

PROYECTO EN TIEMPOS DE CONFINAMIENTO

PRIMARIA 3° Y 4°

C.A.M. No. 64 “MARÍA MONTESSORI”

Durante esta semana habrá dos tipos de actividades:

- ✓ Actividades que se realizarán diario, hasta que la alumna haya adquirido la habilidad de hacerlo, debido a que favorecen la autonomía de las niñas y la buena convivencia en cualquier lugar donde se encuentren.
- ✓ Actividades que ustedes elegirán que día realizarlas, de tal manera que el día viernes hayan realizado todas las actividades que se les envían.

Se tomarán fotos y videos donde se vea que la niña está realizando la actividad, por el momento no me enviarán ni videos ni fotos, sin embargo, les pido que los guarden para un futuro puedan comprobar el trabajo realizado con su hija.

ACTIVIDAD 1: EL ESPEJO

Asignatura: educación física

Aprendizaje esperado: Representa objetos, animales, personas o situaciones mediante el manejo adecuado de su expresión corporal.

Mamá e hija ambas frente al espejo comenzarán a moverse de diversas formas sin dejar de ver el espejo, por ejemplo, levantando las manos, brincando, moviendo la boca, sacando la lengua y lo que se les ocurra.

Siguiendo frente al espejo mamá deberá realizar todos los movimientos y gestos que haga su hija, posteriormente la hija hará los gestos y movimientos que haga mamá.

Enseguida, se ponen de frente mamá e hija y se moverán haciendo lo mismo que haga su hija, como si fuera el reflejo de un espejo.

ACTIVIDAD 2. REPLICANDO EXPRESIONES FACIALES

Asignatura: educación artística

Aprendizaje esperado: Crea texturas visuales por medio de puntos y líneas utilizando la técnica del grabado.

Con un refractario o algún objeto transparentes y plumones de agua, la niña se colocará el objeto transparente en la cara y mamá con el marcador de agua marcará la cara de su hija, quitar el objeto de la cara y observar las partes del cuerpo que se marcaron y mencionar su nombre.

Ahora el objeto trasparente se lo pondrá en la cara mamá y la niña marcará su cara y observarán juntos que partes de la cara se marcaron.

Lavar con agua y jabón el refractario u objeto que se haya utilizado y colocarlo en su lugar.



ACTIVIDAD 3. MANOS Y PIES

Asignatura: educación física.

Aprendizaje esperado: Identifica distintas posturas que se utilizan durante las acciones en relación con el espacio y las formas de ejecutarlas.

Asignatura: formación cívica y ética

Aprendizaje esperado: Valora la convivencia pacífica y sus beneficios.

En hojas de papel de reúso vamos a marcar manos y pies de todos los miembros de la familia y los recortaremos y cada integrante de la familia decorará sus manos y pies que ya recortó, podrán utilizar colores, papel, pintura o lo que tengan en casa y puedan utilizar para decoración.

Todas las manos y pies decoradas se colocarán revueltos en el piso destinando un espacio desocupado para esta actividad.



La alumna se colocará donde inician las manos y pies e irá avanzando apoyando sus pies donde haya recortes de pies y sus manos donde haya recortes de manos, así avanzará hasta que haya recorrido todo el espacio designado para la actividad.

Puede invitar a los miembros de la familia a que hagan la actividad, asignando turnos a cada uno de ellos.

ACTIVIDAD 4. YOGA

Asignatura: educación física

Aprendizaje esperado: Identifica distintas posturas que se utilizan durante las acciones en relación con en el espacio y las formas de ejecutarlas.

Se realizarán actividades de yoga, para incrementar la flexibilidad y fuerza del cuerpo (físico y mente).

Se hará la actividad en conjunto madre-hija, empezarán por tener una ropa cómoda y que les permita moverse fácilmente, se buscará un área de la casa libre de objetos y con suficiente espacio para poder hacer los ejercicios. Si se cuenta con un tapete, alguna matita podrán colocarla para trabajar sobre ella, quedando de frente para que su hija pueda imitar sus movimientos.

Se iniciará tomando aire y soltándolo, notando que su estómago se infle y desinfe, la primera postura será: “la postura del gato”, se pondrán las manos y rodillas en el suelo, respira profundamente con la nariz, cuando se suelte el aire redondea la espalda (levanta) llevando la barbilla al pecho y presionando las manos hacia el suelo. Descansa y Repite 5 veces.



Segunda “postura del perro”: se pondrán las manos y rodillas en el suelo, respira profundamente con la nariz, cuando se suelte el aire los pies se ponen como de puntitas y se

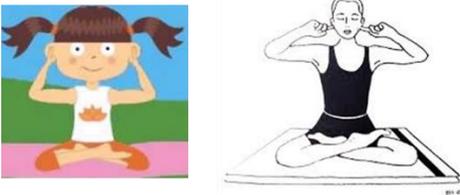
alza la cadera, estirando los brazos y piernas. La cabeza queda hacia abajo. Descansa y repite 5 veces.



Tercera “postura de la cobra”: colocarse en el suelo boca abajo y poner las manos a un lado, a la altura de los hombros con las palmas hacia abajo, inhala y presiona las palmas firmes en el suelo y abre un poco los dedos, levanta poco a poco el tronco (pecho) y cabeza y mantente así.



Cuarta “postura de la abeja”, sentarse con las piernas cruzadas, respirar profundo y cuando sueltes el aire presiona suavemente con los dedos índices sobre las orejas, tapando los oídos, puedes cerrar los ojos y cuando vallas soltando el aire emite el sonido oomh, oomh... descansa y repite 5 veces.



Para finalizar levántese suavemente del piso, sacudan un poco el cuerpo, recojan el tapete o manta y guárdenlo.

ACTIVIDAD 5. BUSCANDO PARES

Asignatura: formación cívica y ética

Aprendizaje esperado: Describe algunas formas de participación social y política que los ciudadanos pueden utilizar para comunicar necesidades, demandas y problemas colectivos.

Asignatura: educación física

Aprendizaje esperado: Identifica la importancia de la cooperación en el desarrollo de juegos y actividades de su vida diaria.

Colocar en un espacio calcetines para que busque sus pares, los acomode y doble juntos. Clasificar los calcetines de cada persona e irlos a colocar en su lugar. De esta manera, además de aprender estará ayudando a las labores del hogar.

ACTIVIDAD 6. SOMBRAS DE OBJETOS

Asignatura: educación artística

Aprendizaje esperado: Representa escenas por medio del teatro de sombras

Salir a un espacio donde pegue el sol en el suelo y llevando al menos 5 juguetes que puedan sostenerse solos.

Colocar en el suelo un cartón, cartulina u hojas y en una orilla colocar los juguetes de tal manera que la sombra de los juguetes esté sobre la cartulina u hoja. Con colores marcar el contorno de la sombra de los juguetes y colorearlo. Al término, mencionar el nombre de cada juguete que se marcó.

Pide a algún integrante de tu familia que se ponga al sol y con gis o alguna piedra que pinte, marcarás la sombra de tu familiar, después tú te pondrás al sol y tu familiar marcará tu sombra. Comparar las siluetas de ambas personas y



hacer las siguientes preguntas: ¿cuál es más grande? ¿Cuál más pequeña? ¿cuál es tu sombra? ¿qué diferencias hay entre tu sombra y la mía?

ACTIVIDAD 7

Asignatura: formación cívica y ética

Aprendizaje esperado:

- Valora la convivencia pacífica y sus beneficios
- Reconoce situaciones de riesgo y utiliza medidas para el cuidado de su salud e integridad personal.

Este día te pido mamá y papá que puedas ir a un espacio en casa donde puedan realizar la tarea junto con tú hija. Busca papel, hojas o cartulina en donde puedas dibujar el siguiente semáforo de las emociones:

ME SIENTO ALEGRE
ME SIENTO TRISTE



ESTOY ENOJADO



TENGO MIEDO



Estos dibujos los puedes hacer en media hoja de papel y anotarle el nombre de la alegría. Una vez que tú le hayas dibujado las caritas a tú hija permite que ella las coloree con tu guía, preguntándole ¿de qué color estará su cara cuando (se enoja, está triste, está enojada o tiene miedo)? Cuando ella haya coloreado todas las emociones pídele que te ayude a traer algunas fotografías de ella. Pongan todas las fotografías que tengan en una mesa de tal manera que puedan verlas cada una. En otro espacio de la mesa acomoda las caritas de emociones y juntos busquen fotografías que expresen las emociones de alegría, tristeza, enojo, o miedo. Cuando encuentren una emoción de enojo, lleva la foto hasta la carita enojada y explica a tú hija porque se sentía así en ese momento (por ejemplo, estabas muy enojada porque no te dejamos salir a jugar con tus primos y te pusiste a llorar por un rato).

Al final de la actividad pega tus dibujos de las emociones en una pared visible para todos los miembros de tú familia y de tú hija. Cuando tú hija exprese una emoción, dale nombre, llévala al semáforo de las caritas y dile lo siguiente: hoy estas alegre, se ve tu rostro sonriendo; o por ejemplo, te veo enojada porque no te deje ver televisión entonces estas llorando para que prenda la tele; o te veo triste, lloras porque quieres ir a la escuela pero no podemos ir. Trata de identificar las emociones en tú hija y darles nombre para que ella también lo pueda hacer después sin necesidad de usar las caritas.

A lo largo de la semana sigan trabajando con las emociones, dándole nombre a la forma de sentirse de tú hija. También tú mamá puedes decirle hoy me siento alegre porque me diste un abrazo, o por el contrario, estoy enojada porque no quieres trabajar conmigo.

El nivel de apoyo de la actividad varía según las habilidades de tú hija. Por ejemplo, este ejercicio Yadira lo puede hacer sola, con poco apoyo, ella puede dibujar rostros de emociones diferentes a las observadas donde ella considere que la emoción de alegría, tristeza, miedo o enojo se ve reflejada. Al contrario, Andrea tendrá que realizar el ejercicio siendo guiada siempre por su mamá o papá, le recomiendo que para trabajar con ella pueda omitir dibujar las caritas y solo trabajar con fotografías de Andrea, ir viendo cada una y explicarle lo que pasaba ahí. El resto de las alumnas puede realizar la actividad tal como se planea arriba.

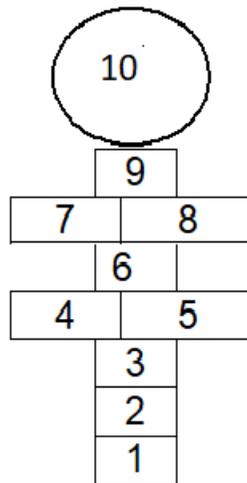
En caso de que se dificulte esta actividad para identificar las emociones apóyate de un espejo cada vez que identifiques una emoción en tú hija, enséñale su rostro para que vaya identificando la emoción visualmente.

ACTIVIDAD 8

Asignatura: Educación física.

Aprendizaje esperado: Identifica la diversidad cultural a partir de los juegos de su región y del país, así como los cambios que han tenido.

Inicio: Se dibuja en el suelo, con una tiza, el diagrama para jugar (avioncito), compuesto por cuadros de 25x 25 cm, aproximadamente, con números del 1 al 9 y el número 10 en un círculo, de la siguiente manera:



Para empezar a jugar necesitamos una piedra plana, o papel mojado. La niña lanzará su piedra en el cuadro 1, para completar el primer recorrido.

Desarrollo: La niña comienza a recorrer el circuito saltando en un pie en los cuadrados 1, 2, 3, y 10, o con los dos pies si se trata de un cuadrado doble 4 y 5, 7 y 8. El objetivo es pasar la piedra de cuadrado en cuadrado hasta llegar al 10 cuando llegue al número 10 tendrá que tomar dos aros y tratar de ensartarlos en un cono una vez que lo haya logrado tendrá que regresar de nuevo hasta la casilla número 1.

Si la niña pierde el equilibrio o la piedra se sale del cuadrado, se pierde el turno y pasa al siguiente jugador. Se pueden añadir casillas u obstáculos para aumentar la dificultad del juego.

MATERIAL: carbón o gises, piedras, un lugar amplio ropa cómoda, aros pequeños y cono o puede utilizar un bote y pelotas.

Cierre: Si usted conoce el juego del avioncito de otra manera explíquelo y júguelo con su hija, de lo contrario enseñe a su hija un juego tradicional de su comunidad y que usted jugaba cuando era niña, explíquelo en qué consiste y tómelo una foto mientras lo realizan.

ACTIVIDAD 9

Asignatura: Educación Artística

Tema/Estrategia: "Canto y baile"

Aprendizaje esperado/contenido:

- Realiza un montaje dancístico con tema libre.
- Improvisa personajes en juegos teatrales utilizando máscaras y diferentes objetos.

Material

1. Teléfono móvil

Descripción de la actividad:

Primero las alumnas escucharán la canción "Soy una taza" ustedes como padres podrán implementar movimientos coreográficos, para que sus hijas e hijos los imiten.

Ensayarán los pasos de una pequeña parte de la canción hasta que las alumnas vayan reconociendo y reproduciendo los pasos que ustedes le enseñaron.

Una vez que la alumna ya este familiarizada con estos pasos se procederá a realizar un pequeño video clip.

Nota: en este video podrán participar todos los integrantes de la casa. En cuanto tengan listo el video, envíalo a tu maestra.



Soy una taza



Una tetera



Cuchara



Cucharón



Plato llano



Cuchillito



Tenedor



Salero



Azucarero

Nota 2: Se anexa video como ejemplo, el cual se les mandará por whats app aparte de este documento.

ACTIVIDAD 10

Las actividades socioadaptativas (autonomía) son permanentes pues son actividades cotidianas que sus hijas deben aprender a hacer puesto que habrán de necesitar hacerlo durante toda su vida.

El registro de esta semana se llevará a cabo de forma emocional, por lo que colocarán una carita de acuerdo al estado de ánimo que le provocó a la niña hacer la actividad.

Recuerda que el cuadro que a continuación se presenta no es necesario que lo imprimas, puedes hacer uno igual en la libreta de tu hija, muéstrale las caritas de feliz, triste, enojada y con miedo, después elegirán cual fue la emoción que sintió al realizar cada una de las actividades.



Feliz



Triste



Enojado



Miedo

REGISTRO DE AVANCE DE HABILIDADES SOCIOADAPTATIVAS

Semana del _____ al _____

Actividad/día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Lavado de manos					
Cepillado de dientes					
Cambiarse solo					
Bañarse					
Cocinar					
Lavar trastes					
Toser y estornudar tapándose la boca con antebrazo					

Escribe aquí los datos importantes de las emociones que observes en tu hija.

ELABORÓ

Mtra. Mayra Correa Gutiérrez

Maestra de grupo