



**Liceo Boca de Arenal**

# Guía de trabajo autónomo No. 2

**2020**

8°

**Octavo**

**Plan Nacional**

**Mileidy y Nataly**

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

<b>Asignatura:</b> Ciencias	<b>Nivel:</b> 8-6 Mileidy - Nathaly Cano
<b>Profesor(a):</b> Leonela Quirós Rojas	



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

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	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.
<b>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</b>	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	Aproximadamente 40 minutos por semana.



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

<b>Indicaciones</b>	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: 1. Semana 1: Del 25 al 29 de mayo 2. Semana 2: Del 01 al 05 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 25 al 29 de mayo

De acuerdo al último tema visto, podemos ver el gran daño que causa la contaminación al medio ambiente, y lo importante que es reutilizar las cosas en nuestro hogar, a continuación, se muestra una serie de artículos que podemos fabricar con ayuda de nuestras familias y así ayudamos al medio ambiente. Seleccione una de las siguientes manualidades y elabora:



**1. Muñecos con tubos de cartón**

Hazte con unos **tubos vacíos de cartón** del papel higiénico o papel de cocina, pinta uno de los extremos con pintura lisa, déjalo secar y dibuja la cara de tu personaje. Con **trozos de revistas** y periódicos, diseña la ropa y pégala alrededor. Unos triángulos de cartulina serán suficiente para los brazos. Añade **hilos de lana** a modo de pelo, un tapón como si fuera un sombrero o recorta los papeles con flecos y formas diferentes para darle un toque más alegre.

**2. Un móvil para su cuna**

Si quieres fabricar un móvil barato y original para su cuna sólo necesitas la **tapa de una caja**, **botones**, **lana**, **retales** de tela y algunos trozos de cartón. Pinta la tapa del color que más te guste y, cuando esté seca, pega las hebras de lana por la parte interior, para que no se vean. Recorta flores en una cartulina, coloca un botón en medio para darle más color y pégalas a lo largo de la lana. Añade trozos de tela anudados, abalorios y botones para dar más colorido.



**3. Un sinfín de bichos**

Con un **tornillo**, un **imperdible**, un clip, un **tubo de plástico** o un viejo fusible puedes construir el cuerpo de un simpático insecto al que sólo te faltará añadir unas alas, fabricadas con un trocito de papel brillante, y unas arandelas o unas bolitas de papel de aluminio.



**4. Un castillo de cartón**

Evita que tenga todos los lapiceros y bolis descolocados por su mesa con este castillo portalápices. Coge **tubos y cajas** de distinto tamaño, córtalos a alturas diferentes y píntalos con una capa gruesa de pintura. Haz lo mismo con un cartón que servirá como base. Ve colocando los tubos sobre ella hasta darle la forma que te gusta y pégalos con cola blanca, adosándolos entre ellos. Unos trocitos de cartulina de diferente color te servirán para diseñar las ventanas y las almenas.



**5. Tambores con lata**

Coge una **lata redonda**, píntala primero de blanco y, cuando se haya secado, aplica pintura de diferentes colores hasta lograr el diseño que más te guste. Líneas horizontales, verticales, rombos, círculos... ¡Todo vale! Corta un trozo de **papel de estraza** para la tapa y pégala tensa en la boca del tambor, doblando los bordes hacia abajo. Añade unos trozos de **papel seda** y adórnalo con unas gomas elásticas y ¡ya tienes tambor!

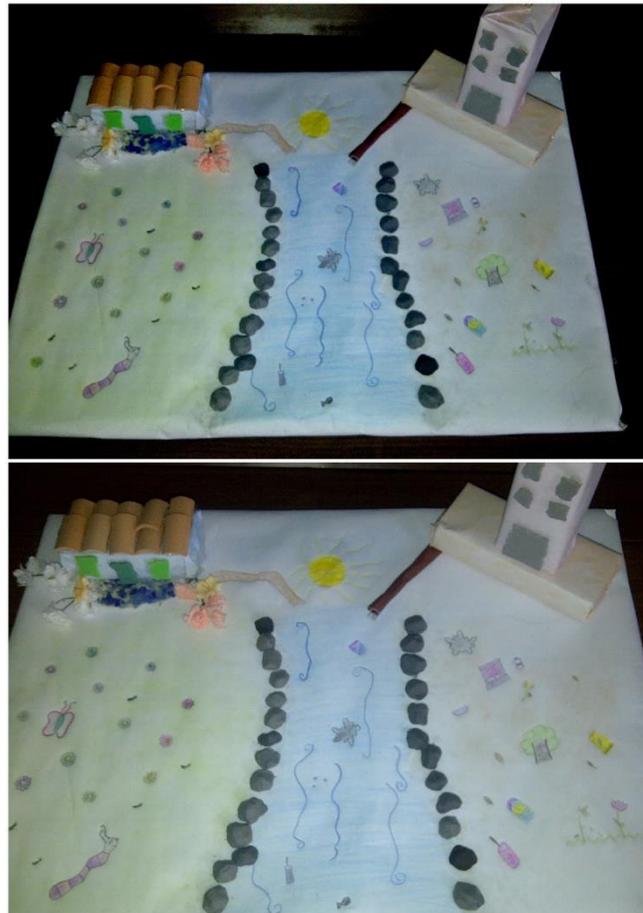


**Actividad:**  
**Semana 2**

Del 01 al 05 de  
junio

Realizo un cartel o maqueta con un cartón de desecho que encuentre en mi casa, realizo un dibujo donde represente la contaminación ambiental y le doy color con diferentes pinturas puedo utilizar texturas como bosorola de café seca, cascara de huevos, hojas de plantas, arena, piedras, tapas de refrescos o cualquier otro artículo que yo desee y tenga a mi disposición.

A continuación, muestro una idea no es necesario realizar este dibujo, puedes realizar cualquiera que tu imaginación te ayude.





## Guía de trabajo autónomo PLAN NACIONAL

<b>Asignatura:</b> Español	<b>Nivel:</b> Octavo
<b>Profesor(a):</b> Patricia García Chaves	

### 1. La persona estudiante se prepara para hacer la guía

Pautas que se deben verificar antes de iniciar el 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	Cuatro lecciones <b>En la semana del 25 al 29 de mayo realizaras la Actividad #1 (Dos lecciones)</b> <b>En la semana del 01 al 05 de junio realizaras la actividad # 2 (Una lección)</b> Para dudas y consultas al Número de teléfono 85-84-04-92, a este número únicamente consultas y dudas de los trabajos de 8:00 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>A continuación te presentare el siguiente tema: <b>“Textos Literarios”</b></li> <li>En el cuadro adjunto , podemos encontrar ejemplos de textos Literarios</li> </ul>												
<b>Actividad</b> <b>Producción Textual</b>  Preguntas para reflexionar y responder													
	<table border="1"> <tr> <th colspan="2">Textos Literarios</th> </tr> <tr> <th colspan="2">Narrativos literarios</th> </tr> <tr> <td>a)</td> <td>Cuentos</td> </tr> <tr> <td>b)</td> <td>Leyendas</td> </tr> <tr> <td>c)</td> <td>Novelas</td> </tr> <tr> <td>d)</td> <td>Fábulas</td> </tr> </table> <p>¿Te gusta leer o escuchar leyendas y cuentos?</p>	Textos Literarios		Narrativos literarios		a)	Cuentos	b)	Leyendas	c)	Novelas	d)	Fábulas
Textos Literarios													
Narrativos literarios													
a)	Cuentos												
b)	Leyendas												
c)	Novelas												
d)	Fábulas												

### 3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Actividad # 1 Leyenda: “El cocodrilo” – Leyenda Africana.</b> Leo o escucho con atención la lectura de la leyenda.<ul style="list-style-type: none"><li>✓ <b>Contesta con respuestas claras y completas</b></li><li>✓ <b>Investiga sobre el cocodrilo: qué come, dónde vive, cómo se desarrolla, entre otras y escribe en los recuadros.</b></li></ul></li> <li>➤ <b>Actividad #2</b></li></ul>
--------------	--

#### El cocodrilo – Leyenda Africana

Cuentan en Namibia que hace muchísimo tiempo, el cocodrilo era un animal de piel lisa y dorada. Solo por la noche salía del agua embarrada, para que la Luna se reflejara en su maravillosa piel. Era tan brillante y reluciente que causaba la admiración de todos los animales que por allí habitaban.

El cocodrilo se sentía tan alagado y orgulloso que decidió salir también durante el día para que todos le contemplaran. Los animales ya no solo iban a la charca para ver su hermosa piel de oro bajo la luz de la Luna, sino que mañana y tarde se acercaban a contemplar como el cocodrilo refulgía bajo los rayos del cálido sol.

Pero tanto se quiso lucir el cocodrilo, que el Sol poco a poco fue estropeando su piel.

Pronto se volvió fea y cubierta de grandes escamas oscuras. Los animales dejaron de acudir a ver el cocodrilo, y este sintió una gran vergüenza.

Es por eso que desde entonces, cuando alguien se acerca el cocodrilo se mete rápidamente en el río y solo asoma sus intensos ojos.

#### Guía de trabajo

La leyenda: El Cocodrilo

a. Conteste con respuestas claras y completas:

1. ¿Cómo es el cocodrilo de la leyenda?

---

2. ¿Por qué el cocodrilo causaba admiración?

---

---

3. ¿Cuáles fueron las causas que ocasionaron que el cocodrilo se estropeara la piel?

---

---

4. ¿Por qué razón el cocodrilo asoma sus ojos en el agua?

---

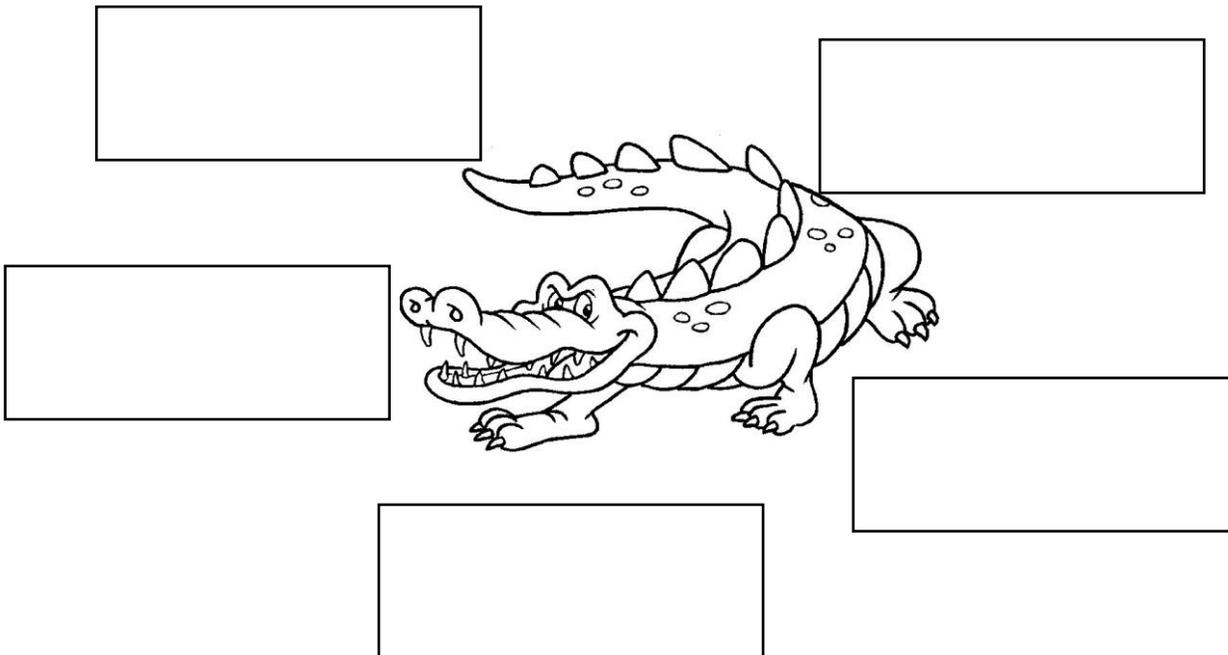
---

5. ¿Qué enseñanza nos deja la leyenda?

---

---

**b- Investiga sobre el cocodrilo: qué come, dónde vive, cómo se desarrolla, entre otras y escribe en los recuadros.**



## Cuento

### El canto de las ballenas

La abuela de Lilly le contó una historia. -Alguna vez dijo-, el océano estuvo lleno de ballenas.

Eran tan grandes como las colinas y tan apacibles como la luna. Eran las criaturas más maravillosas que puedes imaginar. Lilly se acomodó en las piernas de su abuela y ella siguió contando:

-Yo acostumbraba sentarme al final del muelle a esperar a las ballenas. Algunas veces, pasaba ahí todo el día y toda la noche. Súbitamente las veía venir desde muy lejos nadando hacia el muelle. Se deslizaban por el agua como si estuvieran bailando.

-¿Pero cómo sabían las ballenas que tú estabas allí, Abuela? -Preguntó Lilly- ¿Cómo podían encontrarte?

La abuela sonrió.

-Bueno, tenías que ofrecerles algo muy especial. Un caracol perfecto. O una hermosa piedra. Y si tú les agradabas, las ballenas se llevaban tu regalo y te daban algo a cambio. -¿Qué te regalaban, Abuela? -Preguntó Lilly- ¿Qué te ofrecían las ballenas a ti? La abuela suspiró. -Una o dos veces -dijo en voz baja-, una o dos veces, las oí cantar.

-¿Qué tonterías andas diciendo? ¡Chocheras de vieja! -exclamó-. Las ballenas eran importantes por su carne, por sus huesos y por su grasa. Si vas a contarle algo a Lilly, cuéntale algo útil. Deja de llenarle la cabeza de necedades. Ballenas cantando.

La abuela continuó: -Las ballenas vivían aquí millones de años antes de que existieran barcos y ciudades. La gente solía decir que las ballenas eran mágicas.

-Lo que la gente hacía era comérselas y cocinarlas para obtener su grasa -gruñó el tío Federico y dando la vuelta, salió al jardín.

Esa noche, Lilly soñó con las ballenas. En sus sueños las vio tan grandes como las colinas y más azules que el cielo. En sus sueños, las oyó cantar y sus voces eran como el viento. En sus sueños, las ballenas saltaron del agua y la llamaron por su nombre.

A la mañana siguiente, Lilly bajó sola al mar. Caminó hasta el final del viejo muelle donde las aguas estaban quietas. Tomó de su bolsillo una flor amarilla y la dejó caer. -Esto es para ustedes grito el aire.

### Producción textual

Investiga sobre el canto de las ballenas y escribe o narra a algún miembro de tu familia tu propio cuento **El canto de las ballenas**

Escríbelo en tu cuaderno de español





## Guía de trabajo autónomo PLAN NACIONAL

<b>Asignatura:</b> Estudios Sociales	<b>Nivel:</b> Octavo
<b>Profesor(a):</b> Patricia García Chaves	

### 1. La persona estudiante se prepara para hacer la guía

Pautas que se deben verificar antes de iniciar el 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 lecciones <b>En la semana del 25 al 29 de mayo realizaras la Actividad #1 (Dos lecciones)</b> <b>En la semana del 01 al 05 de junio realizaras la actividad # 2 (Una lección)</b> Para dudas y consultas al Número de teléfono 85-84-04-92, a este número únicamente consultas y dudas de los trabajos de 8:00 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>A continuación te presentare el siguiente tema: <b>“Costumbres y tradiciones de mi provincia”</b></li> <li>Lee o pide a un familiar que te lea la siguiente información , la cual te enseñara las diferentes tradiciones y costumbres de las provincias de mi país</li> </ul>
Actividad: Lectura <b>“Costumbres y tradiciones de las</b>	Todas las provincias tienen sus tradiciones y costumbres y hoy vas a conocer más sobre esta riqueza cultural. <b><u>Costumbres y Tradiciones de las Provincias de mi País</u></b> Las <b>costumbres y tradiciones de Costa Rica</b> dan cuenta de un país alegre que, no en vano, figura entre los primeros

**provincias de mi país”**

Preguntas para reflexionar y responder

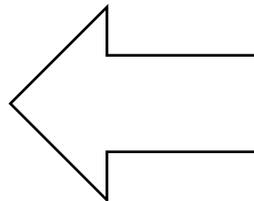
lugares del Índice del Planeta Feliz. Costa Rica es un país centroamericano que está ubicado entre el mar Caribe y el océano Pacífico. Sus pobladores, descendientes de blancos y mestizos, son fanáticos del fútbol. A los originarios de Costa Rica se les conoce popularmente como ticos, aunque su gentilicio oficial es «costarricenses»

**El siguiente resumen lo pego en mi cuaderno**

**Algunas costumbres gastronómicas de Costa Rica**

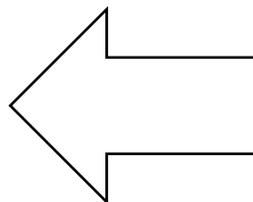
Los alimentos también expresan la cultura de un país y suelen acompañar las tradiciones de un territorio. Entre las comidas que conforman la tradición costarricense se pueden mencionar: El gallo pinto: que es arroz con frijoles.

- Tortillas
- Tamal asado
- Arroz con pollo
- Tamales de cerdo
- Aguadulce
- Olla de carne.
- Vigorón.
- Arroz con leche



**Otras tradiciones de Costa Rica**

- Las leyendas (La llorona, el Cadejo)
- Corridas de Toros
- Topes
- Partidos de fútbol
- Celebraciones Religiosas
- Fiestas Cívicas
- Desfile de faroles
- Romería 2 de agosto



**3. Pongo en práctica lo aprendido en clase**

Indicaciones

➤ **Actividad #1 Las realizo en mi cuaderno**

- Represento, con recortes o dibujos, una festividad o celebración que se lleva a cabo en mi comunidad.
  - Con ayuda de mi familia busco información sobre alguna leyenda costarricense, la que más llame mi atención. (puedo buscar en internet si tengo acceso, o preguntarle a mis padres o abuelos que narren alguna leyenda.
  - Ilustro la leyenda narrada
- Actividad # 2**
- Coloreo el círculo de las imágenes que representan tradiciones o .costumbres de mi provincia
  - Realizo el marque con X adjunto



Mascaradas



Cabalgatas



Basketball



Pizza



Tamal de cerdo





- Marco con **X** las actividades que forman parte de las costumbres y tradiciones de mi provincia



- Fiestas Cívicas
- Carrera de mulas
- Partidos de futbol
- Costumbres indígenas
- Celebraciones religiosas
- Feria del pejibaye
- Cabalgatas
- Desfile de Bandas

## Guía de trabajo autónomo

<b>Asignatura:</b> Matemáticas	<b>Nivel:</b> 8-6 Mileidy-Nathali Cano
<b>Profesor(a):</b> Leonela Quirós Rojas	



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

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	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.
<b>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</b>	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	Aproximadamente 40 minutos por semana.



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

<b>Indicaciones</b>	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Semana 1: Del 25 al 29 de mayo</li> <li>2. Semana 2: Del 01 al 05 junio</li> </ol> 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 25 al 29 de  
mayo

Escribo el número que esta antes y el número que esta después.

4	5	6	16	61
2	20	77		
7	27			
10	39			
12	45			



Escribo el número según corresponda



Número	Posición			Valor según la posición		
	C	D	U	C	D	U
587	5	8	7	500	80	7
492						
176						
643						
837						
661						



## Guía de trabajo autónomo INFORMÁTICA EDUCATIVA

**Centro Educativo:** Liceo Boca de Arenal  
**Educador/a:** Yahaira Gamboa Villalobos  
**Nivel:** 7, 8, 9, 10, 11 y 12

**Nota:** Se requiere el apoyo del padre de familia para todos aquellos estudiantes que lo requieren.



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

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	El educador/a sugiere: - Cuaderno y lápiz. - Opcional: Celular o computadora con acceso a internet.
<b>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</b>	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente unos 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	Acorde a la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (60 minutos diarios).



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

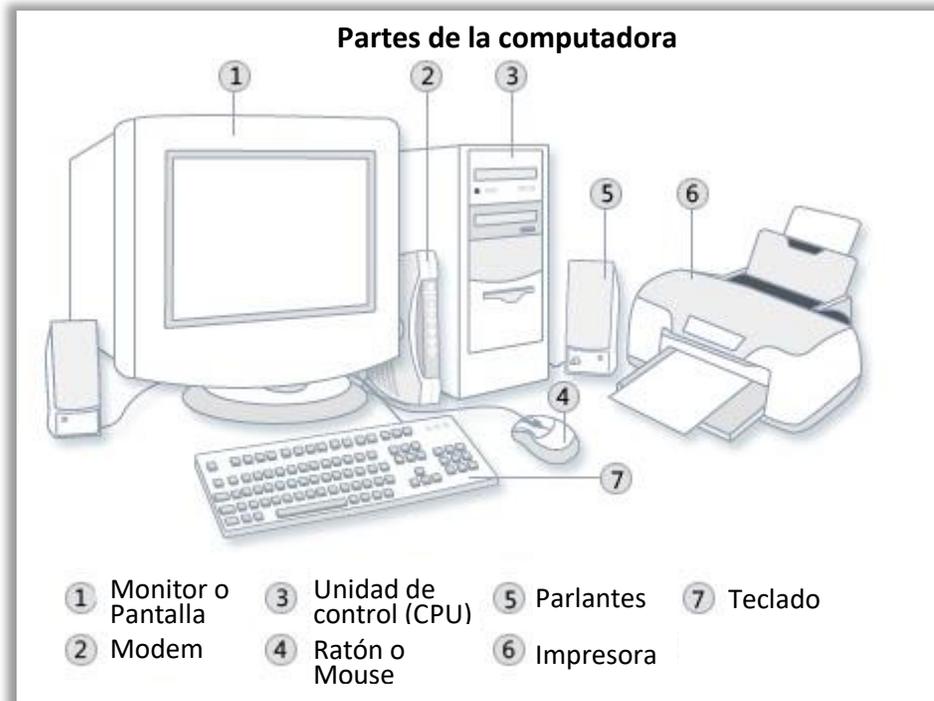
<b>Indicaciones</b>	Realice un repaso de lo visto en clase: <ul style="list-style-type: none"><li>Partes de la computadora</li></ul>
<b>Actividad</b> <b>Preguntas para reflexionar y responder</b>	<b>Partes de la computadora</b> <ul style="list-style-type: none"><li>¿Conoces todas las partes que conforman una computadora y la funcionalidad de ellas? Anote en su portafolio o cuaderno de informática cuantas de ellas conoce y su función.</li></ul>



### 3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

<b>Indicaciones</b>	<b>I Parte. Pates de la computadora</b> <ol style="list-style-type: none"><li>Observe el video llamado “<b>Pates de la computadora</b>” presionando el siguiente enlace: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nL04cviBH78">https://www.youtube.com/watch?v=nL04cviBH78</a></li></ol>
---------------------	---

2. Si no puede observar el video puede apoyarse con la siguiente imagen:



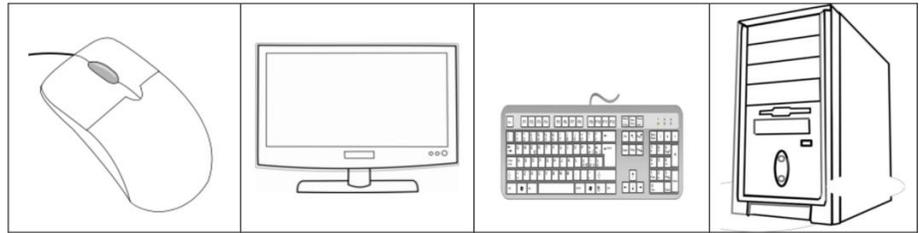
### **Funciones de las partes del computador**

1. **Monitor o pantalla:** permite la visualización de todo lo que se hace en la computadora.
2. **Módem:** abre o da paso a internet.
3. **CPU (unidad de control):** es el cerebro de la computadora sin esta parte no funciona.
4. **Ratón o mouse:** permite desplazar y seleccionar en la pantalla.
5. **Parlantes:** son para escuchar audio.
6. **Impresora:** imprime el texto seleccionado en la computadora en hojas de papel.
7. **Teclado:** es para escribir texto y números.

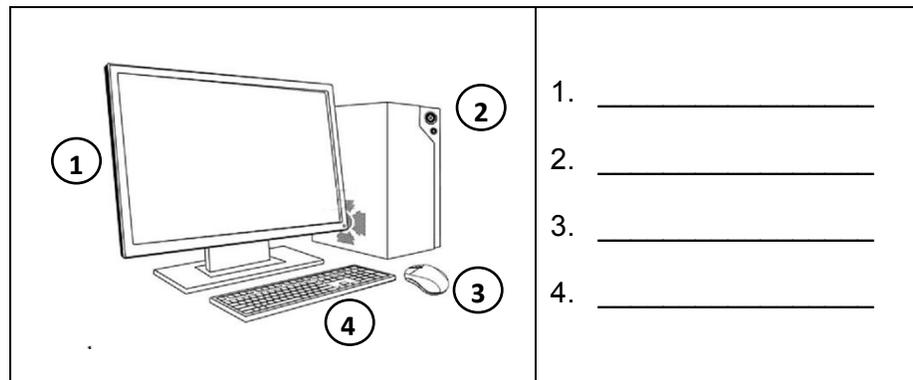
Nota: existen muchas otras partes de la computadora como el **micrófono, audífonos, cámara web, escáner**, dispositivos de almacenamiento como las **llave maya o disco duro**, entre muchos otros más.

3. Ahora realice los siguientes ejercicios:

- a. Observe las siguientes imágenes y dibuje en su cuaderno de Informática de color **amarillo** el *mouse* o ratón y de color **azul** el monitor o pantalla de la computadora.



- b. Dibuje en el cuaderno de Informática la siguiente computadora y escriba las partes de la computadora que se indican.



- c. Marque con una equis (x) o escriba en su cuaderno ¿Cuál es la función del **CPU**?

- ( ) Funciona para escribir  
( ) Es el cerebro de la computadora  
( ) Permite escuchar audio

- d. Encierre en un círculo o dibuje en su cuaderno el teclado.



- e. El ratón o mouse facilita:

- ( ) Escuchar música  
( ) Encender la computadora  
( ) Moverse y seleccionar en la pantalla del computador

- f. Busque en la siguiente sopa de letras 8 de las partes de las computadoras mencionadas en las imágenes anteriores, puede subrayar en la sopa de letras o bien escribir todas aquellas que encuentra en su cuaderno.



## 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?



¿Busqué en el internet, 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

Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo. Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas

¿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?

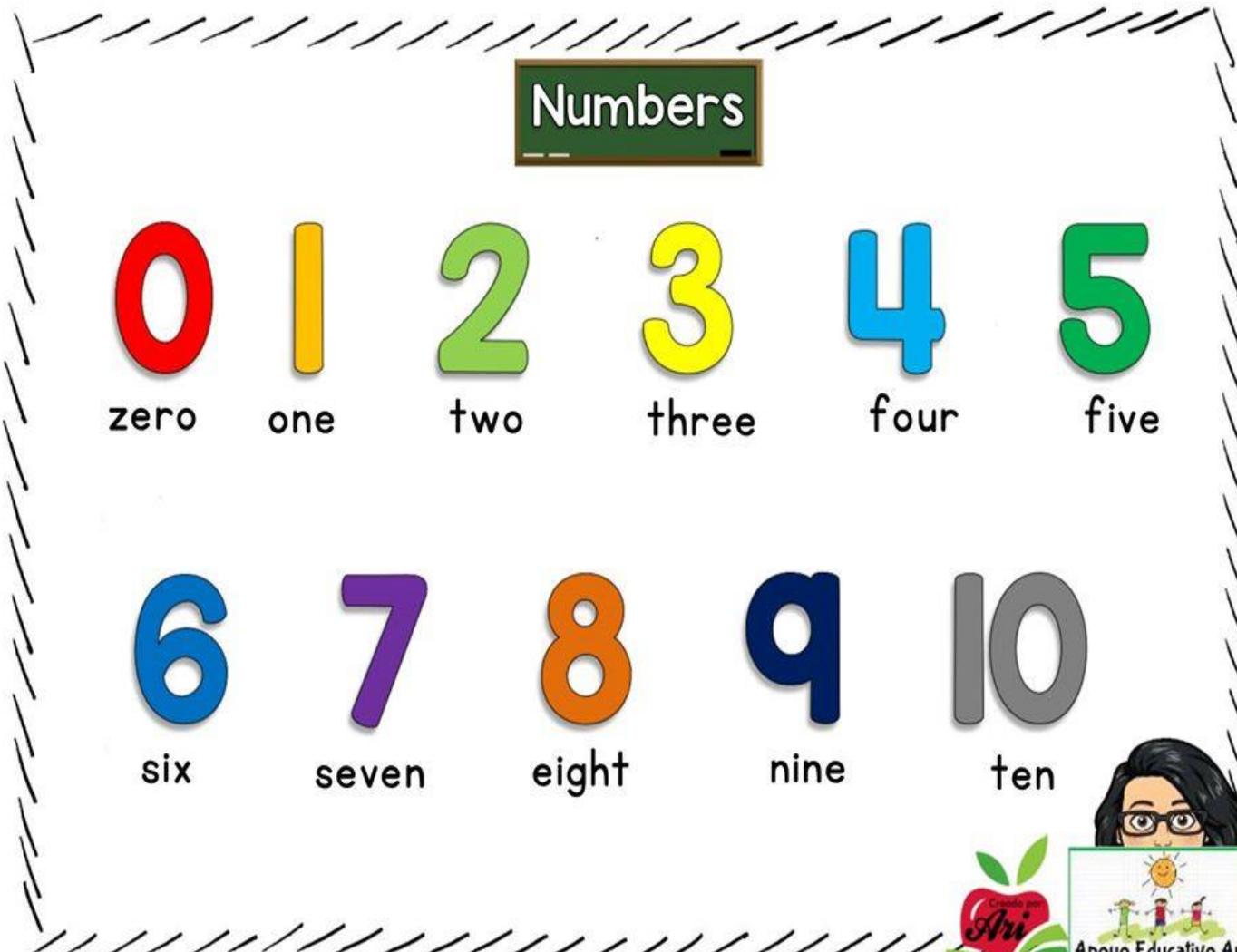
¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?

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  
Educativo/a **Teacher**: Juanita Godínez C  
Nivel/ **Level**: 7<sup>th</sup> /8<sup>th</sup>  
Asignatura/ **Subject**: English

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

Task 1. Let's practice the number.



**Numbers**

 zero	 one	 two	 three	 four	 five
 six	 seven	 eight	 nine	 ten	

Task 2. Let's trace the numbers and color them. Tracemos los número y coloreelos.

### Numbers:

0 : zero zero zero zero zero zero

1 : one one one one one one one

2 : two two two two two two two

3 : three three three three three

4 : four four four four four four

5 : five five five five five five

6 : six six six six six six six



### Numbers:

7 : seven seven seven seven seven

8 : eight eight eight eight eight eight

9 : nine nine nine nine nine nine nine

10 : ten ten ten ten ten ten ten ten

Color in:

0

red

1

blue

2

green

3

yellow

4

black

5

brown

6

pink

7

grey

8

orange

9

white

10

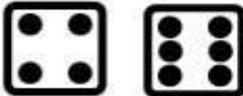
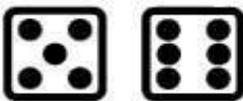
green



Task 3. Write the correct number in letters. Escriba el número en letras según corresponda.



eight



www.materialforteachers.com

Task 4. Join the number with its corresponding. Una el número según corresponda.

### Numbers:

one	0	uno
zero	1	tres
ten	2	seis
three	3	cinco
nine	4	cuatro
five	5	ocho
six	6	dos
seven	7	nueve
four	8	cero
eight	9	diez
two	10	siete



### Days of the week

**Monday**  
Lunes

**Tuesday**  
Martes

**Wednesday**  
Miércoles

**Thursday**  
Jueves

**Friday**  
Viernes

**Saturday**  
Sábado

**Sunday**  
Domingo



Task 5. Rewrite and match the days of the week. Reescriba y los días de la semana

**Days of the week:**

Lunes: Monday Monday Monday Monday Monday

Martes: Tuesday Tuesday Tuesday Tuesday

Miércoles: Wednesday Wednesday Wednesday

Jueves: Thursday Thursday Thursday Thursday

Viernes: Friday Friday Friday Friday Friday

Sábado: Saturday Saturday Saturday Saturday

Domingo: Sunday Sunday Sunday Sunday



**Days of the week:**

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

Wednesday

Tuesday

Sunday

Saturday

Friday

Monday

Thursday



## 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: Lic. Allan Jimenez Quirós  
 Nivel: Octavo  
 Asignatura: Artes Plásticas



### 1. Me preparo para hacer la guía

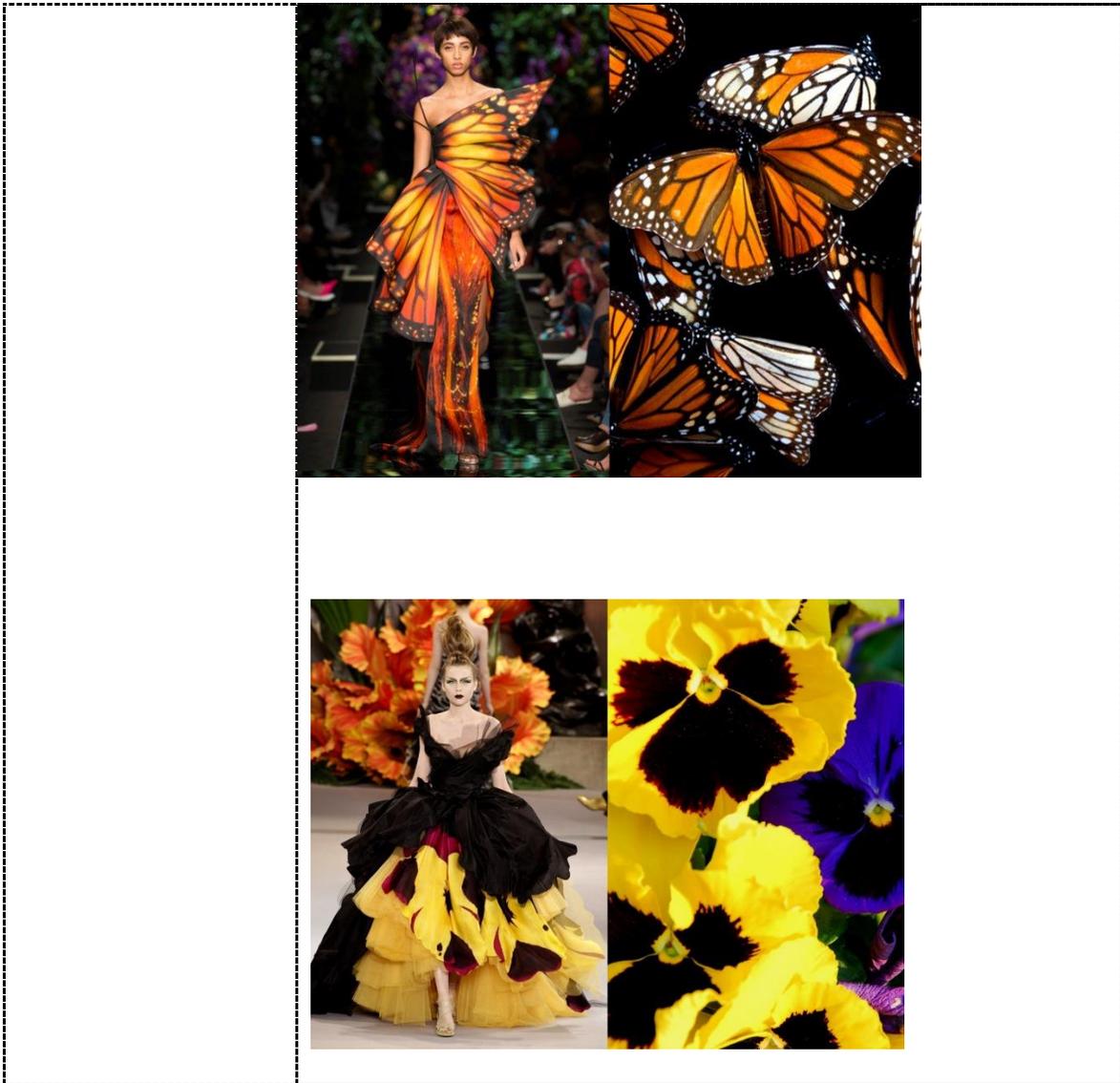
Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Hoja blanca, lápiz de dibujo, Lápiz de color
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 Uno



### 2. Voy a aprender

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad</li> <li>• Quito objetos que me puedan desviar la atención</li> <li>• Realizo la actividad</li> <li>• Realizo la autoevaluación.</li> </ul>
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	El <b>Diseño de Modas</b> se encarga del diseño y confección de prendas e indumentaria, con base en la evolución en el mercado de la moda

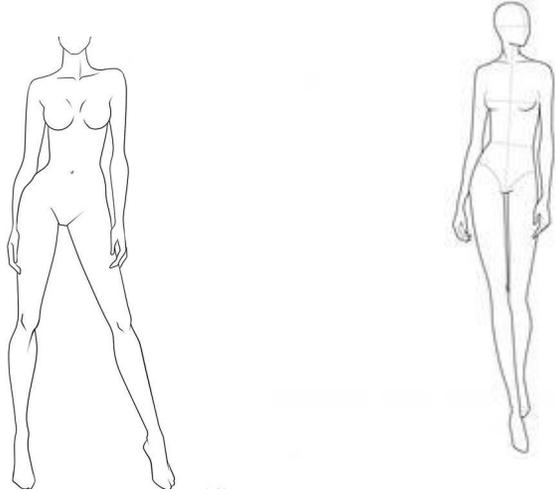


### 3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

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

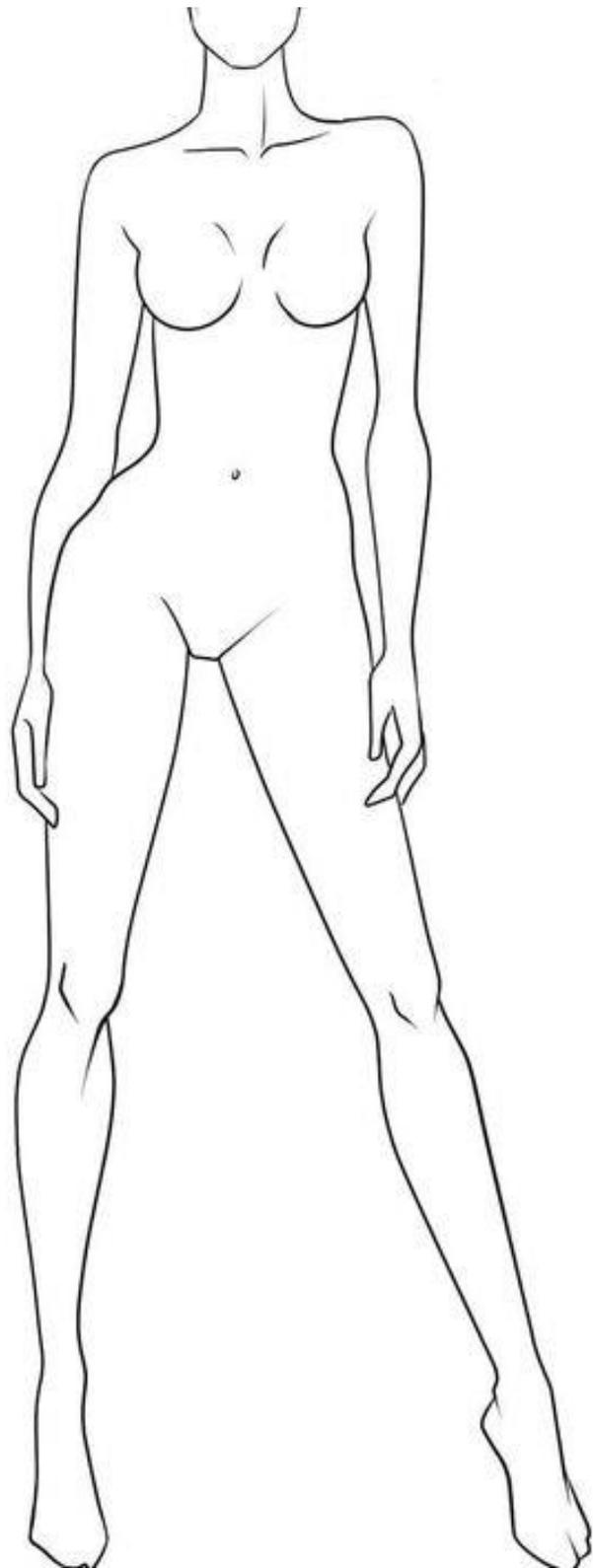
*El docente aporta un juego de figurines que les va a funcionar para la realización de los diseños de moda que van a trabajar*

	 <p>Desarrollo 2 diseños basados en dos imágenes naturales y desarrollo mi diseño en una de las figuras que el docente facilito.          Aplico color a mis diseños y los expongo a mi familia.</p>
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Leí las indicaciones de la actividad?</li> <li>• ¿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?</li> <li>• ¿Disfruto de la actividad de ensamblar?</li> <li>• ¿Qué resultados obtuve?</li> <li>• ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?</li> <li>• ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?</li> <li>• ¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?</li> </ul>

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Reviso las acciones realizadas <b>durante</b> 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"/> 

<p><b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b></p>	
<p>Valoro lo realizado <b>al terminar</b> por completo el trabajo.</p>	
<p>Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas</p>	
¿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"/> 
<p>Explico ¿Cuál fue el parte favorito del trabajo?</p>	
<p>¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?</p>	





## 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: Lic. Allan Jimenez Quirós  
 Nivel: Octavo  
 Asignatura: Artes Plásticas



### 4. Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Hoja blanca, lápiz de dibujo, pintura, pinceles, regla, tijeras, Hojas de periódicos como liquida, cartón de caja
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 dos



### 5. Voy a recordar lo aprendido en clase.

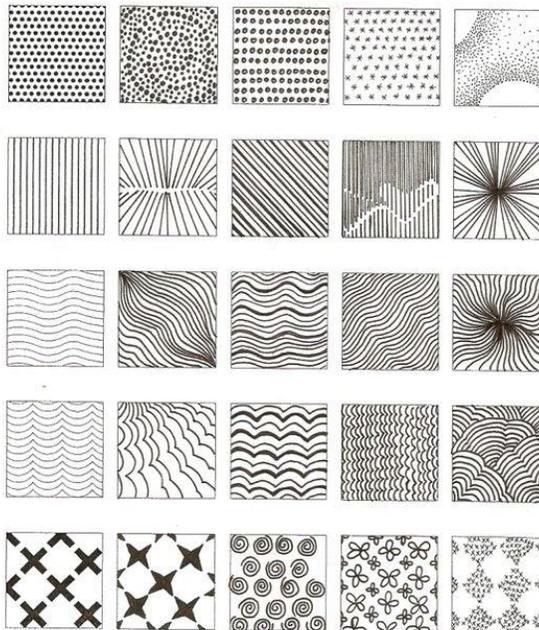
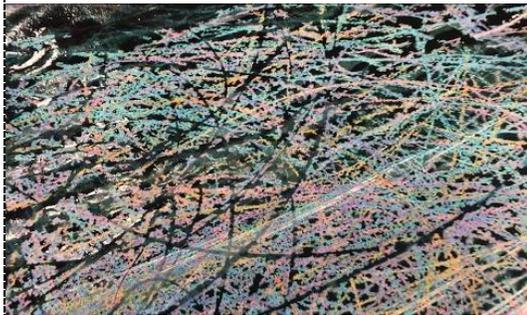
Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad</i></li> <li>• <i>Quito objetos que me puedan desviar la atención</i></li> <li>• <i>Realizo la actividad</i></li> <li>• <i>Realizo la autoevaluación.</i></li> </ul>
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	Collage Técnica pictórica que consiste en pegar sobre una tela, papel u otra superficie otros materiales, como papel, tela, fotografías, etc.



## 6. Pongo en práctica lo aprendido en clase

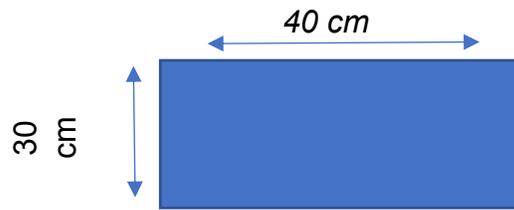
### Indicaciones

- Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.
- Busco hojas de periódicos y las voy a intervenir con pintura, vamos a decorar de manera diferente, 5 pliegos de hojas de periódico
- El docente suministra ejemplos de como se pueden decorar las páginas del periódico.



• También puedo aplicar texturas Visuales a la decoración de nuestras páginas, el docente suministra una serie de ejemplos de texturas visuales que se pueden aplicar

- Dejo que mis hojas se sequen bien para poder proseguir con mi proyecto.
- Cuando las hojas estén secas, las vamos a cortar rasgando el papel, creando tiras de papel.
- Tomamos el cartón de la caja y vamos a cortar un rectángulo que mida 40 cm de largo por 30 cm de ancho



- Cuando tenemos nuestro cartón recortado, vamos a pegar como aparece en la imagen



- Aplico color a mis diseños y los 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 ensamblar?

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué resultados obtuve?</li> <li>• ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?</li> <li>• ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?</li> <li>• ¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?</li> </ul>
--	---

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Reviso las acciones realizadas <b>durante</b> 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"/> 

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Valoro lo realizado <b>al terminar</b> 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?



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

<b>Asignatura:</b> Matemáticas	<b>Nivel:</b> 8-6 Mileidy, Nathali, José Ángel
<b>Profesor(a):</b> Leonela Quirós Rojas	



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

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	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.
<b>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</b>	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	Aproximadamente 40 minutos por semana.



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

<b>Indicaciones</b>	Realizo las actividades proyectadas para trabajar dos semanas: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Semana 1: Del 25 al 29 de mayo</li> <li>2. Semana 2: Del 01 al 05 junio</li> </ol> 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 25 al 29 de  
mayo

Busco piedras que se encuentren en el patio de mi casa y con pinturas de colores decoro esas piedras, utilizo mis habilidades y mi creatividad.

Ejemplo:



**Actividad:**  
**Semana 2**  
Del 01 al 05 de  
junio

Busco una cuerda o suiza con la que puedo saltar de 10 a 15 minutos.

Esta actividad la puedo realizar diariamente para Beneficio de mi salud.

## Guía de trabajo autónomo

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: GAUDY SERRANO GAITAN  
 Nivel: OCTAVO.  
 Asignatura: EDUCACION PARA EL HOGAR.



### 1. Me preparo para hacer la guía

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

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>la plastilina facilitada junto con el material físico.</i></li> <li>• <i>materiales que se pueden encontrar en su casa (hojas de árboles, palillos, artículos con textura)</i></li> <li>• <i>Ficha de trabajo con imágenes ilustrativas y ejemplos a seguir.</i></li> </ul>
<b>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</b>	<i>Espacio cómodo, según la preferencia de cada estudiante y las posibilidades en el hogar. De ser posible contar con una mesa apta para extender la plastilina</i>
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	<i>3 horas distribuido en tres momentos (una hora por día)</i>



### 2. Voy a recordar lo aprendido y/ o aprender.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Hacer repaso de manipulación de pasta para crear TEXTURAS EN LA PLASTILINA</i></li> <li>• <i>Realizar prácticas de amasado.</i></li> <li>• <i>Extender la plastilina dando diferentes formas.</i></li> <li>• <i>A continuación, se presenta una serie de actividades Las actividades deben de realizarse de manera individual.</i></li> </ul>
Actividades para retomar o introducir el nuevo conocimiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>El estudiante de manera individual debe de toma la plastilina y dar manipulación con sus manos de manera que sea flexible y moldeable.</i></li> <li>• <i>En los primeros momentos puede realizar prácticas de amasado según se les facilite según herramientas caseras. Puede extender con boleta o bolillo amasa pan, o bien con sus manos.</i></li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>Luego cuando logre familiarizarse con la plastilina debe de crear texturas con diferentes objetos que estén a su alcance como: monedas Cucharas- tenedores Palillos Tapas de lapiceros Lápiz de color Hilo Hojas de arboles Tijeras Prensas Encajes Vasos- platos decorados. Esto con el fin de descubrir que textura me da cada objeto.</li><li>Se debe de elegir una imagen de la ficha anexa y tratar de crear su textura.</li></ul>
--	---



### 3. Pongo en práctica lo aprendido

Indicaciones	<p>Con la plastilina practico por momentos el amasado, creando formas que ayuden a desarrollar la motora y desenvolvimiento de la creatividad. Siguiendo las indicaciones que se me dan en las fichas por semanas.</p> <p>Si tengo dudas consulto a mi docente de materia los días viernes de 7am a 4pm para evacuar dudas... el numero de la profe es 8822 0763.</p>
Indicaciones o preguntas o matrices para auto regularse y evaluarse	<ul style="list-style-type: none"><li>¿comprendí las indicaciones que me dieron? _____</li><li>¿Me gusto la práctica de amasamiento con texturas? _____</li><li>¿Las imágenes que debo de interpretar son fáciles.? _____</li><li>¿Tuve alguna dificultad para realizar las actividades planeadas? _____</li><li>¿Qué puedo mejorar de mi trabajo? _____</li></ul> <p>Se recomienda tomar fotografías y enviar via whasapp al docente para poder evidenciar el desarrollo de las practicas.</p>

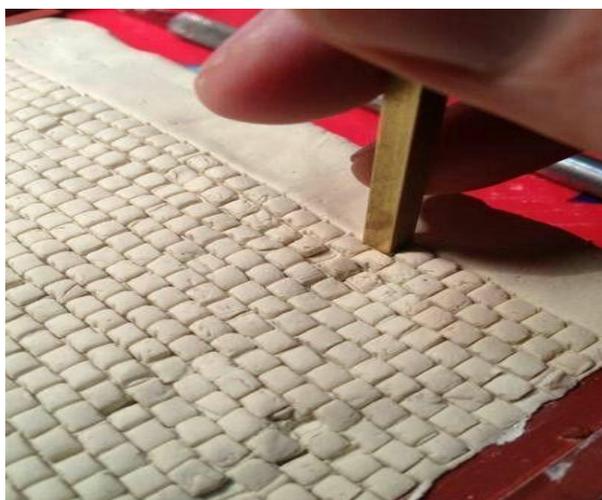


FICHA SEMANA DEL 25 AL 29 DE MAYO.  
ELEGIR UNA IMAGEN E INTENTAR CREAR SU TEXTURA.





FICHA SEMANA DEL 1 AL 5 DE JUNIO.  
ELEGIR UNA IMAGEN E INTENTAR CREAR SU TEXTURA.





FICHA SEMANA DEL 8 AL 12 DE JUNIO  
ELEGIR UNA IMAGEN E INTENTAR CREAR SU TEXTURA.





FICHA SEMANA DEL 15 AL 19 DE JUNIO.  
ELEGIR UNA IMAGEN E INTENTAR CREAR SU TEXTURA.





Ejemplo de **matriz de autorregulación y evaluación** que puede incluir en la guía de trabajo autónomo: (la matriz de niveles de logro las debe elaborar cada docente según el aprendizaje esperado)

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Reviso las acciones realizadas <b>durante</b> 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"/>
¿Subrayé las palabras que no conocía?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Valoro lo realizado <b>al terminar</b> 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 favorito del trabajo?	
¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?	



**Ministerio de Educación Pública**  
**Dirección Regional de San Carlos**  
**Liceo Boca de Arenal**  
**Circuito Educativo 07**  
Curso lectivo 2020  
Área: Artes Industriales

Nivel: Séptimo-Octavo

Plan Nacional

Prof: Greivin Cruz Castro

Estudiante \_\_\_\_\_

Guía de trabajo en casa:

Fecha de realización: Del 25 de mayo al 5 de junio

Materiales o recursos a utilizar:

Lápiz de grafito, lápices de color o crayolas, regla de 20 u 30 centímetros, cinta métrica en el caso de que posean una en el hogar

Instrucciones: Lea detenidamente el siguiente texto y realice las actividades asignadas asignadas.

## **Útiles y herramientas de medir y marcar; de sujeción y de corte**

**Son herramientas que se usan con la finalidad de trazar, diagnosticar y comprobar un proceso de diseño de fabricación.**

METRO DE UNA CINTA METÁLICA. Es el metro por excelencia. Tiene gran exactitud y vale para tomar todo tipo de medidas. Para medir longitudes largas una persona sola, conviene que la cinta metálica sea bastante ancha y arqueada para mantenerla recta sin que se doble.



–METRO DE CARPINTERO. Aunque se sigue utilizando en algunas carpinterías, el metro clásico de carpintero va desapareciendo poco a poco y sustituyéndose por el anterior.



–REGLA METÁLICA. Las reglas metálicas son muy útiles para trabajos de carpintería por su enorme exactitud y para dibujar líneas rectas ayudándonos de ellas.



–ESCUADRA DE CARPINTERO. La escuadra de carpintero es un clásico insustituible pues con ella se puede comprobar el escuadrado de un mueble (o de un ensamble) y además sirve para trazar líneas perpendiculares o a 45° respecto al canto de un tablero. Las hay regulables en agudo, pero se puede perder exactitud en la posición de ángulo recto con respecto a las escuadras fijas.



–PIE DE REY. Es insustituible para medir con precisión elementos pequeños (tornillos, orificios, pequeños objetos... etc...), la precisión de esta herramienta llega a la décima, o a la media décima de milímetro, para medir exteriores se utilizan las dos patas largas, para interiores las dos patas pequeñas y para profundidades un vástago que va saliendo por la parte trasera.



NIVEL. El nivel sirve para medir la horizontalidad o verticalidad de un elemento. Es una herramienta que no puede faltar a ningún aficionado al bricolaje, ya que se utiliza constantemente (al colgar un mueble, o cuadro, instalar estanterías... etc).



·HERRAMIENTAS DE MARCAR:

–CAJA DE DE INGLETES.Es una herramienta de carpintería que se usa para guiar un serrucho o serrote y lograr obtener cortes de empalmes angular en una



tabla,tiene 3 lados abiertos por arriba y a los extremos también.

–LÁPIZ DE CARPINTERO.Es un lápiz de madera de calidad superior,ideales para marcar en madera,hormigón y otras superficies.Incluye minas con tres grados de dureza para cubrir los distintos requisitos de la superficie de marcaje.



–GRANETE.Herramienta manual que tiene de puntero de acero templada afilado en un extremo con una punta de 60° aproximadamente que se utiliza para marca el lugar exacto que se ha trazado previamente en una pieza donde haya que hacerse un agujero (usualmente con la ayuda de un martillo).



Posted on noviembre 20, 2015 by taniaraulypatricia

·HERRAMIENTAS DE MEDICIÓN:

Tambien los que puedan ver el siguiente video

<https://youtu.be/vVugJ5MUa4M>

II parte: Tomando en cuenta la lectura anterior Complete los espacios en blanco.

1- Él \_\_\_\_\_ sirve para medir la horizontalidad o verticalidad de un elemento.

2 - La escuadra de carpintero es un clásico insustituible pues con ella se puede \_\_\_\_\_ el \_\_\_\_\_ de un \_\_\_\_\_ (o de un ensamble) y además sirve para trazar líneas perpendiculares o a 45° respecto al canto de un tablero.

3 - Las reglas metálicas son muy útiles para trabajos de \_\_\_\_\_ por su enorme \_\_\_\_\_ y para dibujar líneas rectas ayudándonos de ellas.

4 - El \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ Es insustituible para medir con precisión elementos pequeños (tornillos, orificios, pequeños objetos...etc...).

III parte: Con la ayuda de pequeños trozos de madera, cartulina ya utilizada o algún otro material de desecho y utilizando una regla de 30 centímetros o una cinta métrica, si la tienen en el hogar realice al menos 3 mediciones y anótelas en el siguiente cuadro.

Nombre del Material	Centímetros o metros
Ejemplo: Trozo de madera	. Mide 30 centímetros

#### IV Parte: Auto-evaluación

Criterios a evaluar	. Si	No
Leí detenidamente cada una las partes de la guía de trabajo		
Realice cuidadosamente las practicas asignadas		
Conté con los materiales solicitados por el docente		
El desarrollo de la guía me ayudo a conocer las herramientas de medición.		
Me siento satisfecho con el trabajo que realice		
Conté con la ayuda de mis padres o familiares en el desarrollo dela guía.		

#### Preguntas de reflexión

¿Que sabía antes de estos temas y que conozco ahora?

¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?

**NO TE PREGUNTES SI PUEDES TRIUNFAR**

**PREGÚNTATE SI QUIERES TRIUNFAR.**







# Guía de trabajo autónomo

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: Brayan Quesada Galeano

Nivel: Octavo

Asignatura: Educación Musical



## 1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciarme** trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales generales como cuaderno de educación musical, lapicero, lápiz, hojas, pinturas, lápices de color, papel periódico, goma, tijeras, otros.</li> <li>• Materiales que se pueden encontrar en su casa: objetos sonoros, material reutilizable.</li> <li>• Dispositivo móvil (celular, computadora o tablet) e internet, si se dispone del recurso.</li> </ul>
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	1 hora y 20 min



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

Indicaciones	<p>Antes de iniciar la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recordamos que podemos hacer música con nuestro cuerpo.</li> </ul>
Actividad	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=4oAmDurPjro">https://www.youtube.com/watch?v=4oAmDurPjro</a></p> <p>Realizo este ejercicio de percusión corporal. Cuando lo puedo hacer realizo un video.</p>
Preguntas para reflexionar y responder	<div style="border: 2px solid yellow; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b><u>¿Podría hacer una canción sólo utilizando la percusión?</u></b></p> </div>



3.

### 3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<p><i>Ahora que conozco que puedo producir música con mi cuerpo. Voy a tratar de realizar mi propia coreografía de percusión corporal.</i></p> <p>Puedo buscar ejemplos en internet. Una vez que tengo la coreografía, hago un video explicando cómo hacerla.</p>
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<p>Con el fin de reflexionar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leí todas las indicaciones y las comprendí, en caso de que no, puedo volver a leerlas.</li> <li>• ¿Tuve dificultad con alguna de las actividades planteadas?</li> <li>• ¿Logré identificar diferentes objetos sonoros en mi casa?</li> <li>• ¿Me siento satisfecho con el trabajo realizado?</li> <li>• ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?</li> </ul>

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Reviso las acciones realizadas <b>durante</b> la construcción del trabajo.	
Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	 
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	 

<b>Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender</b>	
Valoro lo realizado <b>al terminar</b> por completo el trabajo.	
Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Pude identificar objetos sonoros en mi casa?	 
¿Pude explorar de diferentes maneras los objetos sonoros?	 



¿Pude confeccionar una lista de los materiales que conforman los objetos sonoros y lo anoté en mi cuaderno?	
¿Pude compartir y comentar con mi familia, los objetos sonoros que exploré en la casa?	
¿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?	

## 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"> <li>• Equipo de sonido (Radio).</li> <li>• Una bola o pelota (que rebote).</li> </ul>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubico un lugar donde pueda estar cómodo, que me permita movilidad corporal. Con buen espacio.</li> <li>• La superficie del suelo que permita el rebote del balón.</li> </ul>
Tiempo en que se espera que realice la guía	1 hora y 20 min



## 2. Habilidad nueva a desarrollar.

Indicaciones

### Antes de iniciar la actividad:

- *Estiramiento de 10 minutos.*

*Inicie con un estiramiento suave siguiendo el orden de las imágenes y alternando cada pierna y cada brazo.*



## Actividad

### Actividad inicial:

Colocamos en la radio una canción que sea de nuestro agrado y rítmicamente movida.

1. Marchamos al ritmo de la canción en el lugar.
2. Seguimos marchando, pero nos movemos en diferentes direcciones al ritmo de la MÚSICA.



3. Me detengo y sobre el mismo lugar voy a contar 6 pasos de marcha y en la cuenta 2, 4, 6 sueno palmas sin dejar de marchar. (sin olvidar el ritmo de la MÚSICA).
4. En el mismo lugar marchando cuento de 1 a 6 los pasos de marcha, ahora en la cuenta 1 Chasqueo dedos, en la cuenta 2 hago palmas, en la cuenta 3 hago palmas y en la cuenta 4 chasqueo dedos, en 5 y 6 silencio en las manos (no se hace nada).
5. Trabajo con balón igual cuenta de marcha en el lugar, cuento de 1 a 6 en la cuenta 1, 3 y 5 simultáneamente reboto el balón.
6. Trabajo con balón igual cuenta de marcha en el lugar, cuento de 1 a 6 en la cuenta 1, 2, 5 y 6 simultáneamente reboto el balón.

**(Recordar todo esto al ritmo de su MÚSICA favorita)**



### 3. Respondo las siguientes preguntas.

#### Preguntas para reflexionar y responder

Con el fin de reflexionar responda.

1. Escribo como me sentí al trabajar los diferentes ejercicios.
2. Cual ejercicio fue el más fácil y cual el más complicado de desarrollar. Explique ¿Por qué?
3. Tomando 1 como un desempeño bajo y 5 como un desempeño alto coloque el número que usted considere para el logro del dominio general de la actividad. Marque con una (x).

5	
4	
3	
2	
1	

### Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse

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?



¿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

¿Pude desarrollar los ejercicios de expresión corporal?



¿Me siento satisfecho con el trabajo realizado?



### 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"><li>• <i>Materiales generales como lapicero, lápiz, cuaderno de Educación Musical, hojas.</i></li><li>• <i>Dispositivo móvil (celular, computadora o Tablet) e internet, si se dispone del recurso.</i></li></ul>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Ubico un lugar donde pueda estar cómodo, con suficiente espacio, en silencio 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	1 hora y 20 min



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

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Antes de iniciar la actividad:</b> Repasamos acerca del ritmo y la música con el cuerpo</li></ul>
--------------	--

Actividad

Preguntas para reflexionar y responder

- Teniendo en cuenta lo anterior, analizo y respondo las siguientes preguntas en mi cuaderno de música.

*¿Qué es el ritmo?*

*¿Para qué sirve el ritmo?*

*¿Por qué es importante el ritmo en la vida del ser humano?*

*¿En cuáles partes de nuestro cuerpo, sistemas y órganos está presente el ritmo?*



### 3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Identifique el ritmo en el cuerpo en actividades corporales; anote en su cuaderno de música al menos tres partes de su cuerpo donde identificó el ritmo.</i></li><li>• <i>Anote cual fue el proceso que realizo para identificar el ritmo en las diferentes actividades.</i></li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Material de apoyo:</b></p> <p>Para encontrar la presencia del ritmo en la naturaleza, así como en la cotidianidad vamos a identificarlo en algunas de nuestras funciones corporales (actividades diversas de los seres vivos como caminar, correr, hablar, bailar, moverse, respirar, comer entre otros), (eventos de la naturaleza, lluvia, viento, olas del mar, relámpagos, entre otros).</p>	
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<p style="text-align: center;"><b>Con el fin de reflexionar responda de forma verbal las siguientes preguntas.</b></p> <p><i>¿Qué no sabía antes del ritmo y que se ahora?</i> <i>¿Tuve dificultad con alguna de las actividades planteadas?</i> <i>¿Logre identificar el ritmo en los diferentes entornos?</i> <i>¿Disfrute del proceso de esta temática?</i> <i>¿Me siento satisfecho con el trabajo realizado?</i></p>



### 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?



¿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.

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

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

¿Tuve dificultad con alguna de las actividades planteadas?



¿Logre identificar el ritmo en los diferentes entornos (cuerpo y naturaleza)?



¿Disfrute del proceso de esta temática?



Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo?

## 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"><li>• <i>Materiales generales como lapicero, lápiz, cuaderno de Educación Musical, hojas.</i></li><li>• <i>Dispositivo móvil (celular, computadora o Tablet) e internet, si se dispone del recurso.</i></li></ul>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Ubico un lugar donde pueda estar cómodo, con suficiente espacio, en silencio 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	1 hora y 20 min



### 4. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Antes de iniciar la actividad:</b></li></ul> Repasamos acerca del ritmo y la música con el cuerpo
Actividad	<ul style="list-style-type: none"><li>• Percusión corporal con la canción “ Happy”</li></ul> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=QC3ZU3g0EOg">https://www.youtube.com/watch?v=QC3ZU3g0EOg</a></p> Voy a ingresar al link adjuntado anteriormente para ver esta actividad de percusión corporal.



<p>Indicaciones</p>	<p><i>Busco una pareja en casa para realizar la percusión corporal y trabajar en equipo. Realizo un video de la coreografía.</i></p> <p><i>Dedico unos minutos para anotar en mi cuaderno, qué me pareció realizar percusión corporal en pareja.</i></p>
<p><b>Material de apoyo:</b></p> <p>Para encontrar la presencia del ritmo en la naturaleza, así como en la cotidianidad vamos a identificarlo en algunas de nuestras funciones corporales (actividades diversas de los seres vivos como caminar, correr, hablar, bailar, moverse, respirar, comer entre otros), (eventos de la naturaleza, lluvia, viento, olas del mar, relámpagos, entre otros).</p>	
<p>Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse</p>	<p><b>Con el fin de reflexionar responda de forma verbal las siguientes preguntas.</b></p> <p><i>¿Qué no sabía antes del ritmo y que se ahora?</i></p> <p><i>¿Tuve dificultad con alguna de las actividades planteadas?</i></p> <p><i>¿Logre identificar el ritmo en los diferentes entornos?</i></p> <p><i>¿Disfrute del proceso de esta temática?</i></p> <p><i>¿Me siento satisfecho con el trabajo realizado?</i></p>



**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?



¿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

¿Pude identificar objetos sonoros en mi casa?



¿Pude explorar de diferentes maneras los objetos sonoros?



¿Pude confeccionar una lista de los materiales que conforman los objetos sonoros y lo anoté en mi cuaderno?



¿Pude compartir y comentar con mi familia, los objetos sonoros que exploré en la casa?



¿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?

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 Canales  
 Nivel: octavo año  
 Asignatura: Educación Física



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"> <li>- Celular, computadora.</li> <li>- Un paño o alfombra.</li> <li>- Una botella con agua.</li> <li>- Ropa Cómoda</li> </ul>
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	Acorde a la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (30 minutos diarios a 60 minutos diarios).
Recopilación de evidencias	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.

Indicaciones	El educador/a: Nombre de la unidad: “Cuidándome y entrenándome en mi entorno” Reconoce por medio de la ejecución de rutinas, los conceptos y formas de estructurar los procesos de entrenamiento y cualidades físicas.
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<i>El educador/a:</i> 1- Seguir la ficha que se adjunta en el apartado “Actividad”. 2- La evidencia debe anotar los ejercicios en el cuaderno de educación física, tiempo en que duro y al final la firma del encargado como prueba de que realizo las actividades. 3- Reconoce la importancia de realizar actividad física?. 4- Reconoce cuales cualidades físicas, están presentes en los diferentes ejercicios o rutinas?. 5- En el caso del material impreso se debe presentar dentro del portafolio con la firma de la persona encargada legal autenticando que el trabajo se desarrolló adecuadamente.



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<i>*El educador/a:</i> 1- Observe cada una de las imágenes para poder ejecutar de la manera correcta cada ejercicio. 2- Mantenga las series, repeticiones indicadas con el fin de hacerlo de manera progresiva. 3- Recuerde siempre mantener a mano la hidratación necesaria. 4- Siempre mantener las normas de seguridad básicas. 5- Recuerde las técnicas de respiración adecuadas para realizar los ejercicios. 6- Aplique las posturas correctas para evitar lesiones. 7- Recuerde realizarlo a su ritmo.  ..... Calentamiento: Realizaran 2 ejercicios de calentamiento se detallará a continuación. 1. Trotar por 3minutos fuera del rectángulo que limitará en cada esquina con piedras o botellas o algún material sólido que sea conveniente, con dimensiones de 2m de ancho y 6m de largo.
--------------	---



2m

6m

2. En el mismo rectángulo realizará cambios de velocidad, en los 2m de ancho realizará sprints (piques) y en los 6m de largo caminará. Durante 3 minutos.

Actividad principal: Realizará 5 ejercicios tipo funcional, se detallará a continuación.

EJERCICIO # 1:

ESCALADORES: Ambas manos sobre el piso. piernas en movimiento durante 60 segundos.



EJERCICIO # 2:

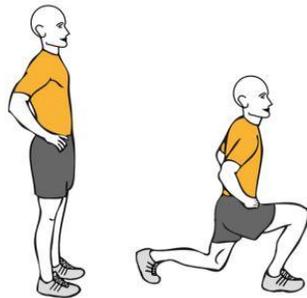
PLANCHA LATERAL: En posición de lado, con el codo apoyado por debajo del hombro y los dos pies juntos. Separa el cuerpo del suelo e intenta formar una línea recta con el cuerpo, de la cabeza a los pies. Extiende el brazo arriba, como en la imagen.



**EJERCICIO # 3:**

**DESPLANTE SENCILLO:**

En una posición firme, primero colocar la pierna derecha al frente y la rodilla izquierda bajarla hasta casi tocar el suelo, y alternar el movimiento con la pierna izquierda. Hacer 10 repeticiones con cada pierna como se muestra en la imagen.



**EJERCICIO # 4:**

**DESPLANTE CON BANCO:**

En una posición firme, colocar la pierna derecha encima del banco o silla y bajar casi hasta tocar el suelo, hacer 10 repeticiones como se muestra en la imagen.



EJERCICIO # 5:  
ELEVACION DE GLUTEO:

En posición de plancha con la variante de que las rodillas tocan el suelo, realizamos levantamiento de pierna en ángulo de 90° para trabajar el glúteo, hacer 15 repeticiones con ambas piernas como se muestra en la imagen.



**Centro Educativo: Liceo Boca de Arenal**

**Educador/a: Dayan Villalobos Agüero**

**Nivel: Plan Nacional**

**Asignatura: Orientación**



### 1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo. **Vas a requerir la ayuda de un adulto, así que debes buscar alguien de tu confianza.**

**Materiales o recursos que voy a necesitar**

**Folleto de trabajo**  
**Lápiz**

**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.

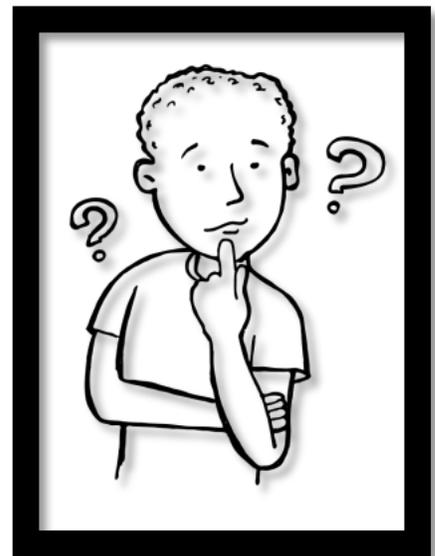
**Tiempo en que se espera que realice la guía**

Dos lecciones.



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

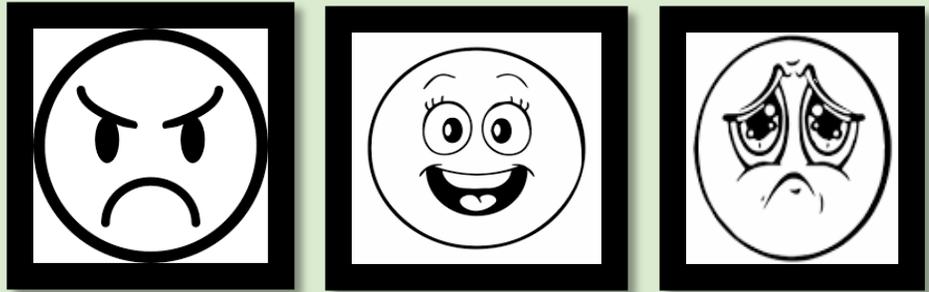
**Indicaciones** *En esta guía trabajaremos la comunicación asertiva, esta se refiere a la capacidad que tienen las personas de expresar sus pensamientos, sentimientos y emociones de forma clara, precisa y respetuosa, es una habilidad que debemos de reforzar en nuestro crecimiento puesto que nos ayudará en nuestro futuro a tener relaciones sociales más positivas.*



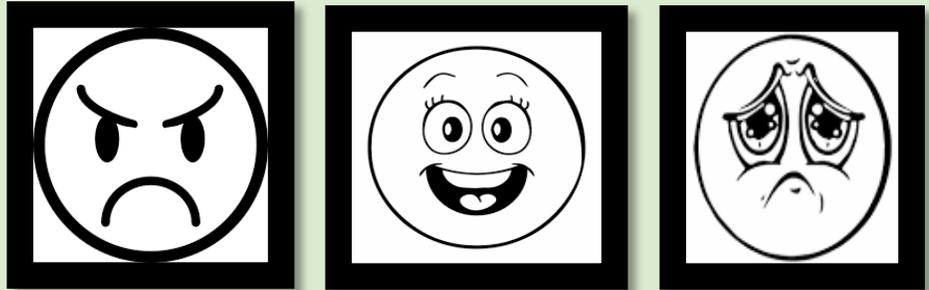
## Actividad

A continuación debes de leer las frases y seguido de eso colorea el emoticon que más se parece a tu reacción cuando esas acciones suceden.

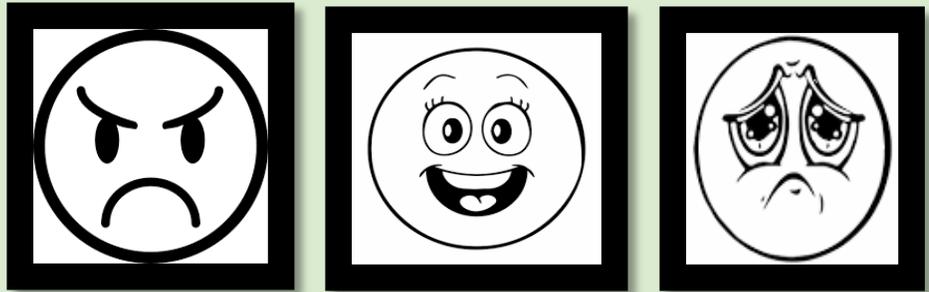
1. Cuando alguien me grita me siento así:



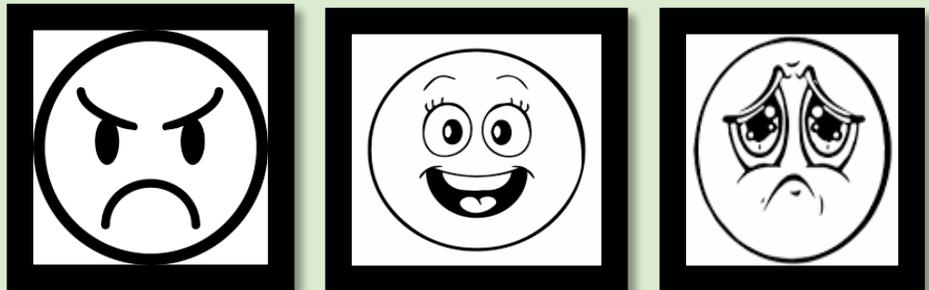
2. Cuando alguien me felicita me siento así:



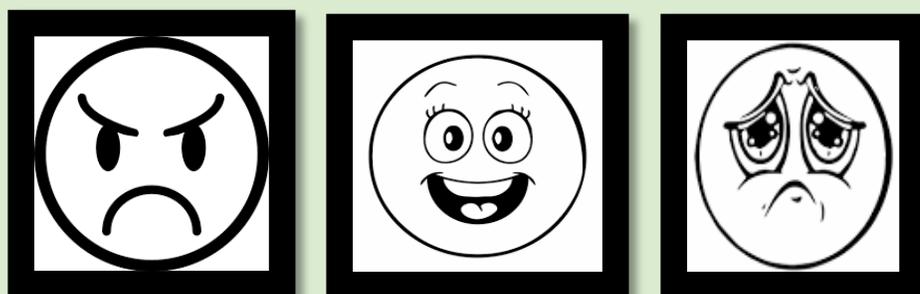
3. Cuando alguien se enoja conmigo me siento así:



4. Cuando alguien me hace enojar me siento así:



5. Cuando me siento muy feliz me veo así:

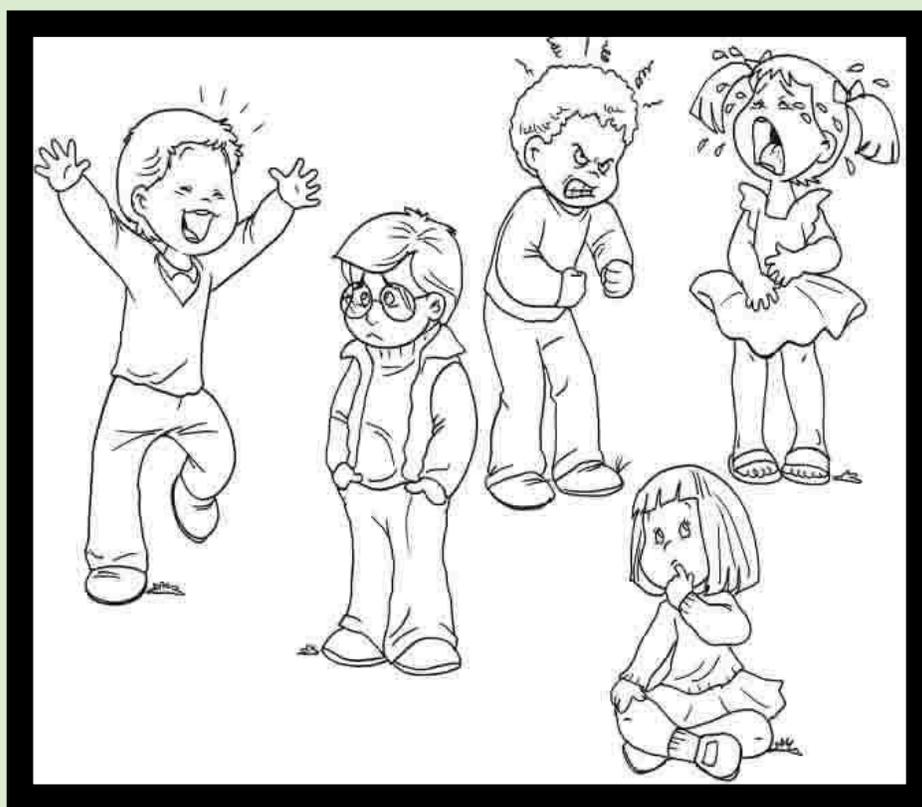


**Reflexionemos.**

La buena comunicación implica que respetemos la opinión de los demás y qué, al mismo tiempo, hagamos que nuestra opinión sea respetada.

Debemos aprender a:

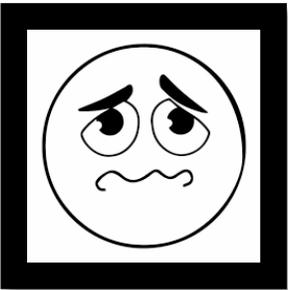
- Expresar sentimientos.
- Solicitar que queremos que cambie.
- Decir cómo nos sentiríamos tras el cambio.





### 3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

Todo está vinculado, debemos ponernos en el lugar de los demás para poder actuar de la mejor manera. Existen formas de comunicación, te los explico a continuación para que visualices es la que usas:

Estilo Pasivo	Estilo Asertivo	Estilo Agresivo
Tienen una necesidad y preocupación por agradar a los demás y, a menudo, se sienten incomprendidos por los demás o manipulados.	Capaces de defender sus propios intereses y opiniones al mismo tiempo que respetan que los demás tengan los suyos.	Imponen su criterio y buscan conseguir sus objetivos sin importarle la opinión ni los sentimientos de los demás.
		

### Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse

Por último respondo las siguientes preguntas.

1. ¿cuál es mi forma de comunicarme?

---

---

---

2. ¿Qué puedo hacer para mejorar mi forma de comunicarme con los demás?

---

---

---



Lo has hecho muy bien. Te envío un abrazo a la distancia.

Profe Dayan