

Semana del 20 al 24 de abril de 2020

Área de Formación: castellano

Se define a la tradición oral como todas aquellas expresiones culturales que se transmiten de generación en generación y que tienen el propósito de difundir conocimientos y experiencias a las nuevas generaciones. Forma parte del patrimonio inmaterial de una comunidad y se puede manifestar a través de diferentes formas habladas, como por ejemplo: cantos populares, cuentos, mitos, leyendas, poesía, entre otros

Características: La tradición oral posee dos elementos principales:

- .- La identidad cultural: que es la forma en cómo se concibe una comunidad con respecto de otras comunidades.
- .- La memoria colectiva: son acontecimientos que son parte de la historia de una comunidad y que ayuda a definirse ante otras comunidades. Tiene la finalidad de ser transmitida para reafirmar su identidad comunitaria.

Los mensajes o los testimonios se transmiten verbalmente, a través del habla o la canción y pueden tomar la forma, por ejemplo, de cuentos populares, refranes, romances, canciones o cantos. De esta manera, es posible que una sociedad pueda transmitir la historia oral, la literatura oral, la ley oral y otros conocimientos a través de generaciones sin un sistema de escritura.

Otras características son:

- .- Sencillez: Los mensajes suelen ser sencillos en el fondo y la forma. No presenta demasiados convencionalismos ni artificios, porque surgen espontáneamente como expresión de un sentir general. Pese a esto suelen presentar una curiosa efectividad poética.
- .- Brevedad: Las composiciones tienden a ser breves para que se puedan captar fácilmente y por eso a veces se llega a una condensación quizás excesiva, en el afán de reducir y eliminar lo superfluo.
- .- Anonimia (Calidad o condición de la obra que es anónima): Hay un creador inicial, un individuo especialmente dotado que interpreta y expresa el sentir del pueblo. Otros individuos a través del tiempo van rehaciendo la obra que se considera un bien común a disposición de la comunidad.
- .- Variantes: Es frecuente que este tipo de narraciones o expresiones orales al ser reproducida en infinidad de ocasiones se vayan modificando o deformando con el paso de los años. Como consecuencia aparece variantes de una misma historia.

Importancia: La tradición oral es la madre de los textos actuales, en el principio de la historia no había con que escribir, así que los hechos acontecimientos y explicaciones que los hombres necesitaban tener del mundo se hicieron públicas a través de la tradición oral.

Tipos de texto de narración oral: Algunos son:

*- Mitos: Es una narración que describe y retrata en lenguaje simbólico el origen de los elementos y supuestos básicos de una cultura. Es un relato de hechos maravillosos protagonizado por personajes sobrenaturales (dioses, semidioses, monstruos) o extraordinarios (héroes).

*- La Leyenda: es una narración tradicional o colección de narraciones relacionadas entre sí de hechos imaginarios pero que se consideran reales. A veces se da una mezcla de hechos reales y de ficción, aunque se parte de situaciones históricamente verídicas. La palabra procede del latín medieval *legenda* y significa lo que ha de ser leído.

*- La adivinanza: Es un tipo de acertijo con enunciado, generalmente en forma de rima. Se tratan de enigmas sencillos en los que se describe una cosa de forma indirecta para que alguien lo adivine. En el enunciado se incluyen pistas para su solución. Muchas adivinanzas están dirigidas al público infantil, con un componente educativo, para representar tradiciones y conceptos básicos como animales, frutas o toda clase de objetos. Las adivinanzas se plantean en diferentes formatos de métrica y composición, si bien son comunes los versos octosílabos, las estrofas de dos o cuatro versos y las rimas asonantes y consonantes.

Área de Formación: Orientación y Convivencia

Declaración de Derechos Humanos

TÍTULO I.- DIGNIDAD

Artículo 1. Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos...

Artículo 2. Toda persona tiene los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política...

Artículo 3. Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

Artículo 4. Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre; la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

Artículo 5. Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

TÍTULO II.- LIBERTADES

Artículo 6. Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.

Artículo 7. Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley.

Artículo 12. Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra y su reputación.

Artículo 13. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de cada Estado.

Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso del propio, y a regresar a su país.

Artículo 19. Toda persona tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye no ser molestada a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión.

TÍTULO II.- Libertades

Artículo 26. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación será gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y a las etapas fundamentales. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser accesible en general y el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales. Promoverá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos raciales o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

Artículo 27. Solidaridad Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.

Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

Área de Formación: Educación Física

Observaciones:

- ✓ Esta clase contiene una serie de ejercicios secuenciales con y sin implementos.
- ✓ Realizar un mínimo de 3 veces por semana combinando la rutina ya presentada.

- ✓ Simplemente se necesita tener buena aptitud, constancia y mucha disciplina. A partir de ahí, la ruta se traza y el destino se acerca cada día.

- ✓ Realizar la postura correcta al momento de la ejecución de cada ejercicio.

- ✓ Para iniciar se recomienda que en cada sesión se realice en los ejercicios de repeticiones de 10 a 12 ejecuciones y si es por tiempo y máximo de 20 a 30 segundos.

- ✓ Si ejecutas de manera disciplinada tú mismo cuerpo comenzara a condicionarse y te solicitará más repeticiones, para ello te invito a pedir orientación al docente, así evitaras una lesión innecesaria.

- ✓ Cada sesión de clase puede tener una duración de 15 a 20 minutos según sea el ritmo de ejecución.

- ✓ Sumamente importante, mantenga una hidratación constante, repito trabaja a Tú Ritmo, así evitaras mareos, náuseas y descompensaciones innecesarias.

- ✓ Cada semana se estará actualizando la rutina de entrenamiento "atento".

- ✓ Por último y no menos importante, cumple siempre los 3 momentos del entrenamiento:
 1. Acondicionamiento Neuromuscular o Entrada en calor
 2. Sesión de ejercicios según lo asignado ejecutándolo a tu ritmo.
 3. Finalmente la elongación muscular estiramiento o vuelta a la calma.

Importante: Reto transformando mi cuerpo en 30 días. Al finalizar de cada una de las actividades por días, deberán realizar "un tipo diario de actividades" ya sea de forma dibujada, escrita, anecdótica o pegar recortes donde expliquen cómo se sintieron en cada una de las sesiones. Puedes tener dos puntos adicionales evidenciando a través de un video, con un tiempo de duración máxima de 30 segundos puedes enviar al correo: argenisc.5@gmail.com o [Whatsapp](#).