



GRADO: SEPTIMO	PERIODO: SEGUNDO	FECHA: 3 DE MAYO AL 6 DE AGOSTO
AREAS: ETICA, RELIGION, EDUCACION ARTISTICA, EDUCACION FISICA.	ASIGNATURAS: ETICA, RELIGION, EDUCACION ARTISTICA, EDUCACION FISICA.	DOCENTES: ARLEY HERNANDEZ, LUZ DARY BAQUERO, MYRIAM GOMEZ, HENRY AMAYA

# NUESTRO PLANETA NOS NECESITA AYUDEMOSLO

## 1. COMPETENCIAS A DESARROLLAR

INDAGA SOBRE LA CONCEPCIÓN, QUE, DEL CONCEPTO DE ANIMAL RACIONAL, MANEJA LA CIENCIA
RECONOCE AL SER HUMANO COMO UN SER COMPLEJO Y PLURIDIMENSIONAL
VALORO LA IMPORTANCIA DE LA FAMILIA EN LA SOCIEDAD
TECNICA RESPIRATORIA
EJERCICIOS DE AFINACION
CANCIONES DEL REPERTORIO FOLCLORICO
LIDERO LA ORGANIZACIÓN DE DIRECCION DE ACTIVIDADES LUDIACAS Y RECREATIVAS EN MI AMBIENTE FAMILIAR
PARTICIPO EN LA CREACION DE NORMAS DE JUEGO Y LAS TENGO EN CUENTA EN LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS

## 1. CONTENIDO TEMATICO

### LECTURA 1

#### LA RATITA GINGER

La ratita Ginger vivía en la ciudad, pero cansada del ruido y de la contaminación, decidió irse una temporada al campo a ver a su prima Carry.

La mañana del viaje, Ginger se despertó animada y fue encendiendo todas las luces de su apartamento, a pesar de que ya habían entrado muchos rayos de sol.

Quería ir guapa, así que se dio un enorme baño de espuma y fue a elegir la ropa que usaría. De las perchas colgaba una colección de modelitos, muchos de ellos sin estrenar.

- ¡No sé qué ponerme, no tengo nada! - se quejaba la ratita - ¡y aún me falta hacer la maleta!

Al final, eligió un vestido de algodón rosa, con un sombrero a juego.

Acabó el equipaje y se fue a tomar el desayuno. La comida que tenía en la cocina se iba a estropear durante su ausencia, así que ni corta ni perezosa, la tiró a la basura.

Se lavó los dientes dejando correr el grifo de agua durante un buen rato y pensando en las novedades que le contaría a su prima.

Una vez preparada, Ginger cogió su coche y tomó rumbo a la Aldea Girasol. Por el camino, su tubo de escape iba dejando una humareda de color negro.

Al llegar, Carry la saludó vestida con su mismo traje de siempre. Las dos ratitas se fundieron en un abrazo.

- ¡Qué bonito es todo esto! - exclamó Ginger al ver la pradera con flores silvestres, los huertos, las viñas y los campos de girasoles.

- Sí, aquí nos gusta cuidar la naturaleza. Si no lo hacemos, los recursos se pueden acabar - contestó Carry.

Los días siguientes, la ratita de ciudad se sorprendió al ver cómo en Aldea Girasol los habitantes preferían moverse en bici, arreglaban las cosas que se rompían en vez de tirarlas, usaban sólo el agua o la luz que necesitaban y compraban sólo lo que les hacía falta.

Decidió que cuando volviera a la ciudad ella adoptaría esas costumbres.

Ginger llegó a la conclusión de que:

Para que el mundo sea un hogar agradable, tenemos que hacer un consumo responsable.

#### RESPECTO A LA NATURALEZA

Para muchos, la naturaleza es un concepto abstracto que no desempeña un papel muy relevante en nuestras vidas. Sin embargo, las desastrosas consecuencias de la actividad humana en nuestro planeta han demostrado la necesidad de una mayor implicación social en la conservación del medio ambiente. Por ello, la educación ambiental, el gusto y el respeto por la naturaleza son valores primordiales en las escuelas desde las etapas más tempranas de la formación de los niños.

Según el Manifiesto por la Vida del Programa de las Naciones Unidas por el Medio Ambiente, "promover una educación para un desarrollo sustentable y sostenible significa plantearse la formación de un ser humano íntegro, capaz de reconocerse como parte del mundo natural y de relacionarse armónicamente con él". En la naturaleza convivimos con

los animales, las plantas, el agua, la tierra... Ellos nos brindan los recursos que necesitamos para vivir. Cuidarlos y respetarlos contribuye a formar jóvenes más solidarios y cooperativos con los demás, y esa es una tarea que no atañe sólo a sus profesores, sino también a su entorno familiar.

En este sentido, el papel de las familias es el de complementar los esfuerzos de la educación formal en la difusión de estos valores. Para ello, enseñar a amar la naturaleza y a disfrutar de ella conociéndola es un buen principio. Por eso te recomendamos que no dejes escapar la oportunidad de salir de excursión y visitar espacios naturales con tus hijos siempre que puedas. Pasear, ir en bici, hacer acampadas, montar a caballo o practicar la escalada son tan solo algunas de las opciones disponibles para que tus hijos puedan hacerlo.

En conclusión, es importante que como padre o madre tengas una actitud comprometida de respeto hacia la naturaleza y el mundo natural y trates de fomentarla en casa. Seguir los siguientes consejos puede ayudarte en esta tarea.

### CONSEJOS

- 1- Enseña a tus hijos la importancia de la naturaleza mediante el contacto directo con ella en paseos, excursiones o acampadas.
- 2- Transmíteles los valores del respeto por la naturaleza mediante la práctica.
- 3- Demuestra a tus hijos cómo las actitudes proactivas como el reciclaje o el mantener limpios los espacios naturales pueden ayudar a preservar el planeta y sus especies. Sé siempre coherente con estos valores.
- 4- Trata con ellos el eje ideológico conciencia-actitudes-participación como un proceso por el cual sus acciones pueden ayudar a cambiar el mundo.
- 5- Recuerda a tus hijos que el respeto y cuidado del mundo natural es una tarea constante y sostenida. En casa, apagar las luces, cerrar siempre los grifos o no dejar las ventanas abiertas en invierno son conductas que repercuten positivamente en el planeta.

## EDUCACION ARTISTICA: SESION UNO

### TECNICA REPIRATORIA

La respiración no es un acto consciente, es algo que realizamos de manera automática. Sin embargo, durante el canto, podemos modificar nuestro patrón respiratorio. Un adulto respira de 12 a 20 veces de media, dependiendo de su morfología.

Al cantar, la postura y la respiración son de vital importancia, ambas se relacionan con la emisión de voz, su calidad, su intensidad... La respiración ocurre en **dos fases**:

- **Inspiración:** proceso por el que entra aire del medio al interior de los pulmones, obteniendo oxígeno.
- **Espiración:** proceso en el que el aire sale de los pulmones, eliminando el dióxido de carbono.

El diafragma en la respiración

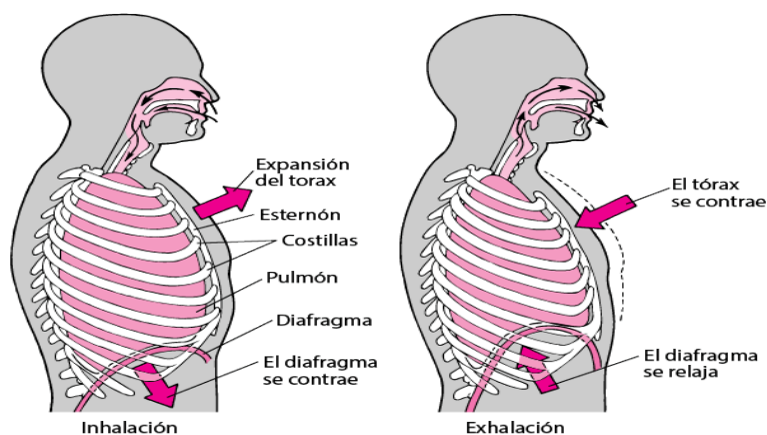
Un músculo de suma importancia en la respiración es el diafragma, que separa la cavidad torácica y el abdomen. Durante la inspiración el diafragma se contrae, el tórax se ensancha y los pulmones se dilatan produciéndose una entrada de aire. En la espiración, el diafragma y los pulmones se relajan, disminuyendo el diámetro torácico.

La **respiración** puede realizarse de **tres modos**:

- **Torácica superior:** se ascienden los hombros y las clavículas, se produce aprovechando la parte superior de los pulmones.
- **Intercostal:** se realiza abriendo las costillas y descendiendo el diafragma.
- **Abdominal o diafragmática:** se moviliza la parte más baja del tórax y la parte más alta del abdomen. El diafragma realiza un descenso máximo.

En función del tipo de respiración que realicemos, el **diafragma** influye de manera diferente en la respiración:

- En la **respiración torácica superior:** al llenarse de aire la parte superior del pecho, los hombros ascienden. En esta postura el diafragma tiene una menor intervención y no es una postura adecuada para canto, ya que se produce tensión en la musculatura cervical asociada a la fonación. Es un modelo clásico de respiración en militares.



- En la **respiración intercostal:** el aire queda en la parte media del pecho, por lo que la implicación diafragmática es mayor. Más que ser útil en el canto, lo es a la hora de realizar nuestras actividades cotidianas, ya que la postura adoptada dificulta la emisión de la voz.
- La **respiración abdominal:** es el tipo de respiración más adecuada para cantar, puesto que la intervención del diafragma y la musculatura abdominal es total.

Me detendré a hablar sobre la respiración abdominal, ya que es la que más nos interesa en el canto. Al contraerse el diafragma, la caja torácica desciende llevando el aire a la parte baja de los pulmones. Al ocurrir esto, vemos como se hincha nuestra tripa (no es que el aire llegue a esa zona, sino que aumenta la presión en la cavidad abdominal). Es importante que el cantante coja el aire por la nariz, para calentar y filtrar el aire. Para ello, debe realizar inspiraciones amplias pero cortas y con la boca cerrada. Al espirar, la respiración abdominal nos ayuda a controlar el aire mientras cantamos.

Consciencia de la respiración diafragmática y torácica

En este vídeo os enseñan cómo realizar un ejercicio para movilizar y diferenciar las dos respiraciones básicas, la respiración diafragmática y la respiración torácica superior:

## EJERCICIOS DE RESPIRACION

**Por su necesidad de**

**Práctica estos ejercicios se realizarán en dos sesiones.**

### 1. Ejercicio de respiración consciente

Les enseñaré un ejercicio para tomar consciencia de los diferentes tipos de respiración. Para realizar el siguiente ejercicio se recomienda escuchar en música relajante y estar en una habitación, que esté ventilada, lo más silenciosa posible y que haya suficiente espacio como para acostarnos en ella. También te aconsejo que utilices ropa holgada, que no presione tu torso, es importante que no oprima el cuello, el tórax, ni el abdomen.

Sin ánimo de asustar, debemos tener cuidado con la hiperventilación durante los ejercicios, que nos generan una sensación de malestar, mareo o dolor de cabeza. Si sientes una mínima sensación de mareo, toma agua y descansa volviendo a tu ritmo respiratorio habitual.

Nos acostamos en el suelo y desde una postura relajada, nos concentramos en nuestra respiración: coge aire por la nariz (contando mentalmente hasta 3 de manera pausada) y lo soltamos por la boca haciendo ruido (como si apagaras una vela) y contando 3 mentalmente.

Repite este ejercicio 30 veces, tomando consciencia de tu cuerpo. *¿Hacia dónde va el aire? ¿Qué se mueve más? ¿El abdomen o quizá el tórax?...*

Descansamos estando acostados, respirando 10 veces a nuestro modo habitual.

### 2. Respiración torácica superior

Continuamos tumbados y colocamos nuestra mano debajo de las clavículas. Comenzamos a coger aire por la nariz intentando llevar el aire hacia nuestra mano. Para ello debemos ascender los hombros e intentar que nuestro abdomen y caja torácica no se ensanchen.

Realizamos este ejercicio 15 veces, contando hasta 3 en cada respiración y prestando atención a qué sentimos. Al finalizar respiramos de nuestro modo habitual 10 veces.

### 3. Respiración intercostal

Sigue tumbado y coloca las manos a los lados del esternón. Respira hinchando el pecho y las últimas costillas. No debes hinchar el estómago ni mover los hombros. Realiza el ejercicio con 15 repeticiones y descansa 1 minuto.

### 4. Respiración abdominal

Continúa tumbado boca arriba. Pon una mano sobre tu abdomen, a la altura del ombligo. La otra mano debes colocarla en el pecho. Al coger el aire por la nariz, debes notar cómo la mano de la tripa asciende y la del pecho no se mueve (o se mueve un poco, pero nunca debe sobrepasar la mano del abdomen). Los hombros en esta ocasión tampoco deben moverse.

### Actividad descriptiva.

Haga en su cuaderno un dibujo de cada uno de los ejercicios de respiración efectuados y describa debajo de él que sensación lograda al realizar cada una de las cuatro tipos de respiración y manifieste que parte del cuerpo se ensancho o lleno más de aire.

## **EDUCACION FISICA: PROYECTO TIEMPO LIBRE**



### LOS PRINCIPALES JUEGOS DE MESA SON:

1. Ajedrez
2. Naipes o cartas
1. Monopoly.
2. Dominó
3. Rompecabezas
4. Backgammon
5. Damas
6. Damas chinas

**NOTA: Reciclaje o reciclamiento es la acción y efecto de reciclar (aplicar un proceso sobre un material para que pueda volver a utilizarse). Para que sean reciclables, todos los residuos deben estar limpios y secos, ya que si contienen restos orgánicos o están mojados o sucios ya no pueden recuperarse. Los materiales reciclables son: Papel y Cartón: cajas, envases, sobres, revistas, diarios, folletos, envases de tetrabrik. No comprar implementos para realizar la actividad.**

### Residuos orgánicos

Son sustancias que se pueden descomponerse en un tiempo relativamente corto. Como por ejemplo, cáscaras de frutas, verduras, residuos de comida, hierbas, hojas y raíces; vegetales, madera, papeles, cartón y telas entre otros.

### **Residuos inorgánicos: No se descomponen**

Son aquellos materiales y elementos que, no se descomponen fácilmente y sufren ciclos de degradabilidad muy largos. Entre ellos están los plásticos, loza, vidrio, hojalata, zinc, hierro, latas, desechos de construcción. Los residuos sólidos inorgánicos, son los mayores generadores de impacto ambiental por su difícil degradación. Estos generan problemas a la hora de su disposición por no realizarse de manera adecuada, lo que da paso al deterioro del medio ambiente.

## **LECTURA 2**

Las sirenas estaban enfadadas con los humanos. Siempre habían vivido en el fondo de los mares y océanos disfrutando de los vivos colores de los corales y cuidando de los animales y de las plantas marinas. Sin embargo, en los últimos años éstas vivían rodeadas de basura y de plásticos, y veían cómo, poco a poco, su rico mundo estaba desapareciendo. Además, las sirenas acababan sus jornadas agotadas de tanto limpiar y ya poco tiempo podían dedicar a cantar, que era lo que más les gustaba. Y la culpa era de los humanos, quienes no tenían nada de cuidado y echaban sus basuras al mar.

En busca de una solución, por las noches, las sirenas se acercaban a la orilla de las playas para dejar a los humanos mensajes hechos con almejas donde pedían su ayuda y su colaboración. Sin embargo, las personas no parecían enterarse de nada. El problema llegó a ser tan grande, que en el océano se había formado una gigantesca isla de plásticos que no dejaba entrar la luz al fondo marino, lo que provocó que los peces y sirenas de esa región tuvieran que abandonar sus casas.

Sin embargo, las sirenas eran perseverantes y sabían que necesitaban la ayuda de los humanos para acabar con la basura de los mares. Y fue un día de verano cuando una niña, llamada Salma, descifró el mensaje de las almejas de la playa. Rápidamente dio la alarma a los mayores y aunque muchos siguieron ensuciando, cada vez más gente cuidó de las aguas para que el rico mundo marino no desapareciera. Palabras como reciclaje, cuidar el medio ambiente, ecología... empezaron a ser importantes.

Fue así como las sirenas se reconciliaron con los humanos y volvieron a cantar para éstos. Incluso, crearon una canción de agradecimiento a Salma, que popularizaron por todos los océanos, ya que gracias a ella el color y la alegría volvió a reinar en el reino de Neptuno.

## **EDUCACION ARTISTICA: SESION DOS** **PROYECTO TIEMPO LIBRE**

### **1. EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN Y SOPLO**



En el post de hoy vamos a hacer algunas propuestas de ejercicios para trabajar el soplo y la respiración de **manera divertida**, a modo de juego, por lo que son ideales para niños. Aunque, por supuesto, con la adaptación necesaria, os servirán con pacientes adultos.

La **respiración** es un proceso automático durante el cual se coge aire al inspirar, normalmente por la nariz, y se expulsa en la espiración normalmente por la boca.

La respiración es necesaria para vivir y para mantener limpia la sangre. Una incorrecta respiración produce problemas de irritabilidad, fatiga, falta de atención, y problemas o perturbaciones en el lenguaje hablado.

#### **¿Para qué sirven estos ejercicios?**

Los ejercicios de soplo se realizan para **ayudar a controlar la respiración y para ser conscientes del acto de respirar**, por ellos sus principales objetivos son: automatizar el patrón respiratorio correcto, aumentar la capacidad respiratoria, mejorando el control del aire espirado (controlar fuerza y dirección).

El habla se produce en la fase de espiración, al sacar el aire, si no existen problemas, respiramos y hablamos con normalidad, pero si existe alguna dificultad para respirar o bien dificultades o situaciones que alteran la respiración aparecen dificultades en el lenguaje hablado: voz temblorosa, omisión de fonemas, sustitución de fonemas, perturbaciones gramaticales de orden o de construcción, tartamudeces esporádicas, etc.

Un buen dominio de la función respiratoria facilitará la corrección de algunos defectos de la articulación. Así, el interés de estas tareas reside en la importancia de entrenar en un patrón respiratorio mixto (nasal y bucal), de tipo diafragmático, así como modular la expulsión del aire. Además, las tareas de soplo permitirán que el paladar blando aumente su fuerza y tono. Por lo tanto, os resultarán muy útiles en el tratamiento de dislalias en las que el velo juegue un papel importante, como en el caso de fonemas linguovelares como la /k/, /x/ o /g/.

En los niños pequeños o menores de ocho años los ejercicios de soplo además de ayudar a controlar la respiración, ayuda a entrenar los músculos que participan en el habla, especialmente los músculos bucinadores que son los que están en la mejilla y son los que se utilizan para soplar y silbar.

### **LECTURA 3**

#### **LA TIERRA ENFERMO**

Habían hecho un corrillo en el universo.

- La Tierra tiene muy mala cara - dijo la luna.
- ¡Tienes razón; está muy apagada! - asintió el sol.
- He oído que la gente que vive en ese planeta no la cuida nada bien - dijeron las estrellas.
- ¡Creemos que está enferma! - exclamaron las osas.

Y todos se acercaron al planeta para preguntarle qué le pasaba.



- ¡Hola Tierra! ¿Te encuentras bien? - habló primero la luna.

La Tierra la miró con los ojos llenos de lágrimas y no pudo contestar.

- ¡Nos estás asustando, Tierra! ¿Qué te sucede? - preguntaron de nuevo las estrellas muy preocupadas.
- ¡Cuéntanos! - insistieron todos.
- Creo que las personas no son conscientes del daño que se están haciendo - contestó muy afligida.

La luna, el sol, las estrellas y las dos osas la miraron callados esperando que continuara hablando.

- Los hombres están quemando bosques, talando árboles, llenando el mar de basura, exterminando a los animales - dijo sollozando de nuevo.
- El calentamiento global está deshelando mis polos. ¿¡Cómo no se dan cuenta!?! ¡Están destruyendo la naturaleza! - dijo tapándose la cara que ahora lucía colorada y febril.

Unos niños que estaban jugando en la calle escucharon la conversación.

- ¡Tierra, Tierra! ¡No llores más, por favor! - gritaron con todas sus fuerzas para que los oyera.
- ¡Decidme pequeños! - les dijo tragándose las lágrimas.
- ¡Nosotros te vamos a cuidar! ¡No permitiremos que mueras! - prometieron con voz temblorosa.

La Tierra entonces sintió un enorme alivio cuando vio la transparencia de sus ojos; solo esperaba que de adultos no olvidaran su promesa.



DO RE MI FA SOL LA SI DO DO SI LA SOL FA MI RE DO

### **SESION TRES ARTISTICA:**

#### **LA ESCALA MUSICAL**

#### **ESCALA EN EL PENTAGRAMA**

CANCIONES PARA CANTAR Y CALENTAR LA VOZ

DO RE MI FA SOL SOL FA MI RE DO – SUBIENDO HASTA EL SOL Y BAJANDO AL DO

LA CUCARACHA

DO DO DO FA LA

DO DO DO FA LA

FA FA MI MI RE RE DO

DO DO DO MI SOL

DO DO DO MI SOL

DO DO SI SI LA SOL FA

LOS POLLITOS

DO RE MI FA SOL SOL

LA SI DO LA SOL SOL

FA SOL FA SOL MI MI

RE MI RE MI DO DO

MARIA TERESA

DO MI SOL DO SOL MI DO – MARIA TERESA MURIO Y EL MARIDO LLORO.

### **SESION CUATRO ARTES**

#### **MUSICA TRADICIONAL DE LA REGION ANDINA**

#### **PROYECTO DE TIEMPO LIBRE:**

La **música tradicional** o **música folclórica** es la que se transmite de generación en generación por vía oral (y hoy en día también de manera académica) como una parte más de los valores y de la cultura de un pueblo. Así pues, tiene un marcado carácter étnico o de raíz. Dentro de las músicas tradicionales, hay algunas que han trascendido más allá de su origen, como el flamenco, la jota, el tango, la música country, la samba, la cumbia colombiana y, en general, muchos de los ritmos latinos que han mantenido cierta entidad propia con el tiempo y se han vuelto algo más que un baile.

Otros nombres con los que se conoce a este tipo de música son *música étnica*, *música regional*, *música típica*, y **música popular**<sup>1</sup> o música folk, *denominaciones estas dos últimas que pueden inducir a confusión al tener ya otro significado*.

#### LA RUMBA DEL BOSQUE

Autor Jorge Velosa Ritmo: Rumba ligera.

Al ver la tierra pelada  
Me puse a considerar  
Que era lo que había pasado  
Y que nos puede pasar.  
Ella me dijo que el hombre  
La había tratado muy mal  
Y que se estaba muriendo  
Del mismísimo pesar.  
Me dijo que le había dado  
Todo para ser feliz, el agua,  
Los animales, el monte y cosas por mil.  
Pero que él no había querido  
Entender su corazón  
Y que la estaba acabando  
Poco a poco y sin razón.  
Al verla tan afligida  
De nuevo le pregunté:  
Si todo estaba perdido  
O si algo había por hacer,  
Entonces la madre tierra  
En silencio se quedó  
Y dos lágrimas...

### **SESION CINCO ARTISTICA:**

#### **PROYECTO DE TIEMPO LIBRE:**

#### **LOS CUACARACHEROS**

Yo soy el cucarachero  
Tú la cucaracherita  
Yo soy el cucarachero  
Tú la cucaracherita  
Desde que te vi yo quiero  
Que tu seas mi mujercita

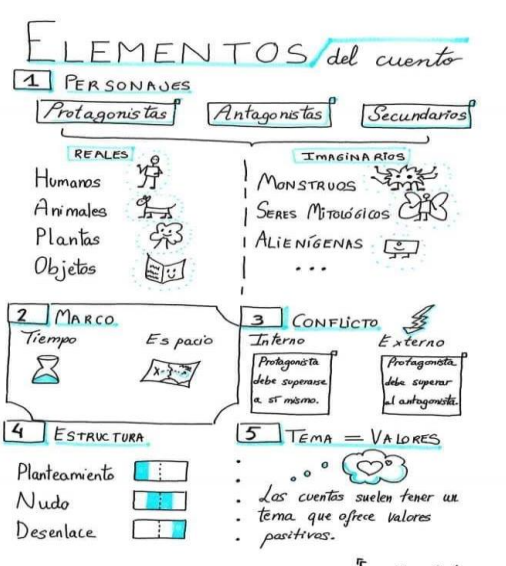
Oye, chinita querida  
De la alborada lucero  
Si tú me dejas por otro  
Del guayabo yo me muero

Es mi amor tan grande  
Que parecen dos

<p>Que parecen cuatro, mira Te juro por Dios Es mi amor tan grande Que parecen dos Que parecen cuatro, mira Te juro por Dios</p> <p>Besándonos yo y mi chata Sentimos más alegría Besándonos yo y mi chata Sentimos más alegría Que un par de cucaracheros Al ver despuntar el día</p> <p>Oye, chinita querida De la alborada lucero Si tú me dejas por otro Del guayabo yo me muero</p> <p>Es mi amor tan grande Que parecen dos Que parecen cuatro, mira Te juro por Dios Es mi amor tan grande Que parecen dos Que parecen cuatro, mira Te juro por Dios</p> <p>El que...</p>
--

## 2. ACTIVIDADES, METODOLOGÍA Y RECURSOS

SEMANA	ACTIVIDADES, METODOLOGIA Y RECURSOS	FECHA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
1 - 2	<p><b>ACTIVIDAD 1 DE ETICA:</b> Después de leer de manera detallada el texto “la ratita Ginger”, encontramos la diferencia de los habitantes de la ciudad y de quienes lo hacen en el campo, en especial del trato que les dan a los recursos de la naturaleza. En la actualidad, debido a la emergencia sanitaria se ha evidenciado la mejora en el medio ambiente, lo que nos deja ver el daño que sigue siendo el ser humano para el planeta mismo.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>¿Cuáles son tus aportes para mejorar el medio ambiente?</li> <li>¿Qué costumbres tratas de transmitir a tu familia y amigos frente al cuidado del medio ambiente?</li> <li>Por medio de un dibujo recreo la forma que crees que el medio ambiente podría ser mejor.</li> </ol> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 1 DE RELIGION:</b> Iniciamos nuestro segundo periodo con una lectura espectacular... ¿cómo se llama la lectura y cuál es la reflexión que haces?; es una <b>FABULA: “Fábulas de animales. Son las más comunes, donde se establecen relaciones entre animales, humanos, dioses... pero realmente los protagonistas son los animales.”</b> La actividad del día de hoy es dibujar la Fabula de la lectura y la enseñanza que nos trae, dibujos bonitos y coloreados.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 1 DE ARTISTICA:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Realiza los ejercicios de respiración consciente sugerido en la guía (ejercicio 1,2 ,3 y 4)</li> <li>Haga en su cuaderno un dibujo de cada uno de los ejercicios de reparación efectuados y describa debajo de él que sensación lograda al realizar cada una de los cuatro tipos de respiración y manifieste que parte del cuerpo se ensancho o lleno más de aire.</li> </ol>	3 al 14 mayo	<p>Para la revisión de evidencias para el trabajo portafolio se hará la entrega por medio de email <a href="mailto:arleyhernandez@gmail.com">arleyhernandez@gmail.com</a> para el trabajo desde WhatsApp, se realizará enviando las actividades al grupo creado para la materia. Donde se valora según cumplimiento y desarrollo de la actividad</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos; por wasap o por el correo) semanalmente, en el horario establecido.</p> <p>Email: miyo1906@hotmail.com</p>

	<p>3. Tomando como base la lectura LA TIERRA ENFERMO explique o argumente cuál es la situación actual del aire que respiramos y como poder cuidar el aire para que cada día sea de mejor calidad y la madre tierra y nosotros no nos enfermos.</p> <p><b>ACTIVIDAD 1 EDUCACION FISICA:</b>  <b>PROYECTO DE TIEMPO LIBRE:</b>  Teniendo en cuenta las lecturas de base, realiza una sopa de letras con 10 palabras que destaquen la importancia del cuidado de la naturaleza y define cada una de ellas.  Lee detenidamente que son los juegos de mesa y escoge entre ellos el que creas que puedes elaborar en tu casa con ayuda de tu familia y materiales de desecho o reciclados, organízalos y tómales una foto como evidencia y envíala</p>		<p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido. Se tendrá en cuenta el concepto de su familia con respecto a los trabajos realizados el cual deberán anotar y firmar debajo de cada uno. Cada actividad se evaluará en un rango de 1 a 5</p>
<p>3 - 4</p>	<p><b>ACTIVIDAD 2 DE ETICA:</b>  Frente a la lectura echa “la ratita Ginger”, y algunas imágenes de la vida diaria las cuales nos enseñan que los animales en ocasiones se portan más racionales que muchos humanos por medio de 5 IMÁGENES (dibujos o fotos) de animales recrea los siguientes sentimientos: IRA, MIEDO, TERNURA, AMOR, TRANQUILIDAD, y debajo de cada dibujo en 5 renglones explicar por qué representa para ti ese sentimiento.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 2 DE RELIGION:</b> Hoy con la primera lectura vas a crear un cuento</p>  <p>Un cuento es una narración breve creada por uno o varios autores, puede ser basada ya sea en hechos reales como ficticios, cuya trama es protagonizada por un grupo reducido de personajes y con un argumento relativamente sencillo.</p> <p>En una hoja de papel tamaño carta vamos a escribir un cuento relacionado con la temática de nuestra lectura, si le quieres hacer dibujos excelentes. Enviar evidencia.</p> <p><b>ACTIVIDAD 2 DE ARTISTICA:</b>  <b>PROYECTO DE TIEMPO LIBRE</b>  <b>Algunos ejercicios divertidos de soplo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de soplo con <b>globos</b>: ¡vamos a soplar con fuerza para hinchar globos!</li> <li>• Ejercicio de soplo para controlar la fuerza, con <b>velas</b>: podemos apagar la llama de un fuerte soplo, o soplar de manera que esta se mantenga encendida sin apagarla.</li> </ul>	<p>18 al 28 de mayo</p>	<p>Para la revisión de evidencias para el trabajo portafolio se hará la entrega por medio de email <a href="mailto:arleyhernandez@gmail.com">arleyhernandez@gmail.com</a> para el trabajo desde WhatsApp, se realizará enviando las actividades al grupo creado para la materia. Donde se valora según cumplimiento y desarrollo de la actividad.</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido.</p> <p>Miyo1906@hotmail.com</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio de soplo con una <b>pajita</b>, pidiéndole al niño que, con ella, haga burbujas dentro de un vaso de agua.</li> <li>• Juguemos a fútbol: con una caja de zapatos, cortada por la mitad, haremos dos porterías. Deberemos manejar, mediante el soplo, una <b>pelota de ping-pong</b>, intentando meter gol en la portería contraria.</li> </ul> <p>De los anteriores ejercicios elija 3 <b>no se le olvide usar respiración diafrágmal</b>, los puede realizar en compañía de algún familiar para que sea más divertido, como evidencia envíe una foto al grupo de ellos</p> <p><b>ACTIVIDAD 2 DE EDUCACION FISICA:</b> Describe en que consiste el juego de mesa que escogiste e inicia la elaboración del juego con los materiales reunidos. Al final de la clase toma una foto de lo que alcanzaste hacer y la envías</p>		<p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido. Se tendrá en cuenta el concepto de su familia con respecto a los trabajos realizados el cual deberán anotar y firmar debajo de cada uno. Cada actividad se evaluará en un rango de 1 a 5</p>
5 - 6	<p><b>ACTIVIDAD 3 DE ETICA:</b> <u>(El proyecto de vida se desarrollará durante todo el año escolar, por lo mismo se debe tomar de la parte final del cuaderno de ETICA las ultimas 30 hojas para su creación y desarrollo)</u> Empezaremos con la creación de nuestro proyecto de vida, el cual inicialmente plantearemos a 5 años. Tomaremos una hoja de nuestro cuaderno, en la parte inicial, colocaremos una fotografía 3x4 y bajo ella tu nombre completo. Debajo de la foto y el nombre crearemos un pequeño texto de 5 renglones, donde resumiremos nuestras cualidades, que has descubierto a la fecha en ti, y más abajo en otro texto de mínimo 5 renglones escribirás tus defectos. Eso ira en la primera página de nuestro proyecto de vida, en la segunda página del diario empezaras a escribir las fechas más importantes para ti desde los 0 años, hasta tu edad actual, el cual escribirás en forma de diario en el que se deben encontrar como mínimo 10 eventos significativos en tu vida.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 3 DE RELIGION</b> Con nuestra lectura numero dos vamos a recrear la historia em medio pliego de papel o cartulina o cartón en lo que tengas a la mano vamos a dibujar la historia con colores muy creativa y en el cuaderno vamos a escribir lo que pensamos de la historia y que enseñanza nos deja, una página completa de tu cuaderno.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 3 DE ARTISTICA:</b> entonando la melodía de las canciones para calentar la voz de esta guía.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con base en el ejercicio MARIA TERESA MURIO invente un ejercicio parecido con la lectura de LAS SIRENAS. envíe audio de manera opcional un familiar le puede ayudar.</li> <li>2. Que enseñanza nos deja la leyenda de las sirenas.</li> <li>3. Enviar un audio por WhatsApp</li> </ol> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 3 DE EDUCACION FISICA:</b> Investiga y escribe, el reglamento del juego que escogiste con las adaptaciones que desees y termina la elaboración de todo el juego. Toma una foto y envía la evidencia</p>	<p>31 de mayo al 11 junio</p>	<p>Para la revisión de evidencias para el trabajo portafolio se hará la entrega por medio de email <a href="mailto:arleyhernandez@gmail.com">arleyhernandez@gmail.com</a> para el trabajo desde WhatsApp, se realizará enviando las actividades al grupo creado para la materia. Donde se valora según cumplimiento y desarrollo de la actividad</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido.</p> <p>Miyo1906@hotmail.com</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido. Se tendrá en cuenta el concepto de su familia con respecto a los trabajos realizados el cual deberán anotar y</p>

			firmar debajo de cada uno. Cada actividad se evaluará en un rango de 1 a 5
7 - 8	<p><b>ACTIVIDAD 4 DE ETICA:</b> <b>Proyecto de vida.</b> Continuamos con la creación de nuestro proyecto de vida, el cual luego de redactar mis primeros años de vida, plasmaremos en el nuestro propósito para nuestros próximos 5 años, este tiempo nos da para pensar en nuestro futuro pasado 1 año de nuestra graduación del colegio. En esta parte del proyecto lo redactaremos en forma de diario el deberás redactar como mínimo 6 propósitos a alcanzar durante ese año. Para la creación de esta parte del proyecto de vida, tomaras toda una página por cada año, y como título en cada página colocarás la edad que cumplirías durante ese año. Recuerda mínimo 6 propósitos por año. La decoración va por tu cuenta.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 4 DE RELIGION:</b> <b>PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL:</b> En esta ocasión vamos a trabajar junto con la actividad de ética y su proyecto de vida, vamos a escribir en su proyecto de vida ¿qué papel está ejerciendo su familia? Explique.... que valores les han enseñado para aplicar en su vida y cuáles de ellos nos motivan a cuidar nuestro planeta? En una página de tu cuaderno has la reflexión que se solicita.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 4 DE ARTISTICA:</b> 1. Con base en el audio enviado aprenda la letra de la canción y envíe un audio cantando, puede ser en compañía de un familiar. 2. Qué relación o mensajes en común tiene la letra de la canción con la lectura LA TIERRA ENFERMO? 3. Como los seres humanos y las nuevas generaciones podemos salvar la MADRE TIERRA para que no nos extingamos?</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 4 DE EDUCACION FISICA:</b> Elabora un horario en el que puedas compartir con tu familia este juego y realiza un campeonato, finalizado cada juego la penitencia será ayudar, colaborar en alguna labor de la casa, actividad escogida por los ganadores. Toma una foto y envía la evidencia.</p>	15 al 18 junio y 6 al 9 de julio	<p>Para la revisión de evidencias para el trabajo portafolio se hará la entrega por medio de email <a href="mailto:arleyhernandez@gmail.com">arleyhernandez@gmail.com</a> para el trabajo desde WhatsApp, se realizará enviando las actividades al grupo creado para la materia. Donde se valora según cumplimiento y desarrollo de la actividad</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido.</p> <p>Miyo1906@hotmail.com</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido. Se tendrá en cuenta el concepto de su familia con respecto a los trabajos realizados el cual deberán anotar y firmar debajo de cada uno. Cada actividad se evaluará en un rango de 1 a 5</p>
9 - 10	<p><b>ACTIVIDAD 5 DE ETICA:</b> En base a la lectura del texto “las sirenas”, vemos como es de importante el reciclar, ya que aparte de reutilizar materiales, ayudamos a que otros animales encuentren en la naturaleza su hogar y no nuestro botadero de basura. Graba un video o toma una foto de un invento sencillo creado por ti, el cual ayude a reutilizar de manera eficaz la basura que generamos los humanos.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 5 DE RELIGION:</b> Hoy vamos a colaborar con nuestro planeta. ¿Como ayudaríamos a mejorar la vida del planeta?</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 5 DE ARTISTICA:</b> 1. Aprenda la letra de la canción y envíe un audio de ella puede ser solo o en compañía de un familiar 2. A qué región del país representa la canción</p>	12 de julio al 23 de julio	<p>Para la revisión de evidencias para el trabajo portafolio se hará la entrega por medio de email <a href="mailto:arleyhernandez@gmail.com">arleyhernandez@gmail.com</a> para el trabajo desde WhatsApp, se realizará enviando las actividades al grupo creado para la materia. Donde se valora según cumplimiento y desarrollo de la actividad</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido.</p> <p>miyo1906@hotmail.com</p>

	<p>3. Haga un dibujo relacionando con la canción</p> <p>4. Porque es importante aprender música folclórica del interior del país.</p> <p><b>ACTIVIDAD 5 DE EDUCACION FISICA:</b> Elabora en material reciclado dos sestas de basura, una para residuos sólidos y otra para residuos orgánicos toma una foto y evidencia.</p>		<p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido. Se tendrá en cuenta el concepto de su familia con respecto a los trabajos realizados el cual deberán anotar y firmar debajo de cada uno. Cada actividad se evaluará en un rango de 1 a 5</p>
11 - 12	<p><b>ACTIVIDAD 6 DE ETICA:</b> Luego de basarnos en la lectura "las sirenas", para inspirarnos y hacer un invento simple el cual nos ayude a reciclar de forma simple y sencilla en nuestros hogares, ahora propondré un invento mucho mayor, el cual deberé inventar en mi cuaderno de ética. Donde explique en que consistiría, que función cumpliría, como ayudaría a mejorar el agua del planeta y por medio de un dibujo plasmo mi idea para el invento de reciclaje a gran escala.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 6 DE RELIGION:</b> Esta semana la vamos a utilizar para los estudiantes que por alguna circunstancia no pudieron enviar actividades en las sesiones de acompañamiento, se debe hacer concertado con el docente del área.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 6 DE ARTISTICA:</b> Esta semana la vamos a dedicar a la profundización y nivelación; para los estudiantes que por algún motivo no han logrado enviar actividades.</p> <hr/> <p><b>ACTIVIDAD 6 DE EDUCACION FISICA:</b> Estas semanas las vamos a dedicar a la profundización y nivelación, esto por si algún motivo no ha presentado alguna actividad anterior o quieren profundizar en algún tema, lo pueden hacer.</p>	26 de julio al 6 de agosto	<p>Para la revisión de evidencias para el trabajo portafolio se hará la entrega por medio de email <a href="mailto:arleyhernandez@gmail.com">arleyhernandez@gmail.com</a> para el trabajo desde WhatsApp, se realizará enviando las actividades al grupo creado para la materia. Donde se valora según cumplimiento y desarrollo de la actividad</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido.</p> <p>Miyo1906@hotmail.com</p> <p>El estudiante presentara evidencia de cada actividad por el medio que se le facilite (fotos, videos textos) semanalmente, en el horario establecido. Se tendrá en cuenta el concepto de su familia con respecto a los trabajos realizados el cual deberán anotar y firmar debajo de cada uno. Cada actividad se evaluará en un rango de 1 a 5</p>

#### 4. OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES.

**QUERIDOS ESTUDIANTES TENGAN EN CUENTA ESTAS OBSERVACIONES PARA EL DESARROLLO DE SU SEGUNDA GUIA.**

Antes de empezar queremos dejarles algunos tips para que su desempeño académico en nuestras áreas sea lo más óptimo y agradable.

1. colocar el despertador muy temprano de tal forma que a las 7 a.m. ya este bañado, haya desayunado y se pueda reportar a tiempo a la tutoría.
2. Tener disposición académica de 7 a.m. a 1 p.m. de tal forma que NO SE COMPROMETA en actividades u oficios que le quiten mucho tiempo, diferentes a las relacionadas con estudiar.
3. Haga pausas activas para descansar en el cambio de cada clase o tutoría.
4. Tener un sitio en casa adecuado para poder desarrollar sus labores académicas.
5. No se distraiga viendo televisión jugando o chateando con el celular u otros aparatos tecnológicos durante los tiempos de la tutoría.
6. Desarrolle las actividades de las áreas vistas después de la tutoría o a más tardar el mismo día en la tarde de tal forma que no se le acumulen actividades al final de las semanas o los periodos así evitará colapsar académicamente.
7. El orden, la presentación en el desarrollo de las guías serán tenidas en cuenta en la evaluación final.

Esta guía se trabajara transversalizada con las áreas de **EDUCACIÓN FÍSICA, ARTÍSTICA, RELIGIÓN Y ÉTICA**, para cada una de las áreas hay actividades específicas, las cuales se desarrollaran en cada una de las asesorías programadas de acuerdo al horario establecido; para la evaluación final se tendrá en cuenta el orden, la presentación y desarrollo de las guías y los parámetros que cada docente solicite, las actividades desarrolladas se enviarán al wasap,

correo electrónico de cada docente de acuerdo al área en el horario establecido por cada uno. Las fotos deben ser nítidas, claras y derechas, que contengan nombres y apellidos completos y grado.

Los estudiantes que entregan actividades en portafolio deberán comunicarse con el docente titular de la asignatura mínimo tres (3) veces por periodo para realizar la retroalimentación, aclaración de dudas y asesoría; por el medio que más se le facilite teniendo en cuenta el horario asignado a cada curso y docente.

**SEÑOR PADRE DE FAMILIA:**

El compromiso de **USTEDES** para este segundo periodo es asegurar que su hijo(a) se encuentre desarrollando las labores académicas en casa en el horario de 7:00 a.m. a 1:00 p.m. de lunes a viernes de acuerdo al art 67 de la Constitución Política de Colombia; de ese modo el desempeño de sus hijos será óptimo.

Teresa Martin: [teladama7@gmail.com](mailto:teladama7@gmail.com)

Henry Amaya: [amayaxas@hotmail.com](mailto:amayaxas@hotmail.com)

Luz Dary García Baquero: [lulubaquero37@hotmail.com](mailto:lulubaquero37@hotmail.com).. WhatsApp 311380420

Arley Humberto Hernández Ravelo: [arleyhernandez@gmail.com](mailto:arleyhernandez@gmail.com); WhatsApp (3133912735)

# juego: ¿eres tú tolerante?



**Kim está mal vestida:**  
 no tiene importancia  
 le burlas de ella



**Tom no come como tú a causa de su religión:**  
 le tratas de ridiculo  
 le pides que te explique las razones



**La piel de Jo es de color distinto al de tu piel:**  
 procuras conocerlo mejor  
 piensas que todas los de su color son una nulidad



**Si una anciana camina despacio:**  
 la empujas para pasar delante  
 la ayudas y le sujetas la puerta.



**Eres una niña y te ponen al lado de un niño:**  
 piensas que todos los niños son tontos  
 le hablas



**Eres un niño y te ponen al lado de una niña:**  
 dices que todas las niñas son tontos  
 le hablas



**Ves que están pegando a alguien:**  
 tratas de defenderlo  
 haces como si no lo vieras



**Un niño minusválido se acerca:**  
 le hablas con naturalidad  
 te vas porque no sabes qué decirle

**Escoge tus respuestas y suma los círculos que has obtenido:**

Si sólo tienes círculos: ¡Bravo! Eres muy tolerante. Tienes confianza en ti mismo, sabes explicarte. Y has entendido que tu libertad termina donde empieza la de los demás.

Si tienes entre tres y seis círculos: ¡Cuidado, no eres muy tolerante! No estás bastante seguro de ti mismo como para compartir y explicarte, pero eres generoso y lo conseguirás. ¡Entrénate cuánto antes!

Si tienes menos de tres círculos: ¡Ay, ay, ay, no eres nada tolerante! Si trataras de conocerte mejor y aceptarte, podrías ser más feliz.

www.menudospeques.com



**PROYECTO DE INCLUSION**

**5. AUTOEVALUACION Y COHEVALUACION:**

NOMBRE: _____	EVALÚA TU PROCESO AUTO-EVALUACION				
	GRADO: SEPTIMO PERIODO: SEGUNDO				
	SIEMPRE (5)	CASI SIEMPRE (4)	ALGUNAS VECES (3)	POCAS VECES (2)	NUNCA (1)
<b>COMPONENTE ACTITUDINAL</b>					
1.Desarrollo las actividades propuestas en la guía					
2. Diseño y cumplo horarios para el desarrollo de trabajos y actividades.					
3. Cumplo con los horarios y pautas establecidas para grupos de WhatsApp.					
4. Soy respetuoso con mis padres y/o hermanos que orientan las actividades escolares.					
5. Demuestro interés por las actividades propuestas					
6. Comprendo los contenidos y procedimientos propuestos en la guía					
7. Cuando no entiendo, busco información para mi aprendizaje					
8. Utilizo el conocimiento adquirido las guías para la solución de problemas.					
9. Utilizo libros, e internet para aclarar y/o complementar los temas vistos en la guía					
<b>Suma los resultados totales de esta columna y divide por 9</b>					

<b>TOTAL</b>	
--------------	--

		<b>COEVALUACIÓN</b>				
<b>NOMBRE:</b> _____		<b>GRADO: SEPTIMO</b>		<b>PERIODO: SEGUNDO</b>		
Quién evalúa	ACCIONES A EVALUAR	SIEMPRE (5)	CASI SIEMPRE (4)	ALGUNAS VECES (3)	POCAS VECES (2)	NUNCA (1)
Responde la abuela, primo o tío	Tengo buenas relaciones con los miembros de mi familia.					
Responde la mamá (o Acudiente)	Colaboro en casa con actividades domésticas y de ayuda para mi familia.					
Responde el papá (o acudiente)	Soy respetuoso con mis padres y hermanos.					
Responde un hermano	Es responsable con las actividades asignadas					
Responde un amigo	Le gusta ayudar y aconsejar a alguna persona que lo necesite.					
<b>Suma los resultados totales de esta columna y divide por 5</b>						
<b>TOTAL</b>						



**DEBES ENVIAR TU AUTO EVALUACIÓN Y CO EVALUACIÓN.**



Lic: ARLEY HERNANDEZ  
 Lic: HENRY AMAYA  
 Lic: LUZ DARY BAQUERO  
 Lic: TERESA MARTIN CIFUENTES  
 Lic. MYRIAM GOMEZ GUZMAN

MYRIAM CAICEDO

**FIRMA DOCENTE**

**V.B. COORDINACION ACADEMICA**

