

LICEO BOCA DE ARENAL

PLAN NACIONAL

SEXTA GUIA

OCTAVO AÑO



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

pero iguales en su derecho a volar"



MATERIA	PROFESOR	PAGINA
1. MATEMÁTICAS	LEONELA.....	3
2. CIENCIAS	LEONELA.....	8
3. ESTUDIOS SOCIALES	PATRICIA	13
4. ESPAÑOL	PATRICIA.....	18
5. INFORMÁTICA	YAJAIRA.....	23
6. EDUCACIÓN FÍSICA	DANNY	27
7. INDUSTRIALES	GREIVIN.....	32
8. ARTES PLÁSTICAS	ALLAN	38
9. HOGAR	GAUDY	44
10. INGLÉS	JUANITA	57
11. RELIGIÓN	JOSE	NO EN ESTA GTA
12. ORIENTACIÓN	DAYAN.....	61
13. MÚSICA	BRAYAN.....	NO EN ESTA GTA

Guía de trabajo autónomo # 6

MATEMÁTICAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

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

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

Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Escribo los números ordinales del 1° al 20°

Pongo en práctica lo aprendido en clase

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

Actividad:

Leer la siguiente información, esta ficha le funcionara para realizar las actividades de las siguientes semanas.

Números ordinales:

Con ayuda de un familiar leo y analizo la siguiente información.

Número	Ordinal	Cardinal
1	Primero	Uno
2	Segundo	Dos
3	Tercero	Tres
4	Cuarto	Cuatro
5	Quinto	Cinco
6	Sexto	Seis
7	Séptimo	Siete
8	Octavo	Ocho
9	Noveno	Nueve
10	Décimo	Diez

11	Undécimo / Décimo primero	Once
12	Duodécimo / Décimo segundo	Doce
13	Decimo tercero	Trece
14	Decimo cuarto	Catorce
15	Decimo quinto	Quince
16	Decimo sexto	Dieciséis
17	Decimo séptimo	Diecisiete
18	Decimo octavo	Dieciocho
19	Decimo noveno	Diecinueve
20	Vigésimo	Veinte

Unidades Ordinales

Primero (1º)

Segundo (2º)

Tercero (3º)

Cuarto (4º)

Quinto (5º)

Sexto (6º)

Séptimo (7º)

Octavo (8º)

Noveno (9º)

Décimo (10º)

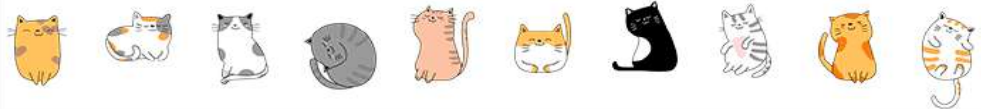
Actividad:
Semana 1:

Números ordinales. Señala con un círculo.

Tercero



Séptimo



Noveno



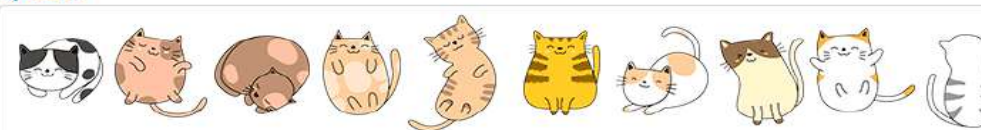
Décimo



Sexto



Quinto



Octavo



Segundo

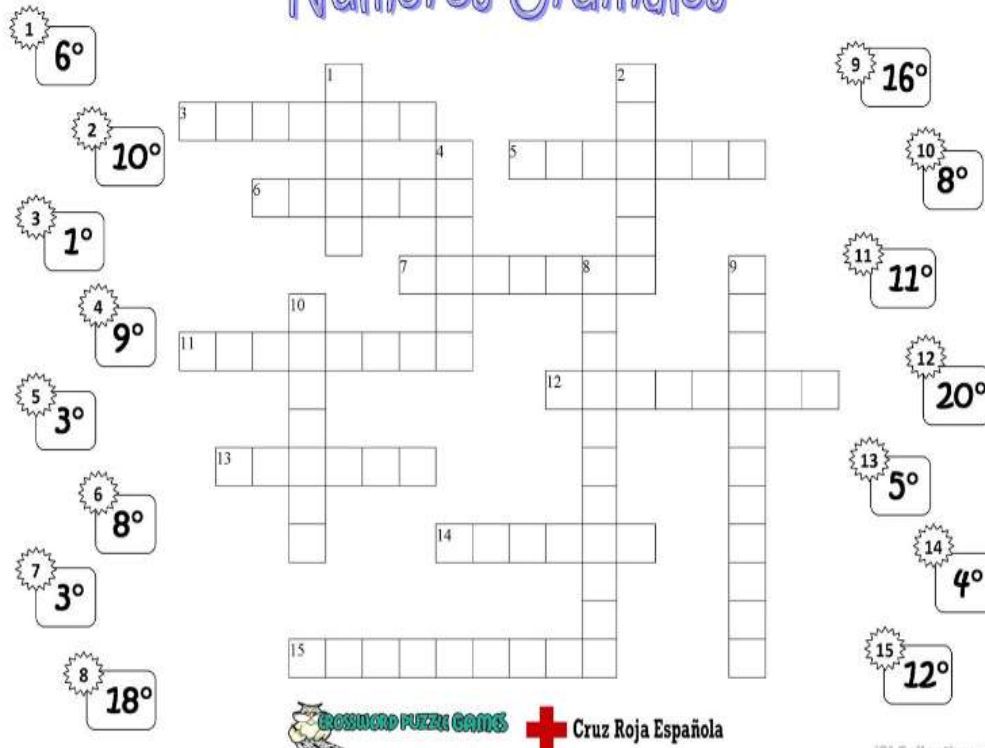


Cuarto



Actividad:
Semana2:

Números Ordinales



El que busca, encuentra

● **Pinta** de rojo el techo de la primera y de la quinta casa.



● **Coloca** las velitas al sexto y noveno pastel.



Evaluación GTA # 6:

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

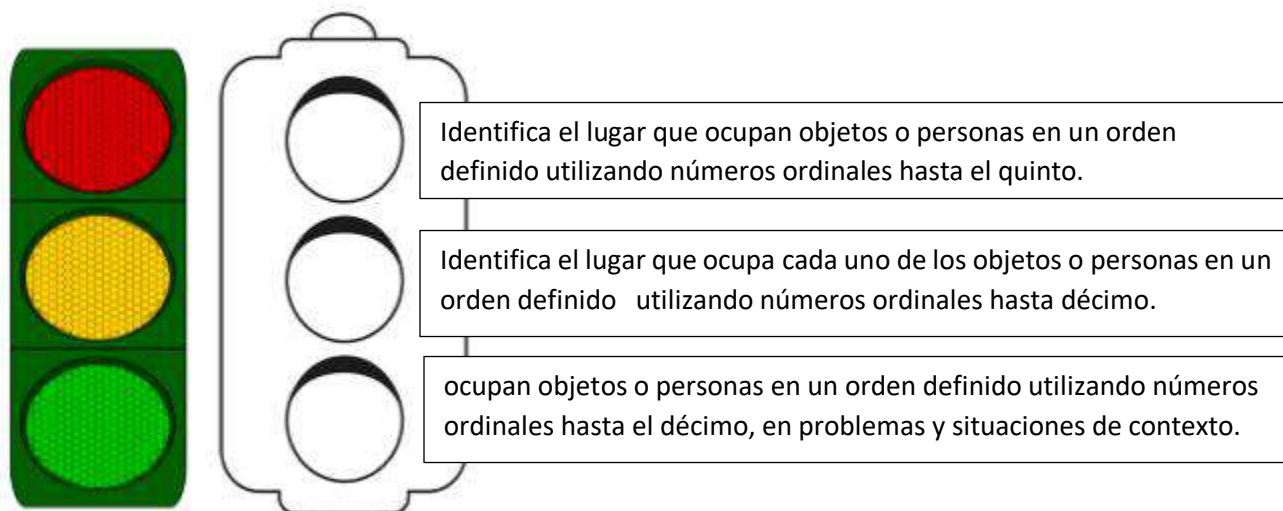
Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

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

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

Tema: Números Ordinales

Indicador: Identifica el lugar que ocupan objetos o personas en un orden definido utilizando números ordinales hasta el décimo, en problemas y situaciones de contexto.



Guía de trabajo autónomo #6

CIENCIAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

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

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

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Realizo un dibujo de una situación real donde se aplique la fuerza que produce un trabajo:

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: Semana 1 Semana2 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:

Leer y analizar la siguiente información para resolver las actividades siguientes.

Cambio en el ambiente por uso de la fuerza:

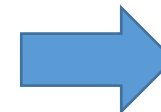
El paisaje de las comunidades experimenta cambios causados por la acción humana debido al uso de las máquinas y por las fuerzas de la naturaleza.

Cambio en el paisaje por el uso de máquinas:



Los paisajes de las comunidades han cambiado por el uso de máquinas para la construcción de carreteras, edificios, casas, represas entre otros.

Cambio en el paisaje por fenómenos de la naturaleza:



La fuerza de la naturaleza como la acción del viento, el agua y los sismos cambian los paisajes.

Actividad:
Semana 1:

Asocie.

En la columna de la izquierda aparecen los dos cambios provocados en el paisaje, y en la columna de la derecha diferentes dibujos. Coloque el numero según corresponda:

1 Cambio provocado por
fenómeno natural

2 Cambio provocado por
intervención del

☐

☐

☐

☐

☐


Actividad:
Semana2:

Dibujo un cambio que haya experimentado mi comunidad en el paisaje por el uso de máquinas:

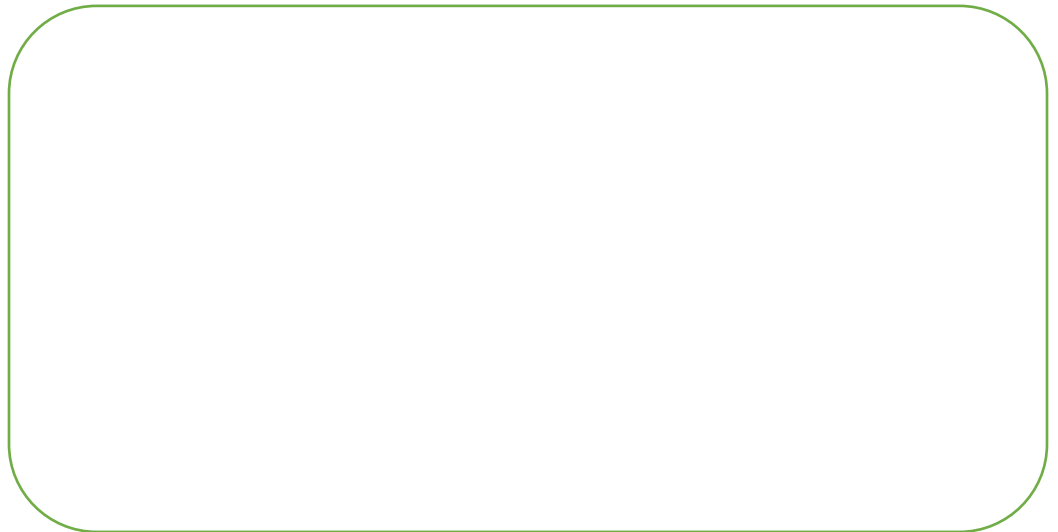


Escribo con ayuda de un familiar los efectos que me indican en los cambios de paisaje, anteriormente dibujado.

Efecto positivo:

Efecto negativo:

Dibujo algún cambio que haya tenido mi comunidad por fuerzas de la naturaleza:



Evaluación GTA # 6:

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

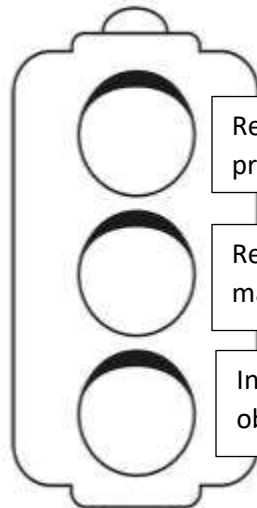
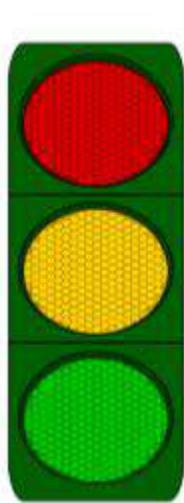
Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

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

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

Tema: Fuerza y trabajo, cambios en el ambiente

Indicador: Reconoce medios escritos, orales y plásticos, para demostrar los cambios que produce una fuerza en los objetos materiales del entorno.



Reconoce imágenes presentadas para demostrar los cambios que produce una fuerza en los objetos materiales del entorno.

Reconoce los cambios que produce una fuerza en los objetos materiales del entorno, si es provocado por el hombre o por la

Indica efectos negativos o positivos que produce una fuerza en los objetos materiales del entorno.

Guía de trabajo autónomo

6 G.T.A OCTAVO

ESTUDIOS SOCIALES. Licda. Patricia García Chaves

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

2.

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

3. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	A continuación te presentare el siguiente tema: "Espacios de participación y representación en el cantón" ✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio ✓ Realizo las actividades propuestas por la docente ✓ Observo las imágenes con atención ✓ Recorto y pego en mi cuaderno ✓ Respondo las preguntas propuestas ✓ Enviar evidencia del trabajo realizado vía WhatsApp, plataforma TEAMS, de manera física en la institución educativa.
Actividad Lectura del tema en estudio Escucho con tención la lectura del tema Preguntas para reflexionar y responder	Repaso la quinta guia, ya que lo evaludo en esta sexta guia es continuidad de la guia anterior. Las persons que hbitan la comunidad, son parte fundamental de su desarrollo, y que prticipn de las diversas actividades que se organizan es este. Lo anterior, incluye todos los miembros de una comunidad (niños, jovenes, adultos, adultos mayores). El termino participación se refiere al poder formar parte de algo. La participación puede ser activa (que participamos en la toma de decisiones y con información de lo que se hace) o pasiva (aquella en la que observamos lo que sucede o tenemos información de lo que estamos hciendo, pero nuestras opiniones no son tomadas en cuenta y no tenemos derecho a la información)



Observo la imagen	<u>La representación:</u> Muchos de nosotros observamos diariamente grupos de personas que tienen diferentes características, las cuales les permiten representar la comunidad (asociación de desarrollo, Seguridad comunitaria, Pastoral social, Grupo de jóvenes, actividades recreativas) o la institución educativa (Gobierno estudiantil, Folclor, Grupo de teatro, Feria Científica, Festival de las artes, actividades deportivas, grupo de baile popular, canto, ect.) en diferentes actividades que se desarrollan. Quienes representan tanto la comunidad como el colegio, son seleccionados entre un grupo de personas. Es importante que participemos en espacios que brinda la comunidad como lo son el Ambiental y el Religioso <u>Ambiental:</u> Son espacios de participación en los que las personas disfrutan las bellezas y realizan acciones dirigidas a eliminar o disminuir los problemas ambientales que se presentan en la comunidad. En estos espacios se pueden desarrollar acciones como: ✓ Limpieza de ríos y vías públicas ✓ Siembra de árboles ✓ Campañas de separación, reutilización y reciclaje de desechos. <u>Religioso:</u> Existen espacios religiosos que permiten el intercambio con personas de nuestra religión y creencias espirituales. En estos espacios intercambian ideas y experiencias. Los espacios en donde se desarrollan estas actividades pueden ser parques, centros educativos, salones comunales, iglesias
---------------------------------	--

4. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones Actividad #1 Semana #1	➤ Represento con dibujos o recortes dos actividades que se realizan en mi comunidad a favor del ambiente, en las que puedo participar con mi familia Dibujo / Recorte # 1
--	--

Actividad # 2 Semana # 2	Dibujo / Recorte # 2 ➤ Con ayuda de un familiar, escribo una lista de los espacios de participación que hay en mi comunidad 1- _____ 2- _____ 3- _____ 4- _____ 5- _____ ➤ Trabajo en mi cuaderno Mediante recortes confecciono un anuncio o invitación en el cual informo a la población sobre una actividad que se realiza en mi comunidad. En este debe anotarse información sobre la actividad pueden ser actividades: Comunes, religiosas , deportivas, educativas, artísticas- culturales y recreativas Ejemplo:
Actividad # 2 Semana #2	



➤ Relaciono con líneas las imágenes con el tipo de actividad que corresponde.



■ Deportiva



■ Ambiental



■ Artística



■ Recreativa



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

Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

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

Rojo: Inicial

Amarillo: Intermedio

Verde: Avanzado

Indicador: Describe la importancia de los espacios representativos como formas para la expresión de los/las estudiantes: recreativos, artísticos, culturales, ambientales, deportivos y religiosos

Evaluó mi aprendizaje en la materia de :		Estudios Sociales
El tema:	"Espacios de participación y representación del cantón"	
Para esto utilizo los colores del semáforo, coloreando según mi aprendizaje		
	Relaciona imágenes presentadas con su respectivo espacio: recreativo, artístico, cultural, ambiental, deportivo y religioso	
	Menciona la importancia de los espacios representativos como formas para la expresión de los/las estudiantes: recreativos, artísticos, culturales, ambientales, deportivos y religiosos	
	Identifica tanto en la institución educativa como en su comunidad los espacios representativos como las formas para la expresión de los/las estudiantes: recreativos, artísticos, culturales, ambientales, deportivos y religiosos.	



Guía de trabajo autónomo

6 G.T.A OCTAVO

ESPAÑOL. Licda. Patricia García Chaves

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

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

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	A continuación te presentare el siguiente tema: <u>"Textos expositivos"</u> ✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio ✓ Realizo las actividades propuestas por la docente ✓ Observo las imágenes con atención ✓ Recorto y pego en mi cuaderno ✓ Respondo las preguntas propuestas ✓ Enviar evidencia del trabajo realizado vía WhatsApp, plataforma TEAMS, de manera física en la institución educativa.
Actividad Lectura del tema en estudio Escucho con tención la lectura del tema Preguntas para reflexionar y responder	<u>"Textos expositivos"</u> Su propósito es dar a conocer información especializada sobre un tema. Las ideas se presentan en orden y se enriquece la explicación con ejemplos. La persona que presenta la información incluye explicaciones que permite que se entienda la información presentada Ejemplo: Los delfines, una de las especies animales más inteligente del planeta. Los delfines son unos mamíferos acuáticos, del orden de los cetáceos. ... Están entre las especies más inteligentes que habitan el planeta, ya que tienen un cerebro muy desarrollado como el de los humanos ¿Sabes de qué se alimentan los delfines?



Observo la imagen 	¿Dónde habitan los delfines?
---	---

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones Actividad #1 Semana #1	➤ Observo el siguiente video (el video será enviado al grupo de WhatsApp Guías 7-6 / 8-6) ¿Qué es el coronavirus síntomas y causas? ➤ Comento con mi familia lo observado ➤ Investigo  ➤ Con el apoyo del video observado oh bien si tienes acceso internet. ➤ Investiga en diferentes fuentes sobre el Covit 19 ➤ Con ayuda de mi familia preparo un video explicando con tus propias palabras: ➤ ¿Qué es el Coronavirus? ➤ ¿síntomas? ➤ ¿Cómo puedo evitar contagiarme? ➤ El video lo enviaras a la docente vía WhatsApp (85 84 04 92), oh puedes subirlo a la plataforma TEAMS ➤ Ilustro en mi cuaderno lo investigación sobre el covit 19
Actividad # 2 Semana # 2	Actividad # 1 ➤ Leo oh escucho con atención la comprensión de lectura “Los insectos” ➤ Doy respuesta a las preguntas.



Los insectos

Los insectos son animales pequeños que viven en todo el mundo. Tienen seis patas, dos antenas y algunos tienen alas. Algunos insectos corren, vuelan, saltan o hasta nadan. Algunos se alimentan de hierbas, otros de carne, o hasta heces. Las mariposas, hormigas, moscas, saltamontes y abejas son insectos.



Nombre: _____

Instrucciones: Lee el texto TRES veces. Colorea sus estrellas cada vez que lees. Después contesta las preguntas y ordena la palabra.





 ¿Qué son? _____

 ¿Qué tienen? _____

 ¿Qué pueden hacer? _____

Instrucciones: Lee las palabras TRES veces. Señala en el texto y resáltalas con un marcador.

animales	insectos	hierbas	viven	antenas
alas	heces	moscas	abejas	pequeños

Actividad # 2

- Investigo ¿Para qué sirve?
- Observo los siguientes dibujos e investigo para que funcionan

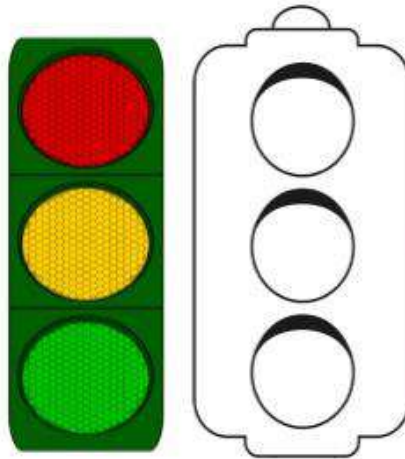
Indicador:



Evaluó mi aprendizaje en la materia de :

El tema:

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



Responde las preguntas de acuerdo con el texto.

Identifica la idea principal en un texto escuchado

Produce textos expositivos escribiendo con coherencia y cohesión

Guía de trabajo autónomo No.6 Informática Educativa

Educador/a: Yahaira Gamboa Villalobos

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



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

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



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

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



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

Indicaciones

I Parte. Dispositivos de entrada y salida

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



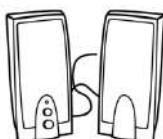
Impresora

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

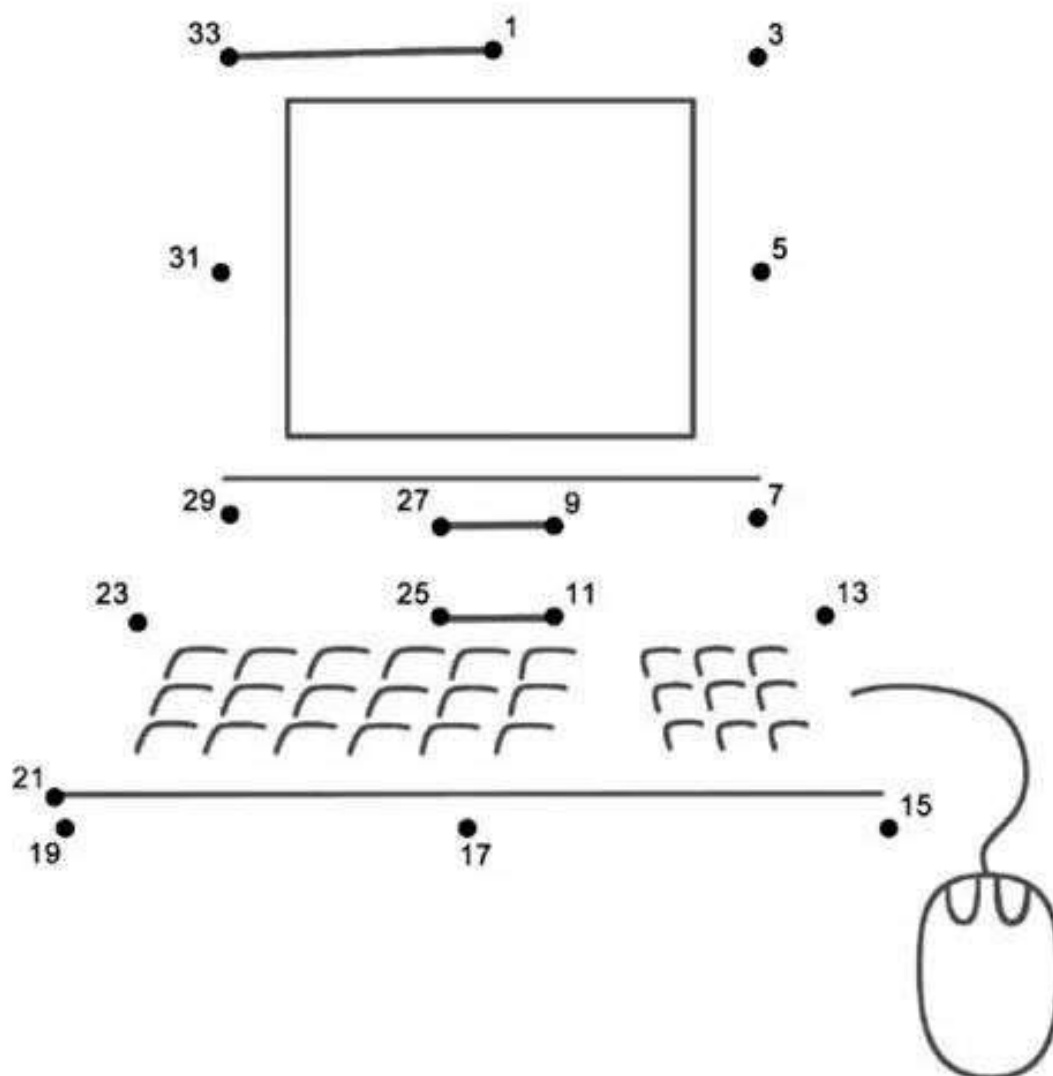
☐ ENTRADA

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 (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 Canales Nivel: octavo Asignatura: Educación física
Indicador(es) del aprendizaje(s) esperado(s) que se desarrollará en la ejecución de la GTA (según los sugeridos en las plantillas de planeamiento didáctico).



1. Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	El educador/a sugiere: - Celular, computadora. - Un paño o alfombra. - Una botella con agua. - Ropa Cómoda
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
Tiempo en que se espera que realice la guía	40 minutos, una vez a la semana



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

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



	El estudiante deberá realizar las siguientes rutinas de yoga, guiándose por medio de las ilustraciones que se facilitará, la rutina de ejercicios relates deberá ser acompañada por música acorde sanadora y relajante
Actividad	El educador/a:
Preguntas para reflexionar y responder	¿nombre cuál es el género musical es la mas adecuada para una rutina de yoga ¿ ¿Redacte una breve reseña del origen del yoga? ¿cite tres beneficios que presenta la práctica del yoga?



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	*El educador/a: - Realice la siguiente rutina de yoga tomando en consideración la ilustración. - Deberá realizar un periodo de estiramiento apoyándose en la imagen correspondiente, con un periodo de tiempo de 20 segundos por figura - El tiempo de cada figura de yoga será de 40segundos
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<u>Estiramiento.</u>

20-MINUTE YOGA WORKOUT FOR FLEXIBILITY



ASANAS PREPARATORIAS PARA LA RUEDA





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

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





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 Autonomo

Fecha de realización: Primera y segunda semana de agosto

Materiales o recursos a utilizar:

Lápiz de grafito o lapicero, borrador, marcadores, teléfono celular o computadora si tiene.

Tema. Circuitos Serie y Paralelo

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

Circuitos serie y paralelo.

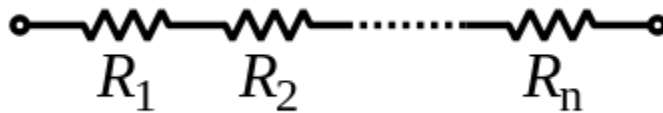
Los circuitos en serie a veces se denominan acoplados por corriente o acoplados en cadena. La corriente Por lo tanto, todos los componentes en una conexión en serie llevan la misma corriente.

La característica principal de un circuito en serie es que solo tiene una ruta en la que su corriente puede fluir. Abrir o romper un circuito en serie en cualquier punto hace que todo el circuito se "abra" o deje de funcionar. Por ejemplo, si incluso una de las bombillas de una cadena de luces de árboles de Navidad de estilo más antiguo se apaga o se quita, la cadena entera deja de funcionar hasta que se reemplaza la bombilla.

En un circuito en serie, la corriente es la misma para todos los elementos.

Resistencias

La resistencia total de las resistencias en serie es igual a la suma de sus resistencias individuales:



Circuitos paralelos

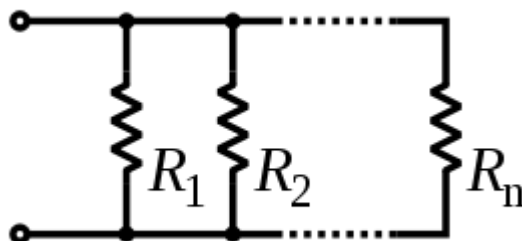
Si dos o más componentes están conectados en paralelo, tienen la misma diferencia de potencial (voltaje) en sus extremos. Las diferencias de potencial entre los componentes son iguales en magnitud y también tienen polaridades idénticas. La misma tensión se aplica a todos los componentes del circuito conectados en paralelo. La corriente total es la suma de las corrientes a través de los componentes individuales, de acuerdo con la ley actual de Kirchhoff.

Voltaje

En un circuito paralelo, la tensión es la misma para todos los elementos.

Resistencia

Para encontrar la resistencia total de todos los componentes, agregue los recíprocos de las resistencias R_i de cada componente y tome el recíproco de la suma. La resistencia total siempre será menor que el valor de la resistencia más pequeña:



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

1- La ----- en un circuito en serie atraviesa todos los componentes del circuito.

2 - La característica principal de un circuito en serie es que solo tiene una ruta en la que su,,,,,,. Puede fluir

3 - Abrir o romper un circuito en serie en cualquier punto hace que todo el circuito se "abra" o deje de r,,,,,

4 En un circuito paralelo, la ,,,,,, es la misma para todos los elementos.

Tercera parte:

Observe el siguiente video de cómo hacer circuitos serie y paralelo y comente con sus padres o familiares, no trate de hacerlos en la casa, luego los hacemos en el colegio. Esta parte es opcional si cuentan con internet.

<https://youtu.be/52OhBMXNF1M> <https://youtu.be/NSW4slrqtJ8>

IV Parte Auto Evaluación

Marque con una x según corresponda

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 a cerca de los Circuitos Serie y Paralelo		
Me siento satisfecho con el trabajo que realice		
Conté con la ayuda de mis padres o familiares en el desarrollo		

de la guía.		
-------------	--	--

Preguntas de reflexión

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

¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?

Recuerden que si tienen alguna duda estoy a disposición de ustedes y de de sus padres al celular 88047946

NO TE PREGUNTES SI PUEDES TRIUNFAR

PREGÚNTATE SI QUIERES TRIUNFAR.

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, marcadores, pintura, pincel, vaso y platito.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	El lugar debe ser iluminado y ventilado, que tenga espacio para la movilización. Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de realizar el trabajo.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Semana 1

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	• <i>Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad</i> • <i>Quito objetos que me puedan desviar la atención</i> • <i>Realizo la actividad</i> • <i>Realizo la autoevaluación.</i>
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	• Confección de artesanías que expresan su identidad cultural. A. Propone artesanías que expresan su identidad cultural. B. Utiliza artesanías que expresan su identidad cultural Artesanía se refiere al trabajo de un artesano o artesana (normalmente realizado de forma manual por una persona, sin el auxilio de maquinaria o automatizaciones), como al objeto o producto obtenido en el que cada pieza es distinta a las demás.



Indicaciones	• Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos. • La persona estudiante deberá leer el documento Tierra de Artesanías y realizar el crucigrama •
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? • ¿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?

Artes Plásticas
Lic. Allan Jiménez Quirós
GTA # 6

3. 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, marcadores, pintura, pincel, vaso y platito.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	El lugar debe ser iluminado y ventilado, que tenga espacio para la movilización. Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de realizar el trabajo.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Semana 2

4. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	• Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad • Quito objetos que me puedan desviar la atención • Realizo la actividad • Realizo la autoevaluación.
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	• Confección de artesanías que expresan su identidad cultural. C. Propone artesanías que expresan su identidad cultural. D. Utiliza artesanías que expresan su identidad cultural Artesanía se refiere al trabajo de un artesano o artesana (normalmente realizado de forma manual por una persona, sin el auxilio de maquinaria o automatizaciones), como al objeto o producto obtenido en el que cada pieza es distinta a las demás.

Indicaciones	• Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos. • La persona estudiante deberá dar color a la rueda de carreta 
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? • ¿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 _____

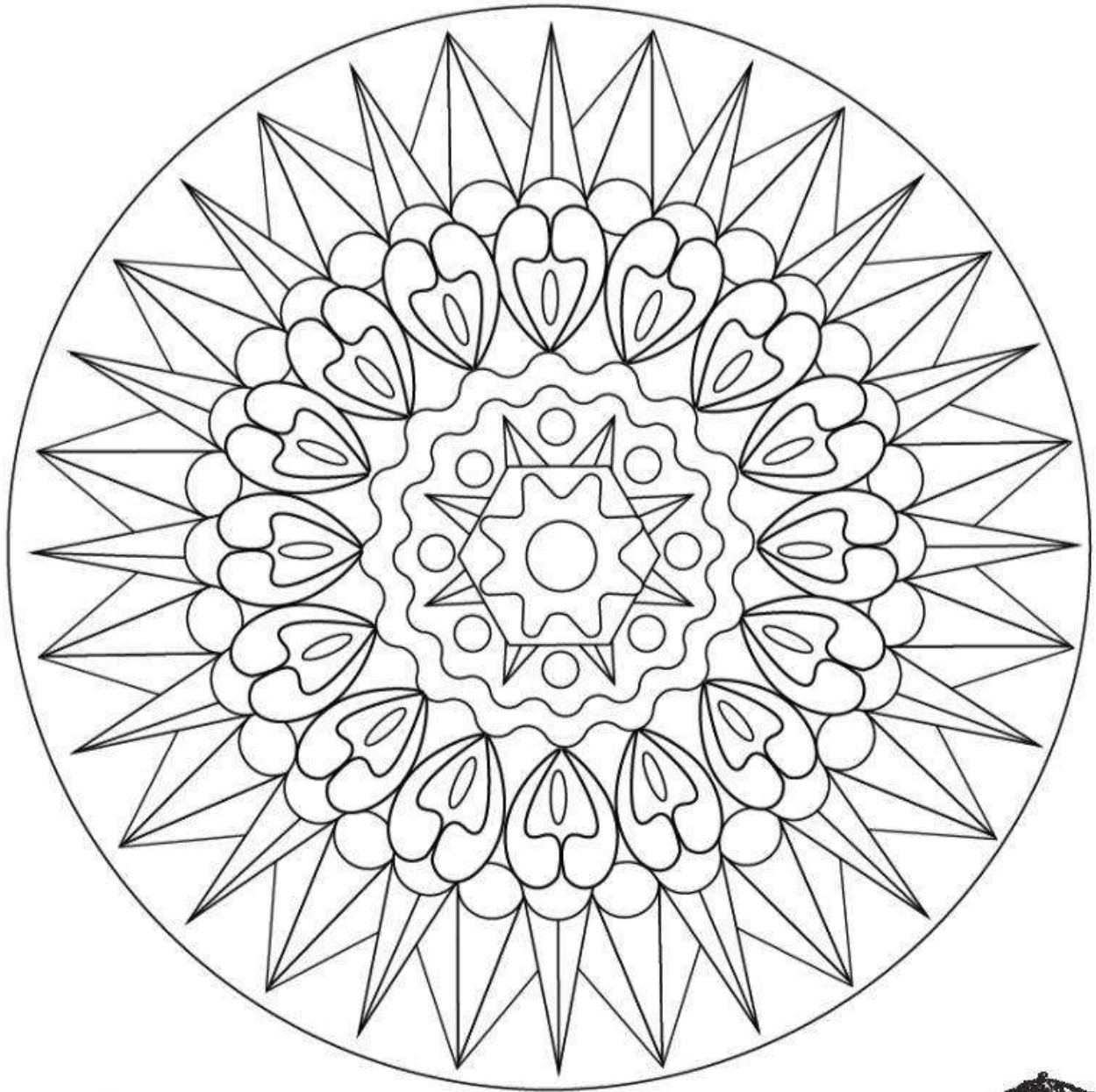
--	--

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 _____

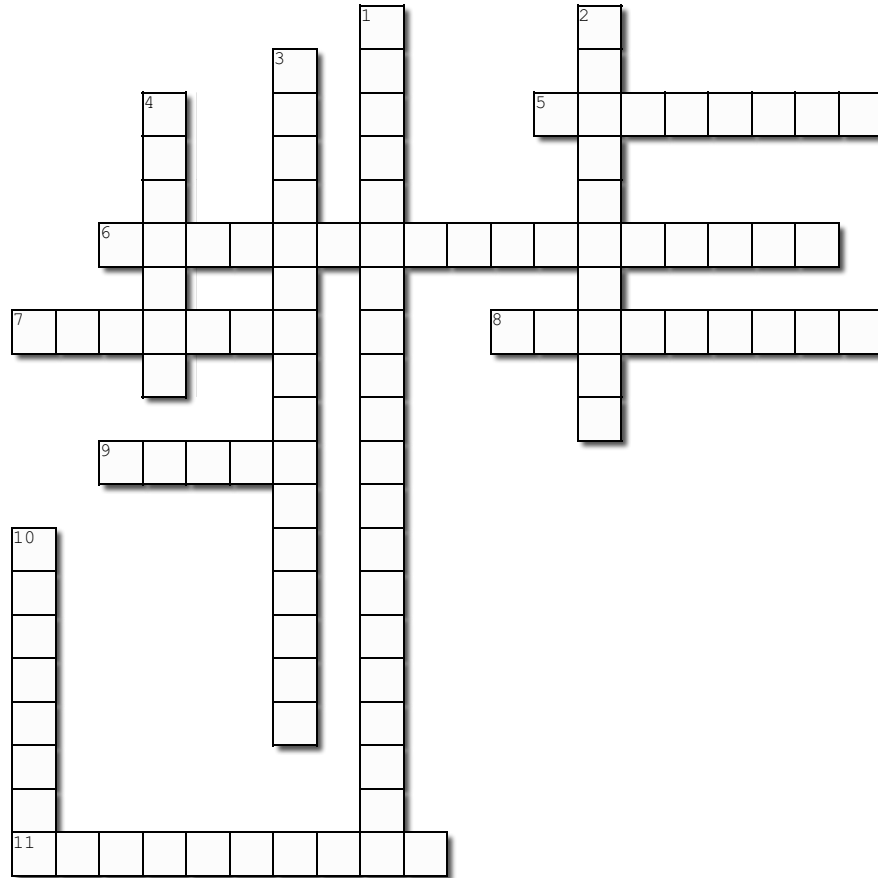


Costa Rica



Tierra de Artesanías

Para completar este crucigrama deberá leer el documento Tierra de Artesanías



Creado con Crossword Maker en TheTeachersCorner.net

Horizontal

5. Se caracteriza por las labores en cerámica
6. Se hacen a partir de las hojas de una planta fibrosa de las que se extrae hilos para fabricar objetos de utilidad
7. Los también llamados guacales se hacen con base en los frutos del árbol de Jícaro,
8. Son hechas con madera de balsa. A inclusive se les da la forma de diferentes personajes y luego se decoran con vivos colores.
9. Se distingue por ser una tierra de pintores que expresan en sus obras la singular mezcla étnica de la zona,
11. Los objetos en barro o arcilla, según la zona de origen, normalmente son hechos con técnicas heredadas de nuestros antepasado

Vertical

1. Quienes trabajan con esta técnica dicen ser capaces de ver en las raíces de los cafetos las formas de las tallas que realizar
2. Con decenas de talabarterías, es la región donde se realizan los trabajos en cuero
3. Son hechos con algodón hilado y tejido a mano, que luego se tiñe en distintos colores obtenidos de diversas plantas.
4. Este material es el que permite crear las hermosas carretas típicas con sus múltiples colores y figuras.
10. La materia prima de esta artesanía es el tule, la pita y el bambú. En esta técnica se destacan los miembros de la Reserva Ind

Centro Educativo: LICEO BOCA DE ARENAL.

Educadora: GAUDY SERRANO GAITAN

Nivel: OCTAVO.

Asignatura: EDUCACION PARA EL HOGAR



Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	<i>la educadora sugiere:</i> • Material general visto en GTA y lápiz • Lectura del material aportado en la guía por semanas. • Compañía de una persona que me ayude a dar lectura al texto.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	• Un lugar fresco y cómodo donde pueda leer y conversar en familia.
Tiempo en que se espera que realice la guía	una hora, puede tomar un descanso de 5 min cuando sea conveniente.



1. Voy a recordar lo aprendido.

Indicaciones	• Es importante que conozcamos como debe ser una nutrición saludable. • Puedo repasar la información pasada, y compártala con su familia (abuelitos, papá o mamá y hermanos).
Actividades para reflexionar y así retomar o introducir el nuevo conocimiento.	• El tema de estas semanas es referente a: COMPRENSION DE LA ALIMENTACION EN SUS DIVERSOS ASPECTOS: 1- PROTEINAS 2- VITAMINAS 3- MINERALES. • Se agrega un texto y una práctica para que reforcemos el tema. • Al final te dejo una sencilla actividad



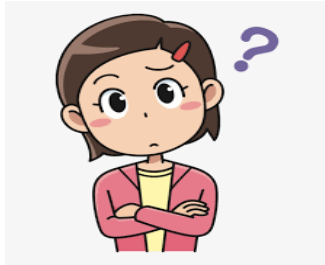
2. Pongo en práctica lo aprendido

Indicaciones	Según lo visto por medio de las GTA, referente a la nutrición se agrega un texto para que reforcemos el tema. • con la ayuda de un familiar Leo y escucho el audio que me envía la profesora por medio de WhatsApp los viernes. Siguiendo las indicaciones que se me dan en las fichas por semanas. Si tengo dudas consulto a mi docente de materia de 7am a 4pm para evacuar dudas... el numero de la profe es 8822 0763.
preguntas para auto regularse y evaluarse	○ después de haber estudiado los carbohidratos y las grasas las semanas anteriores, ¿puedo comprender la diferencia entre los dos? _____ ○ ¿reconozco la importancia de reducir el consumo de grasas? _____ ○ ¿consumo la cantidad de carbohidratos adecuados a mi edad? _____ Se recomienda tomar fotografías y enviar vía WhatsApp al docente para poder evidenciar el desarrollo de las practicas.



SEMANA DEL 24 AL 29 DE AGOSTO

NUTRICION SALUDABLE



¿Qué son las proteínas?

Son las encargadas dirigir los procesos vitales. Son esenciales para aumentar la masa muscular

Todos los alimentos que provienen de los animales son los más ricos en proteínas.

- Carne de res, pollo cerdo, pescado y otros
- Leche
- Queso
- Huevos



También está la proteína vegetal:

- Lentejas
- Almendras
- Avena
- Garbanzos
- Nueces
- Espinacas
- Frijoles.

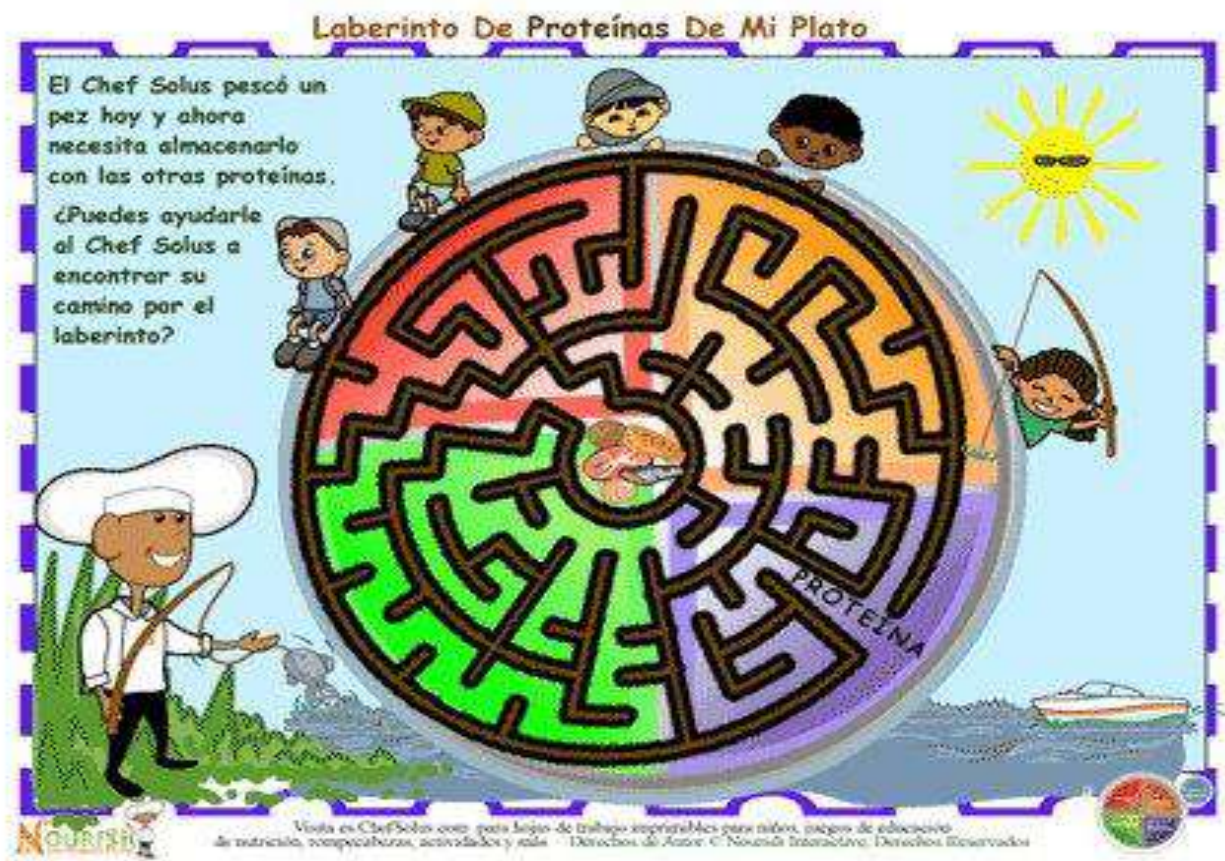


ACTIVIDAD DE EVALUACION:

A continuación, encontraras dos actividades de habilidad. Elige una e intenta realizarla.

Puedes solicitar ayuda de un integrante de tu hogar.

- 1- Ayudar al chef almacenar el pez con las otras proteínas, encontrando en camino por el laberinto.
- 2- Encontrar las palabras del chef, que son todas fuentes de proteínas dentro de esa sopa de letras.



Rompecabezas de la Búsqueda de Palabras del Chef Solus



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

Pollo
Soyas
Cerdo
Pescado
Habas
Nueces
Huevos

Grupo De Proteína

Para más juegos de
nutrición:
ChefSolus.com



Verde ES: Chef Solus es un sitio web de trabajo apropiados para niños, juegos de educación de nutrición, rompecabezas, actividades y más. Derechos de Autor © Hannah Internet LLC. Derechos Reservados.



SEMANA DEL 31 AL 4 DE setiembre

NUTRICION SALUDABLE



¿Que son las Vitaminas?

Las vitaminas son sustancias presentes en los alimentos en pequeñas cantidades que son indispensables para el correcto funcionamiento del organismo

Funciones de las vitaminas

- Participar en la formación del sistema nervioso
- participar en la formación hormonas, glóbulos rojos y material genético.
- Regulan los sistemas metabólicos.
- Son necesarias para el crecimiento y la salud.

EN QUE ALIMENTO LAS ENCUENTRO	CUAL ES SU FUNCION.
	<u>VITAMINA A</u> ayuda a la formación y mantenimiento de dientes, tejidos óseos y blandos, cabellos, membranas mucosas y piel. También interviene en la conservación de la visión nocturna
<u>VITAMINA B</u> necesaria para el funcionamiento de los nervios, músculos y corazón. se encuentra en muchos alimentos como el queso, verduras de hoja verde, levadura de cerveza, germen de trigo y cereales integrales	
	<u>VITAMINA C</u> conserva las encías, huesos, dientes y vasos sanguíneos en buen estado. Mejora la absorción del hierro y contribuye a reforzar el sistema inmunitario. Podemos encontrarla en frutas y verduras, especialmente en los cítricos

ayuda a la absorción del calcio de los alimentos y controla el nivel de calcio en sangre

La mayor fuente de [vitamina D](#) es la luz solar y se absorbe gracias a un proceso químico que tiene lugar en nuestra piel. También se encuentra en los huevos y margarina vegetal.



formación de los glóbulos rojos, protege los tejidos celulares de los pulmones y otros órganos y retrasa el envejecimiento celular.

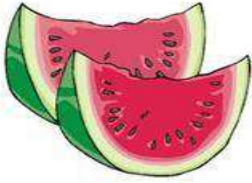
Podemos encontrar [vitamina E](#) en el maíz, nueces, aceitunas, vegetales de hoja verde, aceites vegetales Y germen de trigo

ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN:

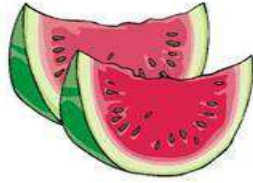
A continuación, encontraras 20 cartas con imágenes de frutas ricas en vitaminas las cuales debes de recortar de manera individual, para jugar memoria.

Las reglas del juego de Memoria

Para comenzar la partida Se mezcla todas las cartas y colócalas boca abajo, de manera que las imágenes no se vean. El primer jugador dará la vuelta a dos cartas, si son iguales se las lleva, sino las vuelve a esconder. Luego, le toca hacer lo mismo al siguiente jugador, y etc... El objetivo es lograr **memorizar** la ubicación de las diferentes cartas con el fin de voltear sucesivamente las 2 cartas idénticas que formen pareja, para llevárselas. La partida se terminará cuando estén todas las parejas encontradas. El jugador que más cartas haya conseguido llevarse, ganará la partida.



sandía



sandía



piña



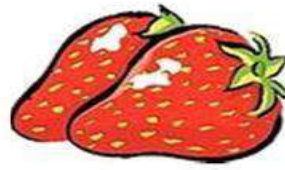
piña



naranja



naranja



fresa



fresa



ciruelas



ciruelas



durazno



durazno



manzana



manzana



papaya



papaya



pera



pera



plátano



plátano

**NECESITO ESTA HOJA EN BLANCO
PORQUE ES LA PARTE TRASERA DE LOS RECORTES.**

NUTRICION SALUDABLE

¿Que son los Minerales y porque los necesitamos?

El cuerpo necesita minerales porque contribuyen a la formación de los tejidos y evitan el agotamiento en las actividades físicas.

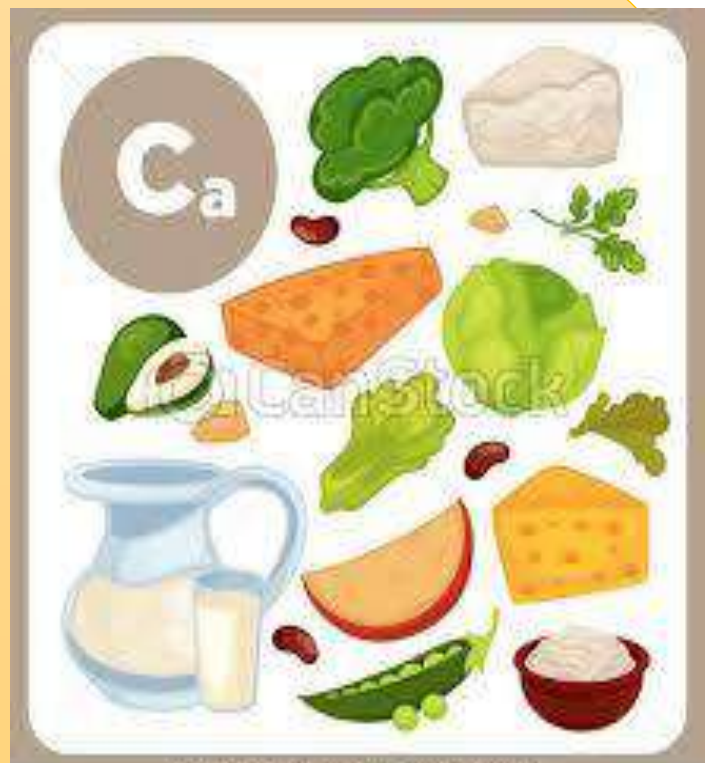
ACTIVIDAD PARA INVESTIGAR:

además del calcio, hierro y magnesio

¿qué otros minerales necesitan nuestro cuerpo?

Calcio

- Se concentra **en los huesos y en los dientes** principalmente.
- Ayuda a regular el comportamiento normal de los nervios, así como la **tonificación muscular** y la **coagulación sanguínea**.
- Lo necesitan especialmente los niños, las mujeres lactantes y las embarazadas.
- Se encuentra en la **leche y sus derivados**. También en **vegetales de hoja verde y cítricos**.



© CanStockPhoto.com - csp43770682

Magnesio

- Se encuentra **en todos los tejidos del cuerpo**, principalmente en los huesos.
- Es esencial para reponer la energía vital.
- Entre las personas sanas que toman comidas variadas **es muy raro el déficit de magnesio**.



Hierro

- Se encarga de **transportar oxígeno a las células** y utilizarlo cuando llega a ellas.
- **Las mujeres en edad fértil, las embarazadas y los niños son quienes tienen mayor necesidad.**
- Lo encontramos en el **hígado, la yema de huevo y en los vegetales de hoja.**

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 siento satisfecho por aprender materia nueva?	☐  ☐ 
¿realice las actividades solicitadas?	☐  ☐ 
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	☐  ☐ 

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: Juanita Godínez C
Nivel: 8-6
Asignatura: Inglés



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

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

Material es o recursos que voy a necesitar	cuaderno, borrador, lápiz o lápices de colores.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar.	Buscar el lugar más idóneo posible en cuanto a concentración.
Tiempo en que se espera que realice la guía	El necesario que requiera el alumno.



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

Indicaciones	o Veo mis fichas desde el principio y recuerdo lo aprendido en clase. o De ser posible, me uno con alguien para que me lea las instrucciones de lo que debo hacer.
Actividad : Preguntas para reflexionar y responder	Practico mi INGLÉS a menudo?

Task 1. Con ayuda de un familiar pronuncio y practico estas palabras en Inglés.



red /red /



yellow /yelou /



blue /blue /



green /grin /



gray /grei /



black /blac /



white /guait /



brown /braun /



pink /pinc /



purple /purpl /

colors



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase
class.

Putting into practice what I learned in

Task2. Escriba el nombre correcto para cada color en el banco de palabras .



1.



2.



3.



4.



5.



6.



7.



8.



9.



10.

red
blue
white
purple
green
yellow
brown
pink
gray
black

Uso la letra **a** para decir **un** cuando es solo un objeto .
Si el nombre del objeto inicia con una vocal uso **an** .

a backpack
un bulto



a pencil
un lápiz



a n eraser
un borrador



RECUERDO

Si son varios
objetos no se
usa la letra **a**

Task 3. Escriba dentro del paréntesis la letra de la derecha que corresponda a cada oración a la izquierda.

1. This is a stapler.

()

a.



2. These are scissors.

()

b.



3. This is a ruler.

()

c.



4. This is a computer.

()

d.



5. These are books.

()

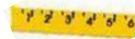
e.



6. This is a pen.

()

f.



7. This is a calculator.

()

g.



8. These are colored pencils.

()

h.



Task 4. Escribo el color de cada objeto en el espacio dado según corresponda.



1. This is a _____ book



2. This is a _____ pencil.



3. This is a _____ pen.



4. This is a _____ book



5. This is a _____ pencil.



6. This is a _____ pen.

Task5. Repaso las formas cerca y lejos, plural y singular.



Cerca singular:
This is = este es (1 objeto cerca)

Cerca plural :
These are = estos son (varios objetos cerca)

Lejos singular:
That is = ese es (1 objeto lejos)

Lejos plural :
Those are = esos son (varios objetos lejos)

Task6. Escriba oraciones con los objetos dados según esté cerca o lejos, y sean plural o singular.

1. _____

markers

2. _____

eraser

3. _____

backpack

4. _____

notebooks

5. _____

pencil

6. _____

sharpener

Guía de trabajo autónomo

Número 6

Orientación. Prof. Dayan Villalobos Agüero.

INDICADORES DEL APRENDIZAJE ESPERADO

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



1. Me preparo para resolver la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar.

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

Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar.

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

Tiempo en que se espera que realice la guía.

- 80 min (2 Lecciones)



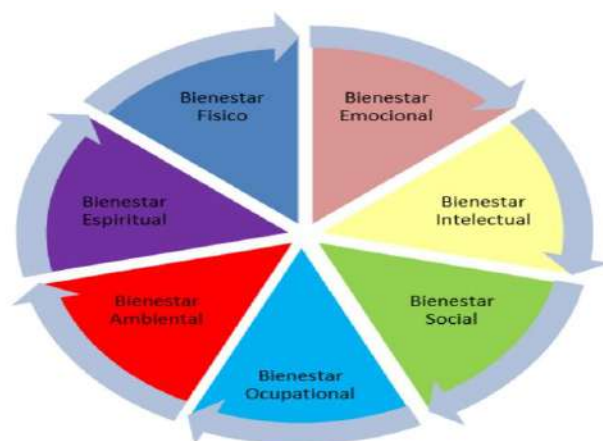
2. Voy a recordar lo aprendido y/o aprender

Indicaciones

Lea detenidamente la información que se le presenta a continuación.

Actividades

“El Círculo del Bienestar Integral”



Si pensamos en bienestar integral es muy probable que nuestra mente nos dirija al término “Salud” debido a que estamos acostumbrados/as a pensar que al estar bien de salud estamos bien integralmente, podemos referirnos al término de salud como a la ausencia de enfermedades.

Pero el bienestar integral está conformado por más componentes, en un sentido más global es un balance apropiado en siete áreas (Físico, Emocional, Intelectual, Social, Ocupacional/Vocacional, Ambiental y Espiritual).

Cada área varía frecuentemente y mantener un balance es quizás una de las cosas más complicadas en la realidad en que vivimos.

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

1. Bienestar Físico: incluye Ejercicio de una manera
-



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

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



3. Pongo en práctica lo aprendido.

Indicaciones

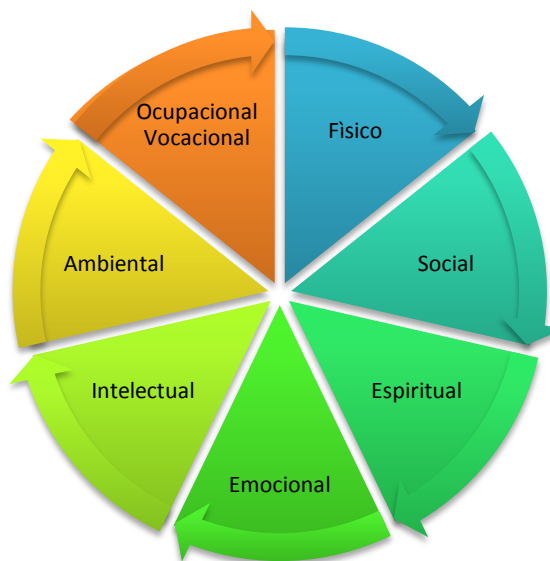
Realice las actividades que se le presentan a continuación.

Actividades

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

Actividades

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



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

Físico Social Espiritual Emocional Intelectual Ambiental
Ocupacional Vocacional

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

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



Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender: Autorregulación

Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo.

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

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

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender: Evaluación

Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo.

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

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