trabajo?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Semana #1 Leo detenidamente el siguiente texto. Una o dos veces.

Evalúo mi aprendizaje en la materia de : **ESPAÑOL**

El tema: **La oración.**

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



Todavía no lo entiendo

Lo entiendo pero no puedo explicar

Lo entiendo y lo puedo explicar-

Cuento

Mano Pedro

Pues señor –dijo aquella tarde Tata Mundo, sentadito en su escaño de los cuentos–, es el caso que a Mano Pedro le había llovido tan duro en los últimos años, que ya el nombre no atinaba con nada y estaba que si se mataba, que si no se mataba, por lo mucho que la desgracia lo había venido cogiendo de manteca para su fritanga. Sin un trapo que ponerse, sin un cinco para puros, peleado con la mujer, los hijos el que no muerto por morirse, dejado de los amigos, y de pleitos y calentones de cabeza bien cogido, el pobre se echó una noche calle arriba, dispuesto al fin a acabar con todo. Cogió sogas y cogió monte rumbo al palo que había escogido para que le sirviera de soporte al que habría de ser muerto guindajo de su cuerpo. Vencida su última repugnancia, que era pensar lo feo que se iba a ver de ahorcado y la lástima que por él habrían de sentir quienes en vida no acataron a echarle una ayudita, despachaba Mano Pedro su postrer suspiro, en tanto que se echaba el lazo al cuello, cuando –porque un cuando se entromete si así lo tiene dispuesto la suerte –me le salió de detrás de un matorral un viejito de no se sabe cuántos años de barba, ni cuánta joroba de sabiduría, quien con toda malacrianza y sin muchas aquellas cogió al hombre por el cogote, le dio una tunda con su bordón y me le arrebató la sogas.

–Ah, sí, cómo no, qué bonito. No solo has llevado buena reata aquí en la tierra, sino que querés ir a chasparriarte por toda la eternidad en los infernos –le fue diciendo entretanto.

Y Mano Pedro, todavía medio lelo de la sorpresa:

–Pero, ¿quién diablos es usted? ¡Solo me fallaba esto!

–Qué esto ni qué lo otro. Vos te me vas callando con el ya y ahora mesmo te ajillas para tu casa y

te las remendás de alguna manera.

–Adiò –se me medio enojó entonces Mano Pedro, ahora mejor cogidas las riendas de su asombrada persona–, tras que me arrea con el palo también me quiere echar a perder la noche. Mire que yo ni a mentadas me vuelvo a casa.

Bueno, con una condición lo haría, pero, qué va, eso solo Dios lo podría hacer y como que yo para lo único que le he servido es para limpión de su cocina. Venga acá esa sogas y no se atravesie más en mis asuntos.



–Ah, gran tonto –dijo entonces el viejito–, si para eso estoy yo aquí; no ves que Dios mismo me ha mandado a ayudarte. Allá vos con tu tontería, pero si lo que querés es eso, pues que se te cumpla, de veras, la condición que ponés, con tal que no haya aquí ahorcamiento.

Abrió Mano Pedro unos ojos así de grandes, y entonces notó que al anciano entre si es, no es, le brillaba un resplandor arriba de la cabeza y de las manos le salía algo que parecían rayos. “Hm, pensó, la cosa se está poniendo buena. Este por lo menos es mi mismítico

santo, San Pedro”, y le echó a correr por la cintura arriba un friillo como de miedo. Mas la “aparición” continuaba hablándole ahora muy amistosamente y el pobre empezó a tomar el asunto en serio y a cavilar de lo lindo, porque el viejo le estaba diciendo que sí, que podía estar seguro de que en adelante sus deseos se le cumplirían irremisiblemente, y el pobre Mano Pedro, si asina lo aceptaba, podría llegar a ser todo lo feliz o todo lo infeliz que sus deseos quisieran. Pero no todos los deseos: solo aquellos más firmes, más verdaderos.

Cuento

Mano Pedro, que no era ningún gandumbas, aceptó sin más dudarlo y ya lo tenemos de regreso, todavía escuchando las últimas palabras del viejito, que este le gritó con sus manos haciendo bocina:

–Tené cuidado, tené mucho cuidado. Y no olvides que el hombre muchas veces no sabe lo que quiere.

Empero, Mano Pedro se sentía tan, pero tan contento, que lo único que hacía era enseñar los dientes de la risa y de la alegría sobarse las manos... Ahora verían quién era Mano Pedro Valverde. Ahora nomasito lo verían.

–Bueno –continuó Tata Mundo luego de una pausa que le sirvió para encender su negro chircagre–, la cosa fue de veras como de milagro. De allí a poco todo comenzó a salirle bien a Mano Pedro, que se volvió de lo más simpático, de lo más influyente y de lo más encumbrado. Los vecinos no hallaban cómo quedarle bien. Lo ponían aquí; lo llevaban para allá; lo encomiaban por esto; lo enaltecían por lo otro, y Mano Pedro hecho un puro turrón con todo el mundo. De flaco y anémico que había sido, paso a paso se ponía gordito y colorado, al punto que su mujer se transformaba en la más amable y bonachona compañera que pueda imaginarse, y los hijos que le habían quedado, ni para qué: hechos unos temerones saludables y con una suerte para todo que solo superaba la de Mano Pedro en persona.

Pero no se crean ustedes que las cosas le caían lloviditas del cielo a nuestro hombre; nada de eso; le venían por los caminos corrientes, más o menos como acontece a todos los que manejan con tino sus cosas. Así que Naide sospechaba cómo ni de dónde le venían a Mano Pedro su ojo estupendo para los negocios, su don de gentes, y aquella especial viveza para resolver problemas y soslayar complicaciones.

Naide se acordaba ya de los años tristes y malditos por los que había pasado. Lo llamaban el trapito de dominguear del pueblo y no había quién no lo trajera en andas. Y como él, que bien sabía hasta qué extremo podía llegar su generosidad sin que agotara las fuentes, se daba maña para portarse espléndido, todos lo querían de esa manera tan

humana y envidiosa como se quiere a quienes van codo a codo con la fortuna.

Bueno, que todo parecía andar muy bien en lo de Mano Pedro. Todo menos esa incómoda cosilla de que ningún hombre puede desprenderse sin morirse, y es él mismo. Porque al hombre comenzaron a enredársele los hilos con aquello de sus deseos verdaderos, y las cosas a no hacérsele tan claras ni tan fáciles a poco que pasó un tiempo. Mano Pedro era un hombre bueno y nada lerdo de entendederas, y allí estaba lo malo. La maquineta prodigiosa de sus deseos le estaba resultando demasiado traviesa y resposdona.

“Y ¿esto qué es, Mano Pedro, se preguntaba; vos deseás y querés, querés y deseás, pero de tus antojos unos se te cumplen y otros ¿no se te cumplen?”. Bueno, con pensar que los que fracasaban no eran los “verdaderos” que le había dicho el “viejito, el asunto se resolvía bastante bien, mas no completamente. Porque también sucedía que se daban hechos que él no había querido, sobre los que, meditándolo bien, concluía por creer que provenían de muy ocultos y desapercibidos deseos que había tenido, y de los cuales resultaba responsable en cierto modo. Asina aquel año cuando solo en sus tierras se dieron buenas cosechas, y muy malas en las ajenas.

Es verdad que había cultivado mejor, abonando, escogiendo las mejores semillas y empleando buenos fungicidas, pero, quedaba siempre la duda. Comenzaba a sentirse culpable.

“¿Te acordás de aquello otro, Mano Pedro, te acordás del garañón de tu primo Lencho? Era el mejor caballo de la comarca. Y a vos te gustaba; vos se lo habías deseado; se lo ofreciste comprar y no quiso vendértelo... ¿Que qué tenías que ver con que el caballo se hubiera muerto? No, nada, nada, Mano Pedro. Sencillamente lo mató un rayo, y vos no tuviste nada que ver.

“Allí estaba lo extraño con sus malditos deseos, que no siempre salían verdaderos, porque de haberlo sido este, el primo Lencho le habría vendido el caballo de buena gana. Y la pura verdad fue que la bestia –ah, qué buena bestia era–, pasó a mejor vida. Y de allí las grandes dudas de Mano Pedro, que ya no se sentía tan feliz y se daba a desconfiar de sus intenciones y deseos.

Cuento

De más en más tornábase silencioso y meditativo. Se le iban las horas recordando hechos de su vida y clasificando uno por uno los deseos buenos y los deseos que se le antojaban malos. Con esto, naturalmente, el saco de sus culpas crecía y se inflaba que hasta que se le iba a reventar. Mano Pedro dejaba de ser un hombre a secas y se transformaba cada vez peor en un viviente examen de conciencia.

Había cosas muy claras, desde luego, como aquello de haber estado queriendo sacarse la lotería y habérsela ganado. Un buen comienzo. Comprar la finca y sacar sustanciosas ganancias. Criar familia saludable y hacer de sus hijos garridos mozos. Buscar y encontrar un fiel amigo y tan magnífico socio como Jesús Sánchez, el compadre que en el vecino pueblo administraba y hacía crecer bienes comunes en un floreciente establecimiento comercial. Pero, ¿y esa ocurrencia de sus amigos de nombrarlo presidente municipal, por mucho que había tratado de disuadirlos? El no lo había querido. Traía molestias, y no aumentaba sus ganancias. O, ¿era que en el fondo también había deseado estos encumbramientos? Por Dios, ¿le enredaba la cosa. De este modo cualquier día podría amanecer diputado. Y en este punto el corazón de Mano Pedro Val-verde daba tremendos saltos, pues lo cierto es que no se hallaba muy seguro de no quererlo, aunque se decía de manera firme que nada de aquello deseaba ni pretendía. Un día, va y le vinieron con que:

—Manda a decir su compadre Jesús que se pinte a ayudarlo, porque se siente muy enfermo.

Lo encontró de veras muy acabado. Quería que Mano Pedro se hiciera cargo del negocio mientras él buscaba curación en la capital. Ah, duda más grande y más fea se le hundió a Pedro Valverde en las sombras de su conciencia.

Tembló por el compadre y por sí mismo. Y se dedicó a desear intensa y sinceramente que sanara, que hubiera un médico que lo devolviera a la vida. Porque desde alguna parte extraña de su mundo de sueños e intuiciones le llegaba el conocimiento de que la enfermedad de su socio acabaría con este, y no podía menos que pensar en la circunstancia curiosa de que los bienes que a uno y otro les pertenecían estaban todos a nombre de Mano Pedro. "Dios de Dios, soy quizás

un asesino, pero no, si estoy deseando morir yo en lugar de Jesús Sánchez. Y, quién ha dicho que naide va a morir. Aquí naide está muriendo. Son nada más tus absurdas cavilaciones."

Todo pasa, sin embargo, mis queridos amigos —prosiguió Tata Mundo sonriendo malicioso—, Mano Pedro echó mano al pañuelo y encontró modo de limpiarse tan feo pensamiento de la mente, enterró con todo rumbo a su compadre, y, qué otra cosa iba a hacer, recogió la parte que el difunto había tenido en el negocio. Una pensoncilla pasó por algún tiempo a la viuda, de quien años después se olvidó, porque, como bien dijeron las malas lenguas, un hombre cuyos bienes crecen y se multiplican tiene demasiados dolores de cabeza que atender más importantes que una viuda con hijos, sobre todo si está tan ocupado siempre en desenredar aquel endemoniado embrollo de sus intenciones y deseos.

Pues hay que saber que otros acontecimientos y nuevas dudas ibanle llegando al hombre conforme se cosechaban los años, y cada vez tenía más miedo al don maravilloso de que San Pedro lo había dotado. Regalaba escuelas, donaba sumas a la iglesia, era parte en cuanto directiva o consejo se formaba para obras de bien, pero no acababa de sentirse satisfecho consigo mismo.

Y seguramente para consolarse y de cierto modo olvidar, se me vino el hombre enamorando de una mozueta graciosa y atrayente, y aquí fue de no parar mientes sino en encontrar el camino de deseársela del modo más verdadero, más firme, más cierto, porque Mano Pedro, algo viejo ya, se había vuelto goloso y necesitaba una compañera nueva que le ayudase a sobrellevar la inmensa carga de su vida, tan llena de recuerdos, dudas y tormentos.

Y he aquí que la moza para nada que le hacía caso, y él tan en sus cinco de que en el fondo la causa de que la chica no se le rindiera se debía a aquel enredijo indescifrable de sus deseos, que a veces él dominaba y a veces lo dominaban a él.

Cuento

Para colmo, fue y se le enfermó de cosa seria la mujer propia a Mano Pedro, y entonces allí dijo a acordarse del compadre Jesús, del garañón del primo Lencho, de las malas cosechas de sus vecinos, y atando y más atando pitas, tuvo miedo de que un nuevo deseo suyo, travieso y sombrío, anduviese otra vez jugándole el trompo a la pasarraya y se le llevara a su propia mujer. Y "hasta allí sí que no, sí que no no no, Mano Pedro."

Hecho un ay de perplejidad, cargado que ya más no podía en su asendereada conciencia, volvió a coger una noche de luna la sogá –que como glorioso trofeo había conservado colgada de un clavo en la sala–, y otra vez rumbo al monte, rumbo al monte, buscó el palo y se dispuso a acabar con dudas y remordimientos, ahora para siempre. Pero, quizá pensando que era posible un último milagro, pues a la sazón no quería verdaderamente morir, sino de algún modo huir de sí mismo y encontrar una salida que lo salvase, se dio a gritar llamando al anciano que años atrás lo había librado de la muerte. Y el viejito acudió presuroso. De detrás de unos matorrales como en la otra ocasión, apareció el anciano, mucho más viejuco, mucho más larga su barba y corva su joroba. No en vano habían pasado los años.

–¡Qué es la cosa, hombre! –dijo acercándose a Mano Pedro, quien tenía la sogá agarrada sin hacer por dónde echarse el nudo al cuello.

–¡Sálveme, quienquiera que usted sea! ¡Por Dios, quíteme la gracia que me concedió hace

tantos años, arránqueme estos ojos que hacen mal, y estos deseos que no saben lo que quieren!

Pero el viejito, como si nada. No recordaba maldita la cosa. Solo cuando Pedro Valverde con frases agitadas le trajo a la memoria lo sucedido en aquel entonces, el viejo pudo comprender y... se puso a reír. Tanto rio, que hubo de sentarse en una piedra y sacar el pañuelo para secarse las lágrimas y sonarse. Cuando consiguió decir palabra, Mano Pedro oyó que le explicaba:

–Pero si yo no soy más que un pobre mortal a quien llaman Ñor Damián. Vivo aquí cerca, a tiro de piedra de esos matorrales. ¿Cómo diablos iba a hacer yo, flaco y sin fuerzas, para obligarlo a seguir viviendo, si usted estaba que ni muía echada en que se mataba y se iba a los" infiernos? Hombre, había que salir con alguna ocurrencia. Si en algo le serví, que me valga; si fue para su daño, pues ahí perdone usted y ahí perdone Dios, –y se santiguó–. Venga por acá para eme vea el ranchito donde vivo.

Pero ya Mano Pedro venía corriendo monte abajo como si estuviera loco, la sogá en su mano, los ojos ballándole en toda la cara, las piernas ágiles a pesar de los años, y todo él hecho una pura fiesta.

Era de nuevo un ser humano a secas, como ustedes y como yo.

–Diantres –se dijo tomando aire–, por poco mato también a la pobre Juana–, y se detuvo, y dejó de reírse, y se quedó muy, pero muy serio.

Porque –terminó Tata Mundo con su bocanada de humo y su bocanada de ironía –se había puesto a pensar que de alguna manera todo en su vida había venido sucediendo como si aquellas cosas hubieran sido verdaderas.



ACTIVIDAD 1. Responda las siguientes preguntas.

Piensa y contesta.

a. Describe a los siguientes personajes:

Mano Pedro Valverde	
Ñor Damián	
La mujer e hijos de Pedro	
El garañón de Lencho	

b. ¿Cómo se llama el socio de Pedro?

c. ¿Qué iba a realizar Mano Pedro cuando se le apareció el viejecito y por qué?

d. ¿Quién creía Pedro que era el viejo?

e. ¿Qué tenía Lencho que le gustaba a Pedro?

f. ¿Qué hizo Pedro posterior a la muerte de Jesús Sánchez?

g. ¿Por qué se iba a suicidar nuevamente Pedro?

CONJUGACION VERBAL

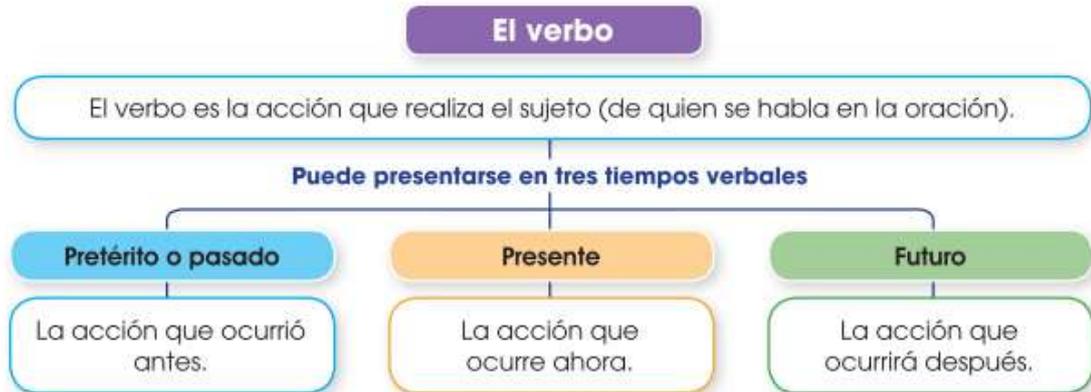
Verbo. Es la palabra que expresa acción. Presenta las siguientes variaciones:

Persona. Sustantivo o pronombre personal.

Número. Si es singular o plural.

Modo. Expresa la actitud del hablante.

Tiempo. Momento del suceso (presente – pretérito – futuro).



RECORDEMOS:

Conjuge el verbo "leer" en los tres tiempos verbales estudiados.

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| • Yo _____ | • Nosotros _____ |
| • Tú _____ | • Ellos - ellas _____ |
| • Él - ella _____ | • Ustedes _____ |
| • Usted _____ | |

Escriba el verbo "leer", en la conjugación indicada abajo de la línea, para completar correctamente cada oración.

- a. Ellas _____ textos narrativos y descriptivos.

(futuro)

- b. Luis Eduardo _____ el libro de Ciencias.

(pretérito)

- c. Las amigas de mi mamá y yo _____ hermosos pasajes de la biblia.

(presente)

- d. Yo _____ el documento para el concurso.

(pasado)

LEER

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



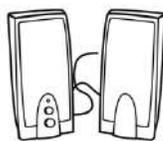
Impresora

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

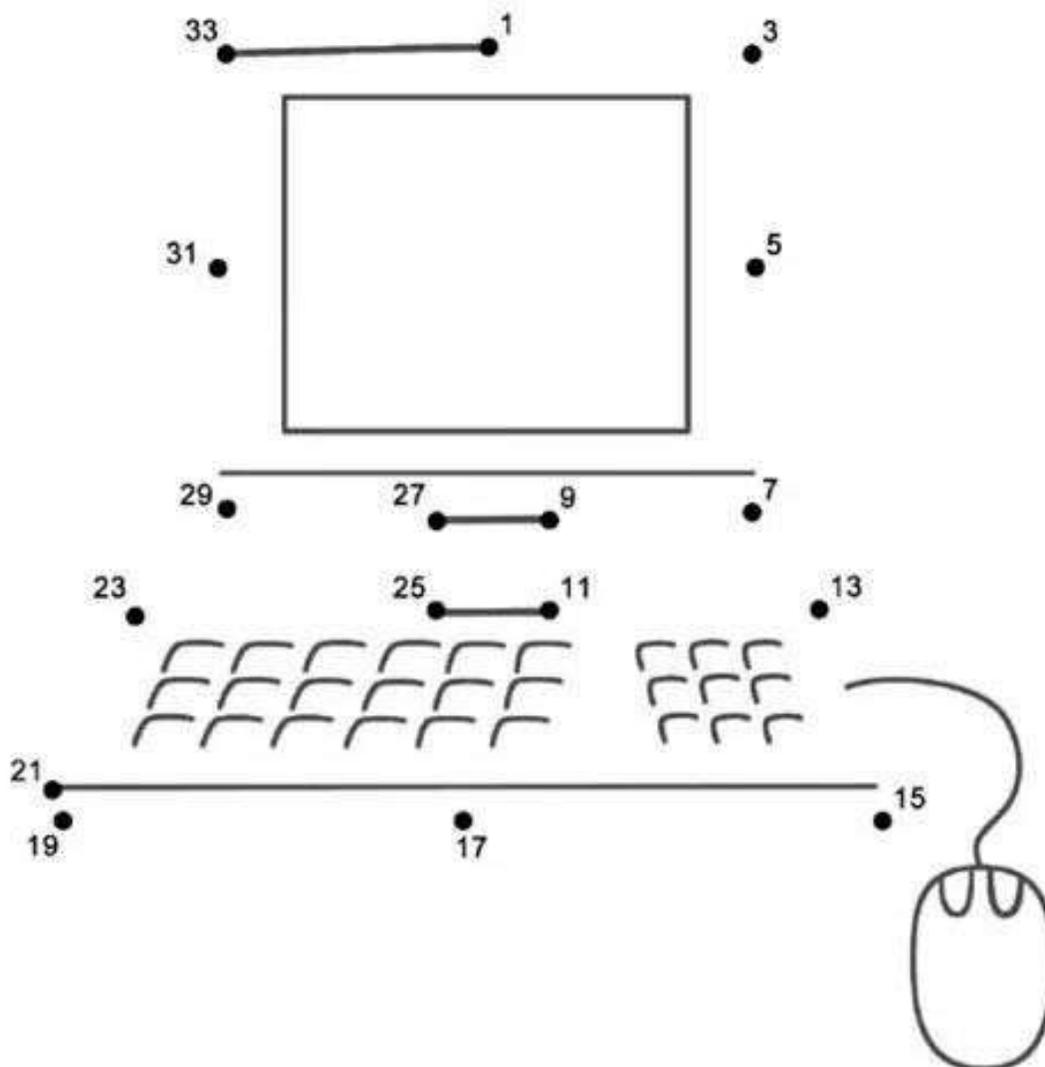
Es un dispositivo de: SALIDA
 ENTRADA

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 (plantilla)

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 de Arenal Educador/a: Danny Aguilar Caudes Nivel: decimo Asignatura: Educación física
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).



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 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
Tiempo en que se espera que realice la guía	40 minutos, una vez a la semana



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	El educador:
--------------	--------------



	<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



Artha Sarvangasana
 Half Corpse Pose



Sarvangasana
 Corpse Pose



Dhanurasana
 Bow Pose



Janasirshasana
 Head to Knee Pose



Paukshanasana
 Fish Prone Pose



Sarvanghasana
 Shoulder Stand



Matsyasana
 Fish Pose



Artha Matsyendrasana
 Half Spinal Twist (Upward)



Artha Matsyendrasana
 Half Spinal Twist (Downward)

Closing Chants



Vajrasana
 King's Seat



Yogi Vidya
 Deep Relaxation



Digha Swasana
 Deep Breathing



Kapalabhati
 Skull-Shining Breath



Nadi Suddhi
 Nerve-Cleansing Breath



After this and previous
 classes, do several rounds
 of Sri Sri Sadguru Maharaj's 42



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 dificultó la practica del yoga hatha			

Guía de trabajo autónomo

Artes industriales. Prof. Walter Brenes Martínez

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

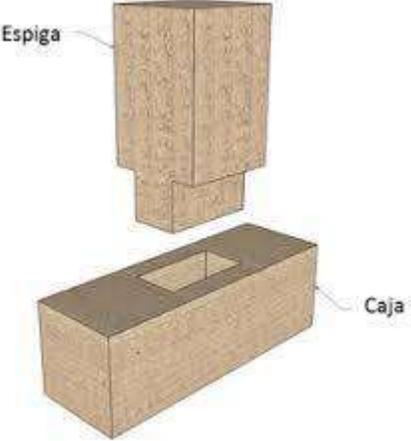
Materiales o recursos que voy a necesitar	Requiero los siguientes materiales para trabajar: Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color cartulina, marcador, entre otros. Puedo usar una computadora portátil o un teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe 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	Dos semanas: (Semana #1 y Semana #2) Para dudas y consultas al Número de teléfono 8647-5439, 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 número personal videos, mensajes que no se relacionen con la materia.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	A continuación, te presentaré el siguiente tema: “” <ul style="list-style-type: none">✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio✓ Realizo las actividades propuestas por la docente✓ Respondo las preguntas propuestas✓ Enviar evidencias del trabajo realizado vía WhatsApp, messenger, TEAMS o a mi correo, así como las dudas. <p><u>Walter.brenes.martinez@mep.ac.cr</u></p>
---------------------	--

<p>Actividad</p> <p>Preguntas para reflexionar y responder</p> <p>Respondo</p>	<p>Importancia de la ebanistería</p> <p>¿Explique con sus propias palabras lo aprendido en madera?</p>
--	---

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

<p>Indicaciones</p> <p>Actividad #1</p> <p>Semana #1</p>	<p>Actividad 1</p> <p>Realice en una cartulina los procedimientos a la hora de realizar un ensamble a media madera.</p> <p>Ejemplo</p> 
<p>Actividad # 2</p> <p>Semana # 2</p>	<p>Actividad 2</p> <p>Investigar y anotar que tipos de herramientas se debe de utilizar a la hora de realizar un ensamble a media madera; al menos 3.</p> <p>Ejemplo: Cegueta</p>

Evaluación de lo aprendido/Aquí usted se autoevalúa a consciencia

Reviso las acciones realizadas durante la lectura, resolución de ejercicios y la elaboración de la carta.

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

¿Leí las indicaciones con detenimiento?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Indagué más información que me ayudara a comprender cómo leer y comprender lo acinado del profesor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Redacté las respuestas según las indicaciones?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Revisé respuestas para saber si son comprensibles?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Leí mis apuntes para mejorar los aspectos de comprensión?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?		

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	lápiz
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



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">• Reconocimiento y contextualización de los principios modernos en las manifestaciones artísticas• Indicadores del aprendizaje
Preguntas para reflexionar y responder	1 reconoce y contextualiza los principios modernos en las manifestaciones artísticas utilizando medios artísticos.



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.• La persona estudiante debe leer el Anexo 1• Ver el video https://youtu.be/FTeY6r9VtSQ• Resolver el crucigrama suministrado por la persona docente• Adjunto Crucigrama y anexo 1
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?

- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• <i>¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?</i> |
|--|---|

Anexo 1

Conceptos fundamentales de la Escultura

Volumen

¿Qué es la escultura?

Es una de las Bellas Artes, en el cual el artista se expresa mediante volúmenes y espacios. La escultura es el arte plástico propiamente dicho pues es el arte de moldear figuras y reproducir objetos de bulto, se especializa en el tallado o esculpirá piedra, madera, barro, y en el ensamblaje de estructuras

Características de la escultura

Los materiales de trabajo de la escultura pueden ser de los más variados, desde **el barro, la piedra y la madera, hasta el mármol**, la cera, el yeso y diferentes tipos de metales (bronce, hierro, cobre, plata, oro). A medida que la tecnología permitió el desarrollo de nuevos materiales, la escultura comenzó a utilizar resinas y plásticos que, al tener nuevas propiedades de resistencia y flexibilidad, permitieron el desarrollo de nuevos estilos artísticos en la escultura.

La escultura **tiene un gran componente de imitación, y también de creación original**, ya que la representación puede abarcar desde figuras concretas como personas, animales, objetos naturales y artificiales, con una absoluta proporcionalidad, o bien pueden ser esculturas abstractas que desafíen la percepción del espacio.

El manejo del espacio es muy importante en la escultura, lo cual implica que la composición final que el artista persiga debe tener en cuenta aspectos espaciales tales como el alto, el ancho, la profundidad, el volumen, la forma, la disposición de líneas, la textura, la consistencia de los materiales, la óptica del ambiente donde estará la escultura, y en algunos casos, el movimiento de la escultura.

Fuente: <https://concepto.de/escultura/#ixzz6UdkMN3tK>

Conceptos importantes para tomar en cuenta en la confección de esculturas son los siguientes conceptos de volumen lleno y volumen vacío

- **VOLUMEN:** El volumen de los cuerpos es el resultado de sus tres dimensiones: ancho, alto y profundidad. ... En escultura, se le llama volumen a una estructura formal tridimensional, así como también volumen a las partes componentes del todo escultórico, cuando éstas tienen el carácter de masas.
- **VOLUMEN LLENO** Es una técnica de la escultura en que el volumen no presenta espacios y es compacto.
- **VOLUMEN VACÍO** Es una técnica de la escultura que aparece con los movimientos de vanguardia del siglo XX, que consiste en introducir espacios en la escultura.

Artes Plásticas GTA #6

Lic Allan Jimenez Quirós

4. Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Cartón grueso, tijera, cutter, pintura, regla, lápiz, goma, pinceles, materiales para limpiar los pinceles (vaso, paño), plato para la pintura
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 2



5. Voy a aprender.

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	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocimiento y contextualización de los principios modernos en las manifestaciones artísticas • Indicadores del aprendizaje
Preguntas para reflexionar y responder	<p>1 reconoce y contextualiza los principios modernos en las manifestaciones artísticas utilizando medios artísticos.</p> <p>Arte Abstracto Geométrico</p> <p>Técnicamente, las obras compuestas con un estilo similar al de la abstracción geométrica están dispuestas para que no represente entes u objetos que puedan ser palpables en la realidad. Cabe destacar que, de igual forma, los artistas que defienden esta peculiar expresión, mantienen que buscan hacer de esta algo universal y, sobre todo, objetivo, mediante el uso racional de las distintas formas neutras y</p>

simples; además, sostienen que, las líneas, le confieren a la obra un tono delicado, claro y con fría precisión. Su precursor más importante fue **Wassily Kandinsky**, un pintor ruso que se movía en Europa exponiendo las virtudes artísticas que traía consigo la abstracción.

Entre sus antecedentes se puede mencionar el **suprematismo**, un movimiento impulsado por el artista ruso Kasimir Malevich, hacia el año 1915, cuya más resaltante característica era la reducida gama de formas y colores que se emplea para la realización de los cuadros; fue llamada "una de las formas más puras de arte abstracto".

Igualmente, **el neoplasticismo, que osa como máximo exponente a Piet Mondrian**, resaltaba por descomponer la forma de lo que iban a representar a sólo las siluetas más básicas, con colores primarios; una de las frases más célebres del artista antes mencionado, dicta: "Todo artista verdadero ha sido siempre inconscientemente movido por la belleza de la línea, del color y de las relaciones entre ellos, y no por lo que sean capaces de representar".

Artista

- Kazimie Malevich
- Sophie Taeber Arp



Actividad: *Jugando con la Tridimensión*



6. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

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

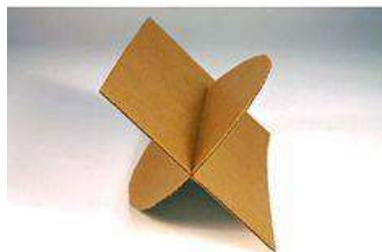
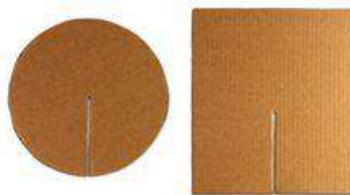
- Mediante el uso de cartón grueso, la persona estudiante desarrolla una escultura con figuras geométricas, trabajando una escultura con volumen vacío.



- La persona estudiante deberá tomar un cartón y trazar en ellas diferentes figuras geométricas, de diferentes tamaños. Aplico color y recorto, bajo la supervisión de un adulto.



- Realizo unos pequeños cortes a los lados de las figuras para que ellas se puedan ensamblar entre si.



- Uno las partes encajando las piezas entre ellas como si fueran un rompecabezas. La escultura se debe sostener por si sola



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?*
- *¿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

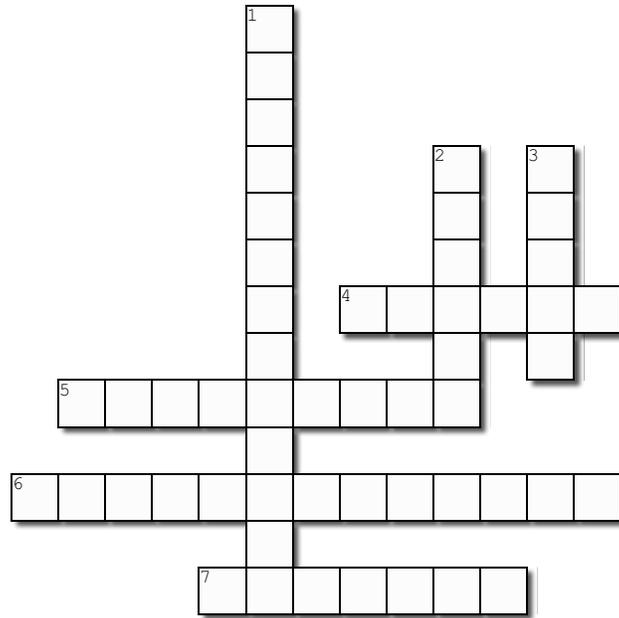
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	Si _____ No _____
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	Si _____ No _____
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	Si _____ No _____

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

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

ESCULTURA

Completa el crucigrama



Creado con Crossword Maker en TheTeachersCorner.net

Horizontal

4. Uno de los materiales que se puede realizar una escultura esculpida es
5. Es una de las Bellas Artes, en el cual el artista se expresa mediante volúmenes y espacios
6. Es una técnica de la escultura que consiste en introducir espacio
7. Es el resultado de sus tres dimensiones: ancho, alto y profundidad.

Vertical

1. Es una técnica de la escultura en que el volumen no presenta espacios y es compacto.
2. Uno de los materiales que se puede realizar una escultura tallada es
3. Uno de los materiales que se puede realizar una escultura moldeada es

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: Décimo

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

PRACTICA DE EJECUCIÓN:

PREPARO MI SALSA PREFERIDA.



Tomate



Carne molida



Cebolla
Culantro



Agua

- Inicio con la preparación.
- Mi papá, mamá o el adulto que me apoya, toma una foto realizando la actividad.
- Repaso la lectura de las etiquetas utilizadas. (si utiliza algún producto empaquetado).
- Cocino los olores con aceite, la carne, tomate y pongo un poquito de agua, sal, luego la tapo por unos minutos hasta que espese la salsa.
- Comparto la salsa con mi familia.
- Recojo y lavo todo lo utilizado.

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?



¿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



LICEO BOCA DE ARENAL

PLAN NACIONAL

Educación para el Hogar

Cocina

Nivel: Décimo

VI GTA

Curso Lectivo

2020



Self-Study Guide for 10-5 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**: 10-5
 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?

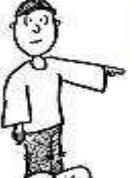
B: _____

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?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Subrayé las palabras que no conocía? Did I underline the words that I didn't understand?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿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?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿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?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

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.

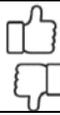
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?
I proofread what I did in my self-study guide.



¿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.*

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

Número 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)*



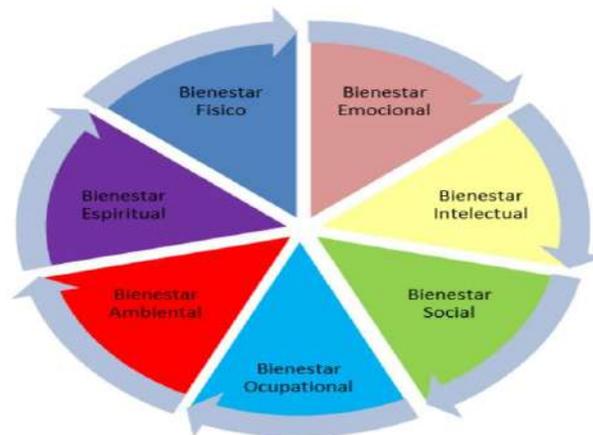
2. Voy a recordar lo aprendido y/o aprender

Indicaciones

Lea detenidamente la información que se le presenta a continuación.

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 integralmente, podemos referirnos al término de salud como a la ausencia de enfermedades. Pero el bienestar integral está conformado por más componentes, en un sentido más global es un balance apropiado en siete áreas (Físico, Emocional, Intelectual, Social, Ocupacional/Vocacional, Ambiental y Espiritual). Cada área varía frecuentemente y mantener un balance es quizás una de las cosas más complicadas en la realidad en que vivimos.

A continuación te voy a detallar cada una de las áreas del círculo del bienestar integral:

1. Bienestar Físico: incluye Ejercicio de una manera
-



regular, Una alimentación sana, Evitar sustancias dañinas (tabaco, alcohol, drogas), chequeos médicos de forma periódica.

2. Bienestar Social: es mantener relaciones firmes con nuestra familia, amigos y la sociedad en general.
3. Bienestar Espiritual: es sentir que la vida tiene sentido y que tenemos un propósito en ella.
4. Bienestar Emocional: es poseer un sentido de identidad propio estable y positivo con respeto a sí mismo.
5. Bienestar Intelectual: es el sentido de energía interna como resultado de una cantidad optima de estímulo intelectual.
6. Bienestar ambiental: es ver de una manera positiva el entorno en el que vivimos y trabajamos.
7. Bienestar ocupacional: es nuestra perspectiva acerca de nuestro trabajo y Carrera.



3. Pongo en práctica lo aprendido.

Indicaciones

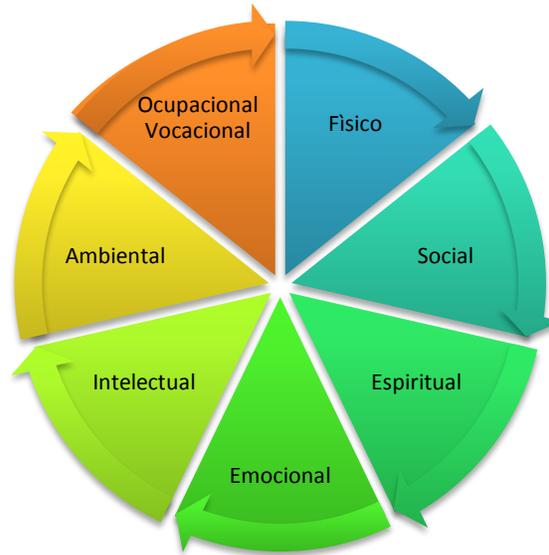
Realice las actividades que se le presentan a continuación.

Actividades

Con la información que te he brindado hasta ahora, ¿cuál consideras es la importancia de mantener un balance en las dimensiones para tu bienestar integral?

Actividades

A continuación te presento **“Tu círculo del bienestar integral”**, debes anotar cómo te sientes en cada una de las áreas del mismo, recuerda ser muy sincero. Puedes hacerlo alrededor del círculo.



Te presento a continuación una sopa de letras, debes buscar las dimensiones que conforman el círculo.

Físico Social Espiritual Emocional Intelectual Ambiental
Ocupacional Vocacional

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

“Todo esfuerzo tiene su recompensa y has logrado avanzar mucho, no te desanimes, todo mejorará”. Prof. Dayan Villalobos Agüero



Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender: Autorregulación

Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo.

Marco una equis (X) encima del símbolo que mejor represente mi respuesta a las siguientes preguntas

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

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender: Evaluación

Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo.

Marco una equis (X) encima del símbolo que mejor represente mi respuesta a las siguientes preguntas

¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?		
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado se realizó?		
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?		