

## 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	<b>El educador/a sugiere:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Celular, computadora.</b></li> <li>- <b>Un paño o alfombra.</b></li> <li>- <b>Una botella con agua.</b></li> <li>- <b>Ropa Cómoda</b></li> </ul>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	<b>Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado</b>
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	<i>El educador:</i>
--------------	---------------------



	<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"><li>• ¿nombre cuál es el género musical es la más adecuada para una rutina de yoga ¿</li><li>• ¿Redacte una breve reseña del origen del yoga hasta?</li><li>• ¿cite tres beneficios que presenta la práctica del yoga HATHA?</li></ul>
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"><li>• Realice la siguiente rutina de yoga tomando en consideración la ilustración.</li><li>• Deberá realizar un periodo de estiramiento apoyándose en la imagen correspondiente, con un periodo de tiempo de 20 segundos por figura</li><li>• El tiempo de cada postura de yoga hatha será de 60segundos</li></ul>
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	



# CHAIR YOGA

Chair yoga can be practiced sitting on a chair or standing while holding the chair for support. It is well suited to older adults who cannot participate in standing yoga or exercise due to issues with balance or pain.

© 2019 Therapy Insights.com

Perform the following exercises as a series, holding each pose for 5-10 seconds each, breathing in deeply with each change in pose.



A regular yoga practice will improve your flexibility over time.



© 2019 THERAPY INSIGHTS



# YOGA OFFICE SYNDROME



Sun salutations with neck

Assisted neck stretch

High hip side knee

Sun salutations arms

Eagle arms

Backbend arm



# Chair Yoga Poses





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

<b>“Autoevalúo mi nivel de desempeño”</b>			
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			
<b>Indicadores del aprendizaje esperado</b>	<b>Niveles de desempeño</b>		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Logro realizar con facilidad todas las posturas			
Considera su equilibrio corporal adecuado para el yoga			
Se le dificulto la practica del yoga hatha			

## Artes Plásticas GTA #6

Lic Allan Jimenez Quirós

### 1. Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	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"><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	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reconocimiento y contextualización de los principios modernos en las manifestaciones artísticas</li><li>• Indicadores del aprendizaje</li></ul>
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"><li>• Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.</li><li>• La persona estudiante debe leer el Anexo 1</li><li>• Ver el video <a href="https://youtu.be/FTeY6r9VtSQ">https://youtu.be/FTeY6r9VtSQ</a></li><li>• Resolver el crucigrama suministrado por la persona docente</li><li>• Adjunto Crucigrama y anexo 1</li></ul>
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>• ¿Qué resultados obtuve?</li><li>• ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?</li><li>• ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?</li></ul>

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

## 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"> <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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocimiento y contextualización de los principios modernos en las manifestaciones artísticas</li> <li>• Indicadores del aprendizaje</li> </ul>
Preguntas para reflexionar y responder	<p>1 reconoce y contextualiza los principios modernos en las manifestaciones artísticas utilizando medios artísticos.</p> <p><b>Arte Abstracto Geométrico</b></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, <b>mantienen que buscan hacer de esta algo universal y, sobre todo, objetivo,</b> 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.*

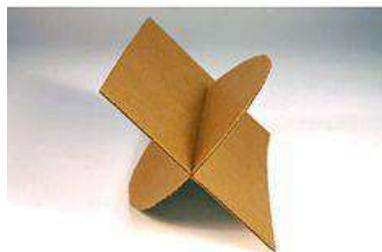
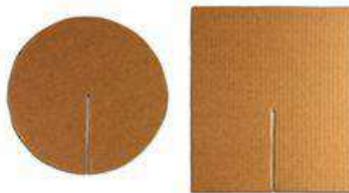
- Mediante el uso de cartón grueso, la persona estudiante desarrolla una escultura con figuras geométricas, trabajando una escultura con volumen vacío.



- 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

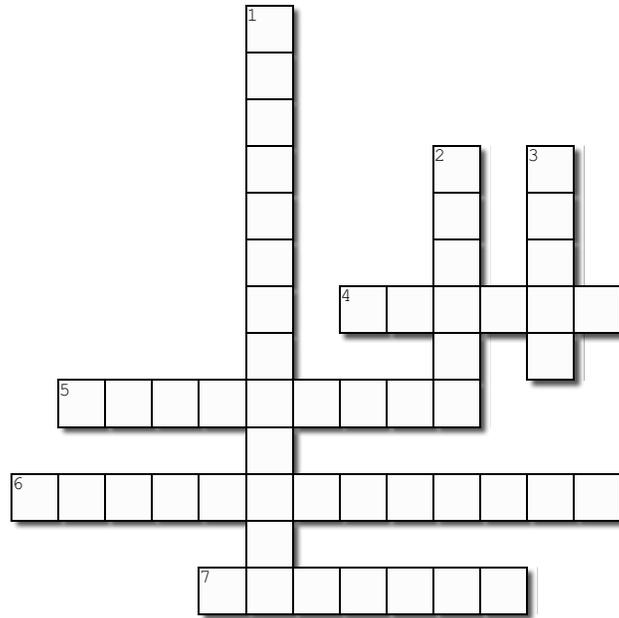
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	Si _____  No _____
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	Si _____  No _____
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	Si _____  No _____

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

## 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.

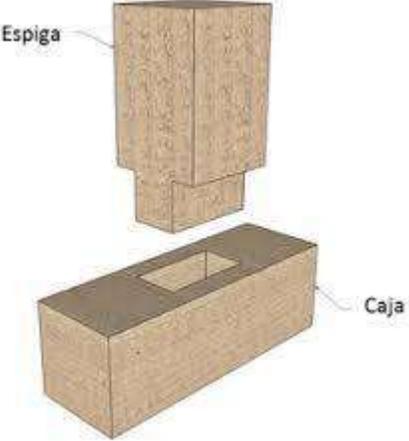
<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	Requiero los siguientes materiales para trabajar:  Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color cartulina, marcador, entre otros. Puedo usar una computadora portátil o un teléfono celular si tengo acceso al recurso.
<b>Condiciones 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>	Dos semanas: ( <b>Semana #1 y Semana #2</b> )  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.

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

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

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

<p><b>Indicaciones</b></p> <p><b>Actividad #1</b></p> <p>Semana #1</p>	<p><b>Actividad 1</b></p> <p>Realice en una cartulina los procedimientos a la hora de realizar un ensamble a media madera.</p> <p><b>Ejemplo</b></p> 
<p><b>Actividad # 2</b></p> <p>Semana # 2</p>	<p><b>Actividad 2</b></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><b>Ejemplo:</b> 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"/>
<b>¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?</b>		

**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.**

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	El educador/a sugiere: - Lápiz o lapicero.
<b>Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar</b>	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente 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>	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)
<b>Actividad</b> 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.**

<b>Indicaciones</b>	<b>I Parte. Dispositivos de entrada y salida</b>
	1. Revise la siguiente tabla.

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



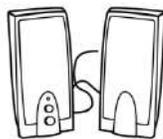
**Impresora**

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

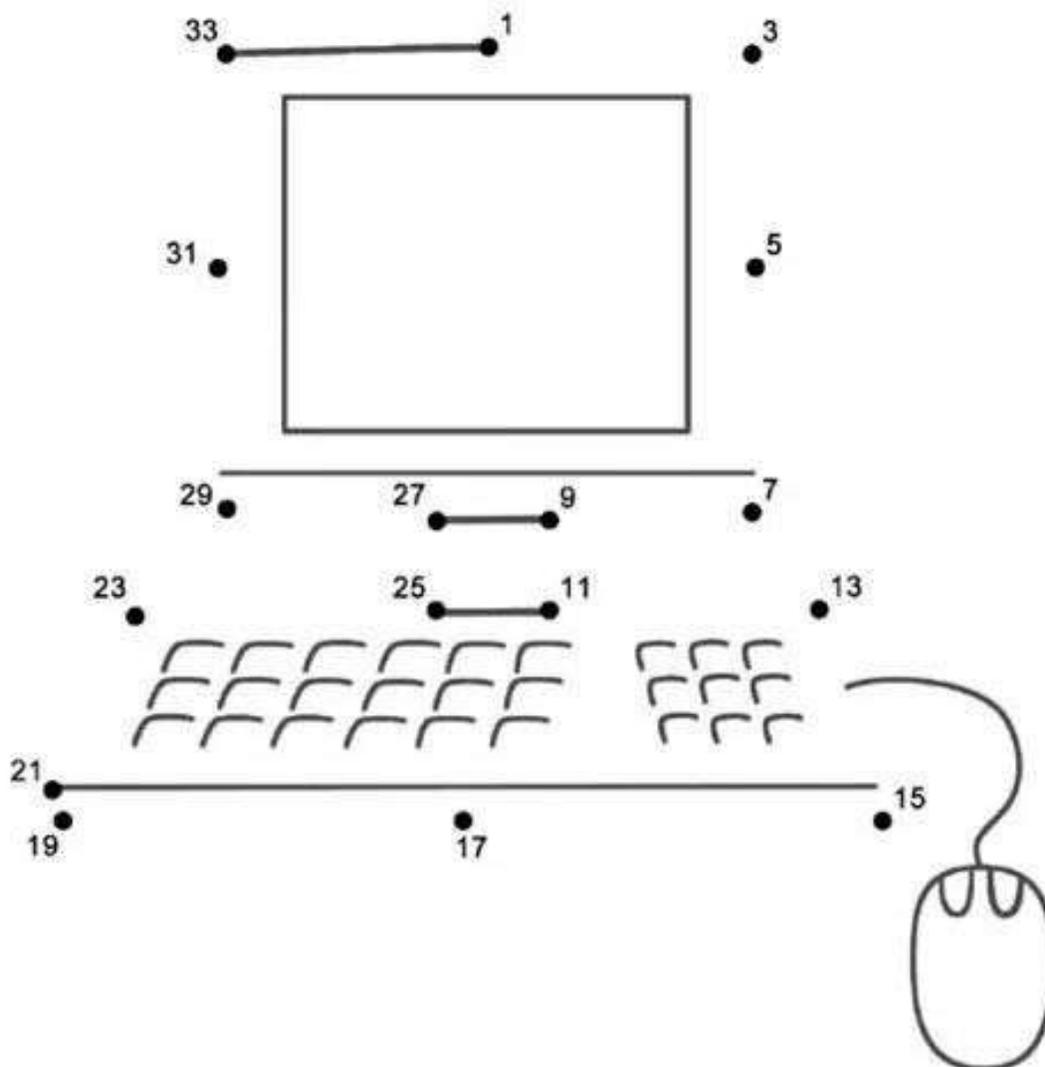
Es un dispositivo de:  SALIDA  
 ENTRADA

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 N°6

Orientación. Prof. Dayan Villalobos Agüero.

## INDICADORES DEL APRENDIZAJE ESPERADO

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



### 1. Me preparo para resolver la guía

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

#### **Materiales o recursos que voy a necesitar.**

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

#### **Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar.**

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

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

- *80 min (2 Lecciones)*



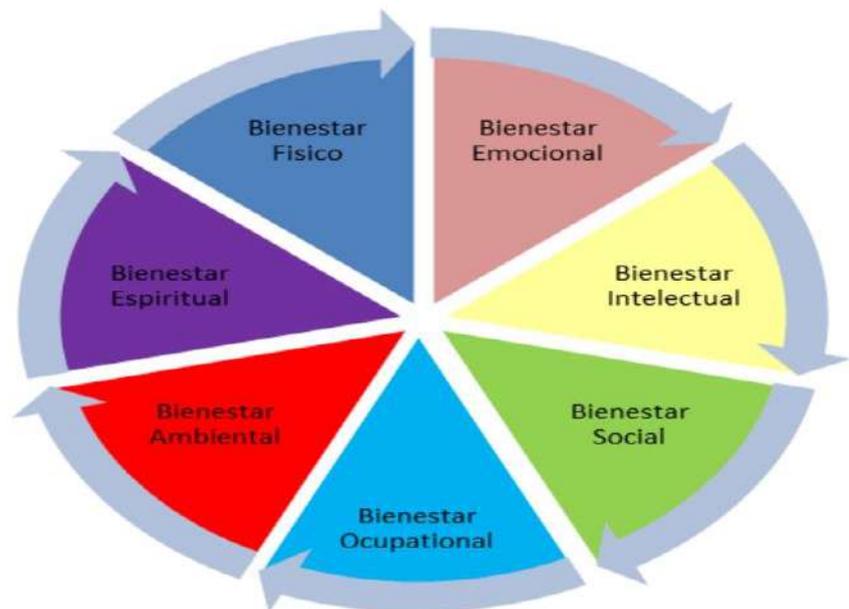
## 2. Voy a recordar lo aprendido y/o aprender

### Indicaciones

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

### Actividades

#### **“El Círculo del Bienestar Integral”**



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



### 3. Pongo en práctica lo aprendido.

#### Actividades

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

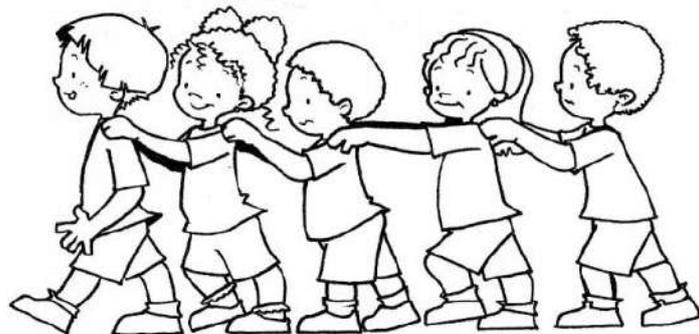
#### Bienestar Físico

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



#### Bienestar Social

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



## Bienestar Espiritual

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



## Bienestar Emocional

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



## Bienestar

### Intelectual

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



## Bienestar

### Ambiental

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



**Bienestar  
Ocupacional.**

Es nuestra  
perspectiva acerca  
de nuestro trabajo y  
Carrera.



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



*Prof. Dayan Villalobos Agüero*



## Self-Study Guide for 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:**

Materiales o recursos que voy a necesitar/ <b>Materials needed</b>	<i>Suggested materials:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Notebook, pencil, pen, eraser, highlighters, scissors, glue, recycled cardboard, etc.</li> <li>• 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.</li> <li>• Self- study guide #6</li> <li>• Computer &amp; Internet access if possible</li> </ul>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar/ <b>Conditions of the place to work</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Work in a place where you do your assignments and homework daily.</li> </ul>
Tiempo en que se espera que realice la guía/ <b>Expected time to work this self-study guide</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• This self-study guide will take you 120 minutes to be completed. You are going to review some important topics.</li> </ul>



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

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



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: \_\_\_\_\_

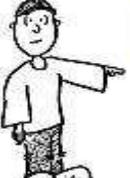
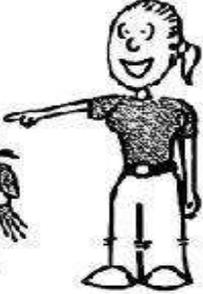
A: What language do you speak?

B: \_\_\_\_\_



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

## Personal Pronouns

Singular	Plural
 <p>I</p>	 <p>We</p>
 <p>you</p>	 <p>you</p>
 <p>he</p> 	 <p>they</p> 
 <p>She</p> 	
 <p>it</p> 	

<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.**

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

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 20<sup>th</sup>.**

**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 20<sup>th</sup>, I speak Spanish.

**Guía de trabajo autónomo**

**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>	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc. 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>	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	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.**

<b>Indicaciones</b>	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
<b>Actividad</b> 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>

[https://www.youtube.com/watch?v=S\\_SaCPa1Zkg](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.



Una forma de cuidar el planeta, es usando las tres R. Reciclar, reutilizar, reducir.

Escribo o dibujo una forma en que puedo ayudar desde mi casa al planeta

# 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.**

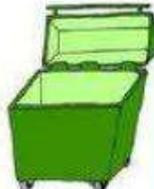
**En el contenedor azul debemos depositar el papel.**



PLASTICOS  
Y  
ENVASES



CARTON  
Y  
PAPEL



RESIDUOS  
ORGANICOS



Escribo o dibujo cuales materiales hay en mi casa y puedo reciclar.

A large, empty rectangular box with a black border, intended for the student to draw or write about recyclable materials in their home.

# 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!



¿Hago un dibujo de cómo puedo ayudar en mi casa a reducir, el consumo de agua y energía eléctrica?

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the student to draw their ideas for reducing water and electricity consumption at home.

# 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.

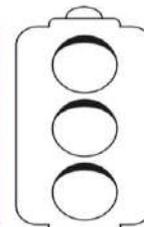
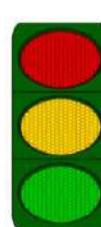


Mencione que artículos puedo reutilizar en mi casa o comunidad.

Evaluó 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

### 10- 5 NATALY Y MARCOS

**ESPAÑOL.** Grace García

#### 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>	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc. 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>	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes. Con ayuda de un adulto o con fotos para aclarar dudas.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	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.

<b>Indicaciones</b>	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones. El siguiente contenido tiene como objetivo escribir, identificar. Observe los videos:
<b>Actividad</b> Preguntas para reflexionar y responder	¿Qué es una Oración?

#### **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** Escucho con atención la lectura del texto. Una o dos veces.

**ACTIVIDAD 1.** Responda las siguientes preguntas de forma oral, puede hacer una grabación con las respuestas o que alguna persona adulta escriba las respuesta.

Evaluó mi aprendizaje en la materia de: **Español**

El tema: **lectura**

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

Evaluó 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 explic

Lo entiendo y lo puedo explicar-



# Susi y su oso Soso

El oso Soso ama a la osa Susi.  
Soso se asoma al sol y  
Susi amasa la masa en la mesa.  
Soso toma la sopa de Susi.  
Susi y Soso salen de paseo a la loma



Completa

El oso Soso ama a la osa \_\_\_\_\_  
Soso se asoma al \_\_\_\_\_  
Susi \_\_\_\_\_ la masa en la mesa.  
Soso toma la \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

# CONJUGACION VERBAL

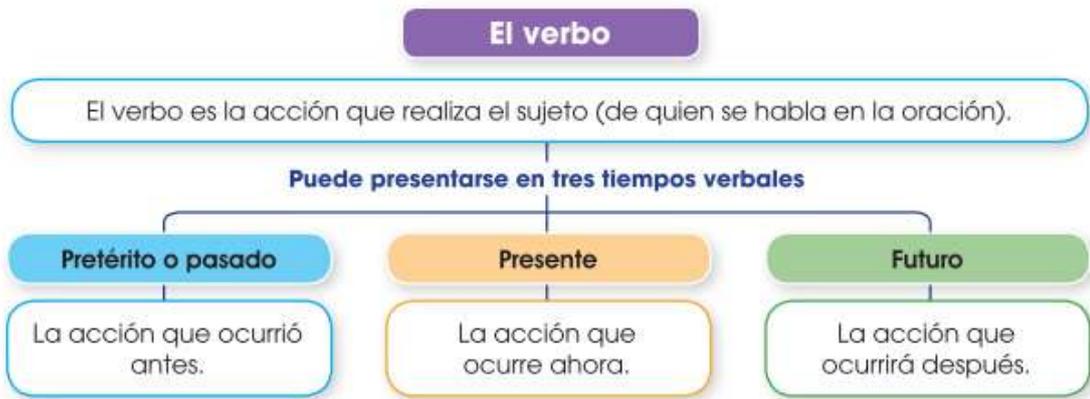
**Verbo.** Es la palabra que expresa acción. Presenta las siguientes variaciones:

**Persona.** Sustantivo o pronombre personal.

**Número.** Si es singular o plural.

**Modo.** Expresa la actitud del hablante.

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



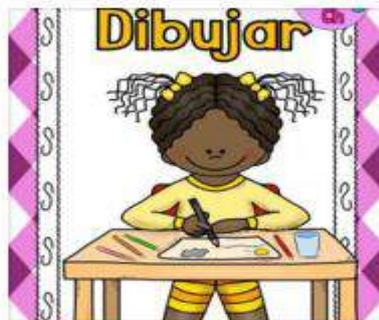
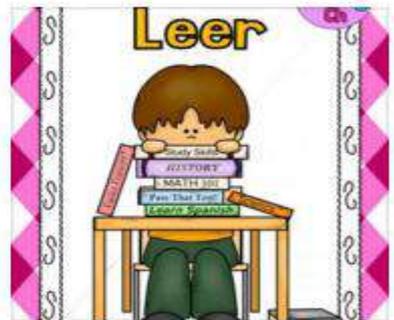
RECORDEMOS:

amar

amé

amo

amaré

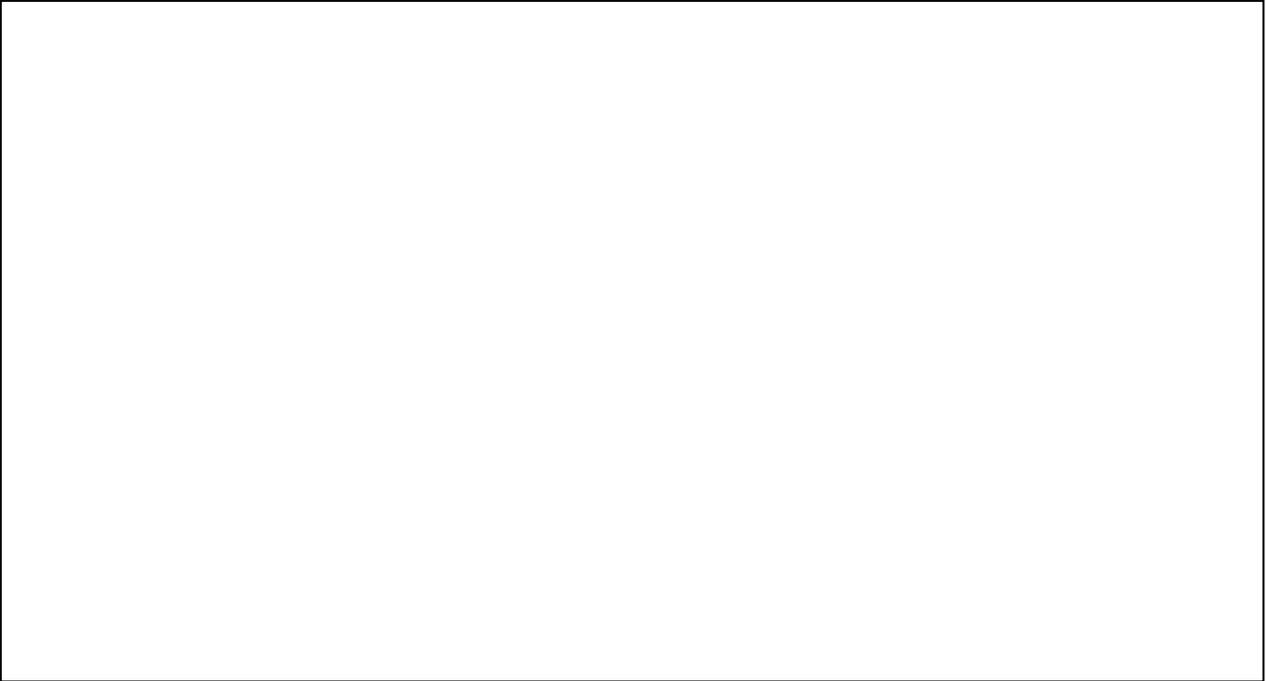


GTA 6°

ACTIVIDAD 2

Dibuje en el recuadro una acción que usted realiza en su casa en este tiempo de covid.

RECUERDE: Debe ser una acción en cada cuadro.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing an action performed at home during the COVID-19 pandemic.A second large, empty rectangular box with a thin black border, identical to the first one, for drawing another action performed at home during the COVID-19 pandemic.

## 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.

<b>Materiales o recursos que voy a necesitar</b>	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, etc. 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>	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	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.

<b>Indicaciones</b>	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
<b>Actividad</b> 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.**

**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.

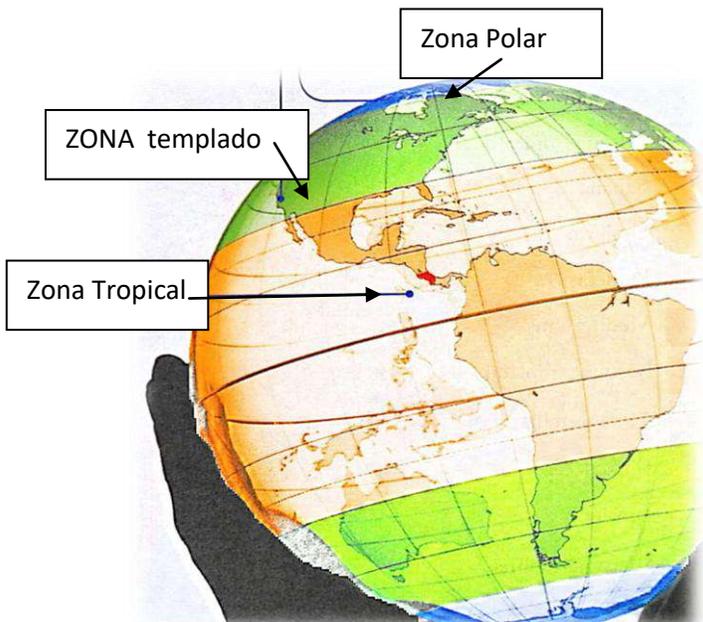
1	Zona Tropical	 <p>invierno</p> <p>verano</p>	Las temperaturas se mantienen cálidas todo el año. Lluve todo el año algunas zonas presentan época seca y época lluviosa.
2	Zonas Polares	 <p>Regiones Polares</p> <p>nieve</p>	Las temperaturas van de frías a muy frías. Precipitaciones en forma de nieve.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

**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 número que corresponde.

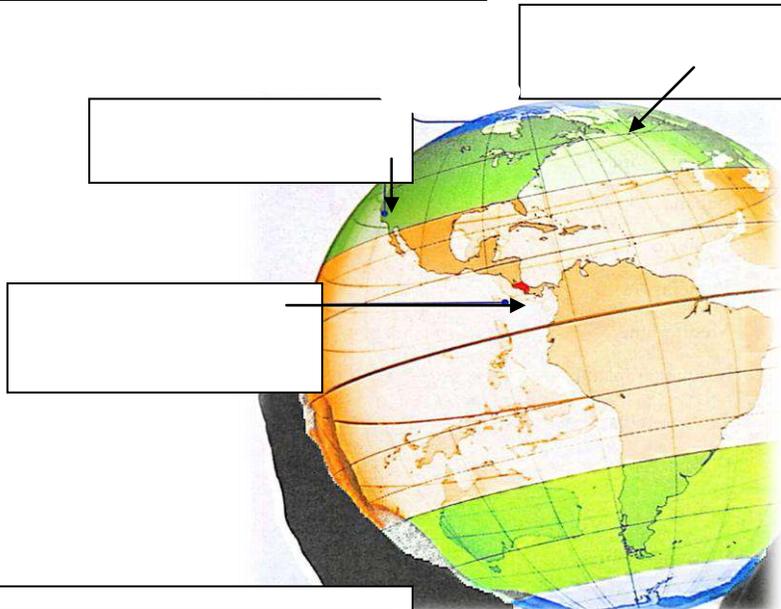
<p>1</p>		<p>( )</p>	<p>Zona Templada</p>
<p>2</p>		<p>( )</p>	<p>Zona Tropical</p>
<p>3</p>		<p>( )</p>	<p>Zonas Polares</p>

**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

**MATEMATICAS.** Grace García

10-5

### 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>	Cuaderno, borrador, lápiz o lápices de color, calculadora etc. 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>	Es importante que el trabajo lo realice en un sitio cómodo, en el que pueda sentarme a leer y escribir sin inconvenientes.
<b>Tiempo en que se espera que realice la guía</b>	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.

<b>Indicaciones</b>	Lea el contenido dado en estas fichas y responda según las indicaciones.
<b>Actividad</b> 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

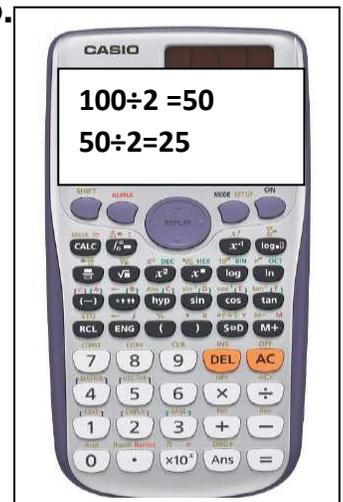
$$\cancel{40}^2 = \cancel{20}^2 = \cancel{10}^2 = 5$$

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

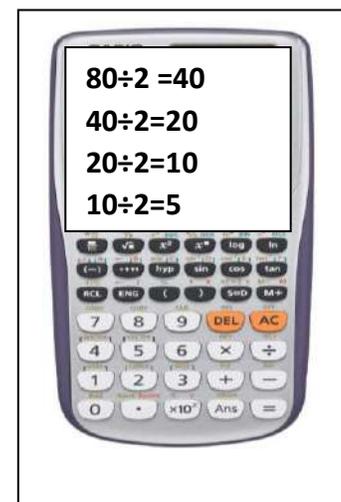
## PRACTICA DE SIMPLIFICACIÓN.

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)  $3 \cdot 2 = 6$

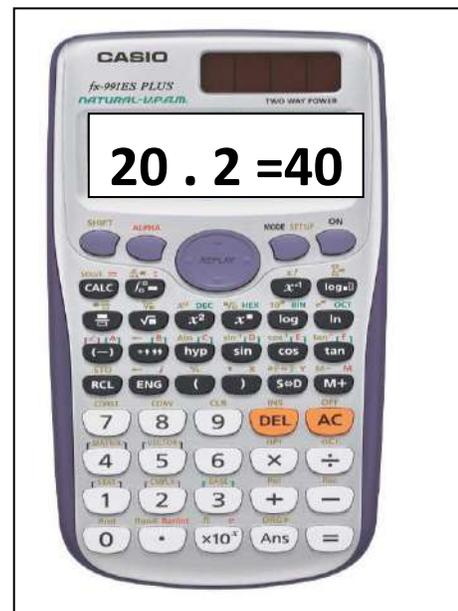
## PRACTICA DE APLIFICACION.

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

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

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

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



## PRACTICA

## ACTIVIDAD:

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

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

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

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

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

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

<p>Indicaciones Semana del</p> <p>Lectura del tema en estudio.</p> 	<p><b>Preparación de salsas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La más conocida es la salsa blanca, (se hace con harina y margarina).</li> <li>- La boloñesa, (puede hacerse con carne molida, tomate y especias).</li> </ul>	<p><b>Preparación de aderezos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>- Ya que tienen aceite, vinagre, azúcar y sal, hierbas u otros aromas.</li> <li>- Existen aderezos para otros platos como, por ejemplo, el chimichurri se acompaña en la carne a la parrilla.</li> </ul>
	<p><b>EJEMPLO SALSA BLANCA</b></p> <p><b>Ingredientes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 cdas de mantequilla</li> <li>• 3 cdas de harina</li> <li>• 1 taza de leche</li> <li>• Sal y pimienta a gusto</li> <li>• Nuez moscada</li> </ul> <p><b>PREPARACIÓN</b></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"> <li>- Remueve por 1 minuto hasta que haya tomado una consistencia cremosa.</li> <li>- Agrega poco la leche hervida para que no se formen grumos en la salsa, sigue revolviendo hasta que hierva y se empiece a espesar.</li> <li>- Cuando la salsa blanca esté lista, retírala del fuego. Condimenta con sal y pimienta a gusto.</li> </ul>	<p><b>EJEMPLO ADEREZO DE LIMÓN Y MIEL</b></p> <p><b>Ingredientes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 120 ml de zumo de limón y su ralladura.</li> <li>▪ ¼ taza de aceite de oliva.</li> <li>▪ 2 cucharadas de vinagre</li> <li>▪ 1 cucharadita de miel</li> <li>▪ Orégano</li> <li>▪ Sal y pimienta al gusto</li> </ul> <p><b>Incorporar todos los ingredientes en un bol y mezclarlos hasta que emulsionen.</b></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?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Identifique la materia prima para elaborar aderezos y salsas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Investigue en internet o consulté a un vecino o familiar sobre tipos de aderezos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Utilice los materiales o recursos didácticos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Revisé el trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**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



**LICEO BOCA DE ARENAL**

**PLAN NACIONAL**

**Educación para el Hogar**

**Cocina**

**Nivel: Décimo**

**VI GTA**

**Curso Lectivo**

**2020**

