

TELESECUNDARIA 61
ACTIVIDADES EN CASA
CLUB: "SALUD Y BELLEZA"
PROFESORA. MARTHA KARINA DÍAZ GARCÉS.
04 de Mayo al 08 de Abril del 2020.

TELESECUNDARIA 61
ACTIVIDADES EN CASA
CLUB: "SALUD Y BELLEZA"
PROFESORA. MARTHA KARINA DÍAZ GARCÉS.

Para todas las actividades que serán realizadas será necesaria su evidencia, teniendo 2 formatos posibles para su entrega y realización, debes elegir sólo uno y ese será el que se entregue en la primera clase presencial que tengamos.

1. El primer formato consta de una USB (MEMORIA) Que esté nombrada con su nombre completo y grado. *Ejemplo. JOSELYN SÁNCHEZ HERRERA 3^ºA.*
Dentro de esta USB crearás una carpeta que este nombrada como: CLUB SALUD Y BELLEZA, posteriormente según las actividades que vayas realizando pondrás todos los archivos por nombre de actividad y orden en el que se pedirán.
2. El segundo formato constará de un Folder tamaño carta el cual tendrá en su portada:
Nombre completo de la alumna
Grado y grupo que cursa
CLUB SALUD Y BELLEZA
Y el título: EVIDENCIAS DE TRABAJO EN CASA.
Dentro de este folder irás agregando todas las actividades que se pidan, en el orden en que se pedirán, con el título de la actividad, en hojas blancas y con letra legible y buena presentación.
3. Este punto es para aclarar que se deberá mandar al grupo de Facebook o de Whatsapp de la Telesecundaria por mensaje privado, 1 foto del momento de la realización de cualquiera de las 3 actividades que se piden, esto para pasar lista y tener evidencia de que trabajan en tiempo y forma y así cumplir con el 100% de la calificación. Sino es mandada en tiempo y forma, se contarán todas las actividades con mitad de calificación.
Al mandar la foto poner en el mensaje directo: Envío evidencia de la actividad (y la que estés realizando, en donde en la imagen se vea claramente que realizas esa actividad) Nombre completo y grupo.

ACTIVIDAD 4. PLATO DEL BUEN COMER

Para esta actividad vamos a necesitar **escoger** una comida del día, puede ser: desayuno, comida o cena. (Sólo una)

Vamos a hacer en nuestras casas, basándonos en el plato del buen comer, **una** de estas comidas con nuestras propias manos.

Se calificará la **cantidad correcta** de los ingredientes que elijan según el semáforo del plato del buen comer (lo más sano posible), la presentación de su plato (como se ve), y la elaboración (que se vea claro y limpio).

Se enviará el video al Whatsapp o Facebook del momento en el que lo estén preparando, si no es posible grabar el video, entonces las fotos del proceso de preparación de su platillo. Estas las guardarán en su usb, o imprimirán las fotos para la el folder, según las instrucciones de los primeros puntos de este documento, lo que hayan elegido para la entrega.

Si escogen hacer el video, deben de ir explicando porqué esos ingredientes y esas cantidades, según el semáforo del plato del buen comer.

Y si escogen fotos, en un documento de Word explican lo mismo escrito y con las fotografías.

EJEMPLO:

“ ESCOGÍ EL DESAYUNO, PORQUE PIENSO QUE ES IMPORTANTE PARA INICIAR LA EL DÍA, PONDRE MEDIO PLATANO PORQUE EN EL PLATO DEL BUEN COMER, DICE QUE POCA CANTIDAD DE FRUTA, MÁS CEREAL Y MENOS PROTEINA” ... (Esto es un ejemplo, no es real y no deben repetirlo) .

ACTIVIDAD 5. CUESTIONARIO CLUB SAUD Y BELLEZA

Para esta actividad, lo único que necesitamos es reflexionar un poco y responder las siguientes preguntas.

1. ¿Qué es la belleza para mí?
2. ¿Qué significado tiene para mi estar sana?
3. ¿Es importante para mí ser bella? Y ¿Porqué?
4. ¿Qué he aprendido en este CLUB: "Salud y belleza" que antes no sabía?
5. ¿Es importante cuidar nuestro alimento diario y por qué?
6. ¿Qué enfermedades podemos tener si no cuidamos nuestra salud bucal?
7. ¿Por qué es importante bañarme todos los días?
8. ¿Cómo relaciono yo la belleza con la salud / sanidad?

ACTIVIDAD 6. SALUD

Para la siguiente actividad necesitamos investigar por diferentes medios y responder las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es el COVID- 19?
2. ¿Cómo sé de esta enfermedad?
3. ¿De dónde viene?
4. ¿Cómo se transmite?
5. ¿Cuáles son sus síntomas?
6. ¿Cuáles son los 3 países con más muertes de esta enfermedad?
7. ¿Qué mitos, “chismes”, o cosas he escuchado acerca de esta enfermedad, tanto en la tele, como en casa, con mis amigos, internet, etc.?
8. ¿Conozco a alguien cercano que tenga esta enfermedad?
9. ¿Qué opinión tienes tu acerca de todo este tema del COVID 19?
10. ¿Cómo me estoy cuidando?
11. ¿Cómo estoy cuidando de los demás?