



ÁREA: CIENCIAS NATURALES/ NIVEL PRIMARIO

Segundo Ciclo - Educación para Jóvenes y Adultos

Autora: Cristina Baez

CLASE Nº 3

Contenido:

Rutinas en tiempos especiales

Recorte de contenido:

Reconocimiento de la necesidad de adoptar una actitud responsable frente al cuidado de la salud.

Introducción:

Continuamos trabajando. Ya conocemos cómo cuidarnos y cuidar a nuestros seres queridos ante esta situación mundial del COVID-19, pero... ¿qué pasa con nuestra rutina diaria?

“Mantener rutinas y tener horarios es siempre aconsejable, y también en estas circunstancias excepcionales”.

“En estos momentos, es importante tratar de ser creativos y mantener el buen humor. Permitir a los niños que propongan actividades, pero también sugerirlas los adultos; es muy probable que se muestren reticentes a algunas de las propuestas al principio, en especial los





**APRENDO
EN CASA** 
Trayecto de Continuidad Pedagógica



adolescentes, pero también es probable que muchos acaben accediendo y divirtiéndose”.

Por eso te propongo que compartamos a lo largo de la clase unos consejos para poder estar bien física y mentalmente en este momento tan especial.

Hora de la organización

✚ Antes de comenzar a trabajar, les recordamos la importancia de lavarse bien las manos con agua y jabón para que el virus esté cada día más lejos de nosotros.

✚ Buscá un lugar cómodo, acomodá la mochila con los útiles escolares.

✚ Abrí la carpeta del área y colocá la fecha

✚ Te proponemos que mires y escuches con mucha atención el siguiente video en donde la doctora **María García-Onieva**, pediatra de Atención Primaria y miembro del Comité Ejecutivo de la Asociación Española de Pediatría (AEP), quien proporciona algunas recomendaciones de actuación ante la epidemia de coronavirus:

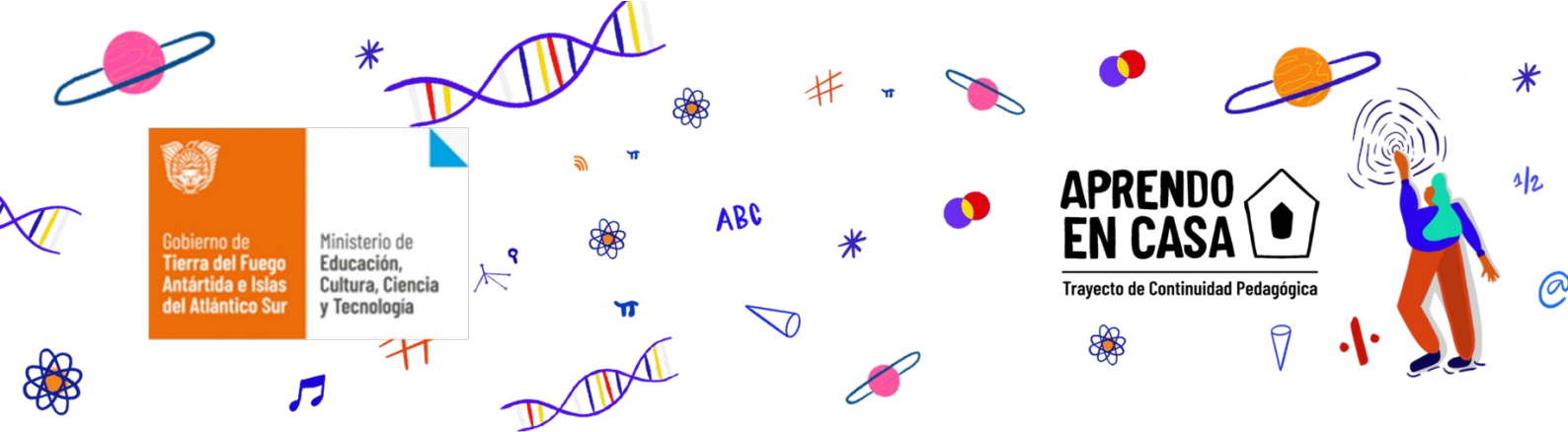
<https://www.youtube.com/watch?v=i35ln8J5b6U&feature=youtu.be>

Actividades:

Luego de ver el video:



<https://educacion.tierradelfuego.gob.ar>
<https://aprendoencasa.tdf.gob.ar>



a) Escribí un resumen sobre las propuestas formuladas por la Dra. María García-Onieva.

b) Manifestá tu opinión sobre lo expresado ante las circunstancias que la Pandemia del Corona Virus nos presenta.

Los medios de comunicación son de vital importancia para poder estar informado por lo que les proponemos **leer la noticia:** "La importancia del cuidado de la salud mental durante el aislamiento social"

<https://www.lacapitalmdp.com/coronavirus-la-importancia-del-cuidado-de-la-salud-mental-durante-el-aislamiento-social/>

Según lo leído, prolijamente en la carpeta, contestá las siguientes preguntas:

- a) ¿Por qué el reportero gráfico no está en su casa?
- b) ¿Qué Organización nos da estas recomendaciones?
- c) ¿Qué significa empático?
- d) ¿Cómo podemos mantener el círculo social?
- e) ¿A qué se refiere con aislamiento social, preventivo y obligatorio?

Recordando el mensaje de la noticia deben colocar las palabras que faltan en las oraciones que luego serán las **Referencias del Anagrama** que les proponemos completar.

Referencias

- A** - Procesa poco a poco los _____.
- I** - Dedicar el tiempo justo a las emociones _____.
- S** - Cuida de ti _____.
- L** - Haz _____ respecto a cómo afrontar las situaciones de emergencia.
- A** - No tomes decisiones basándote en el _____.
- M** - Los pequeños de la casa también deben estar _____.
- I** - Intenta aprovechar y _____ de los aspectos positivos.
- E** - Practica la resolución de _____ en tus relaciones personales.
- N** - La _____ es tu mejor aliada.
- T** - Mantén el _____ con quienes no están en tu casa.
- O** - El _____ también es importante.



Anagrama

— A — — — — —
— — — — — I — — — — —
— — S — — — — —
— L — — — — —
— A — — — — —
— — — — — M — — — — —
— I — — — — — — — — — —
— — — — — E — — — — —
— — — — — N — — — — —
— — — — — T — — — — —
— O — — — — —

Desde la **Unicef**, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (un organismo de la Organización de las Naciones Unidas que tiene como objetivo promover la defensa de los derechos de los niños, suplir sus necesidades básicas y contribuir a su desarrollo) han elaborado una cartilla donde nos aconsejan diez acciones que no deberían faltar en nuestra rutina cotidiana.

10 TAREAS DE LA RUTINA DIARIA FAMILIAR PARA AFRONTAR EL AISLAMIENTO

unicef 
unicef.es/educa

Para los niños, niñas y adolescentes, sentir que ellos también están movilizados contra la pandemia del COVID-19 les integra como ciudadanos y les hará saber que se cuenta con ellos para el futuro más próximo.

1 Jugar 	2 Tiempo con sus amistades 
3 Estudiar 	5 Tareas domésticas 
4 Ejercicio 	6 Leer 
7 Higiene personal 	8 Hablar con la familia 
9 Comida saludable 	10 Tiempo libre 

#educaDerechos #educaCOVID19

<https://www.unicef.es/educa/blog/10-tareas-rutina-diaria-familia>

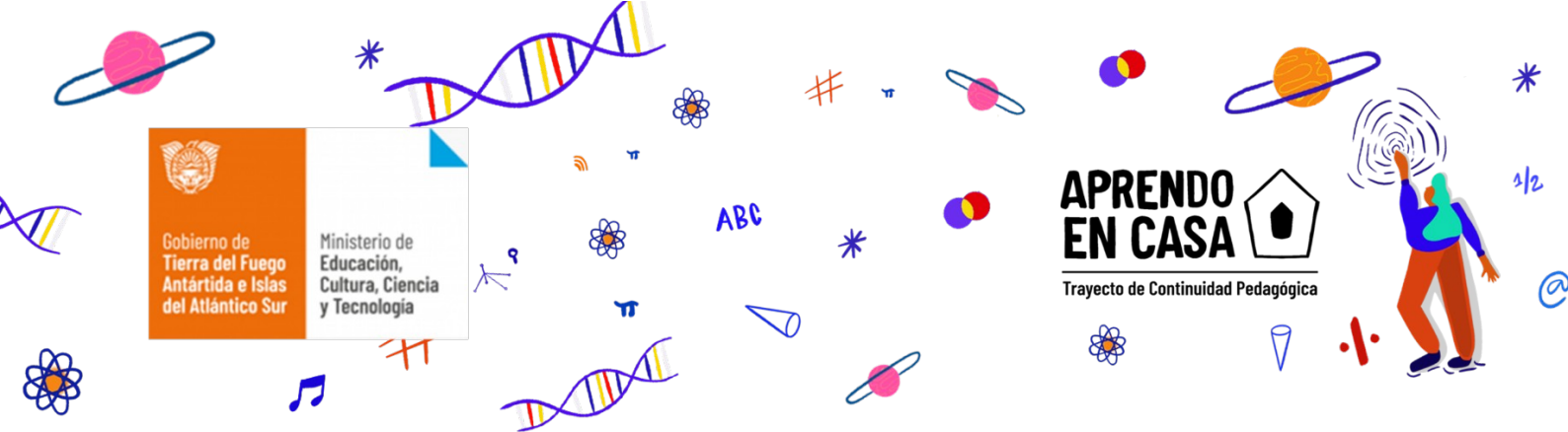
Para Finalizar

Quedarnos en nuestro hogar puede determinar nuestro futuro. El cuerpo y la mente hoy son el tesoro más preciado.

#YoMeQuedoEnCasa

#QuedateEnCasa





¡Nos vemos la próxima clase!

BIBLIOGRAFÍA, FUENTES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

- Asociación Española de Pediatría. (14 de marzo de 2020)
Recomendaciones de la AEP, para las familias frente al coronavirus
[video] Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=i35ln8J5b6U&feature=youtu.be>
- Diario On -Line: **La Capital**- Mar del Plata. (30 de marzo de 2020) *La importancia del cuidado de la salud mental durante el aislamiento social.* <https://www.lacapitalmdp.com/coronavirus-la-importancia-del-cuidado-de-la-salud-mental-durante-el-aislamiento-social/>
- UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia) (2020)
Educación contra el coronavirus: 10 tareas de la rutina diaria.
<https://www.unicef.es/educa/blog/10-tareas-rutina-diaria-familia>

