

Colegio Villa Flor

Guía #3 de A.E.P 2do grado

Asignatura: A.E.P **Nivel:** 2do grado **Nombre del profesor:** Martha Ivania Laguna Castro
Datos de Contacto: lagunagastro@gmail / 8726-3798 **Fecha de entrega al maestro:** 12 de junio
Puntaje: 35 pts

Tema: Amor a la vida y a la madre/ relajación y amor propio

Logros de aprendizajes

Genera ideas emprendedoras de tipo social al diseñar dibujo propio fortaleciendo su autonomía, autoestima, comunicación y razonamiento lógico.

Forma de evaluación: a través de guías escritas e interacción a distancia.

Introducción

Queridos padres de familia y adorados alumnos, tengan un bello día. Gracias a Dios por darnos la oportunidad de estar trabajando juntos, a pesar de la situación de pandemia que estamos atravesando, podremos superar con sabiduría este y cualquier obstáculo. Les remitimos esta guía de actividades para no ver afectado el desarrollo académico de nuestros pequeños.

Relajación: No siempre sabemos respirar bien. A veces respiramos muy rápido, tomamos muy poco aire en cada inhalación y ello nos obliga a hacerlo varias veces y de forma arritmica (acelerada). Todo ello se traduce en mayor sensación de cansancio, dolores de cabeza frecuentes y en un mayor impacto del estrés y la ansiedad en nuestro organismo. Por eso, se vuelve muy importante enseñarles a nuestros niños formas sencillas de relajación y respiración correcta.

Actividad 1:

Antes de realizar cualquier actividad de estudio (preferiblemente en la mañana) haremos la rutina de “hinchar un globo muy grande”

¿Cómo lo hacemos?

Siente a su niño cómodamente en una silla con la espalda recta.

Ahora les explicaremos que el juego consiste en hinchar un globo invisible, un globo de colores que debe ser muy muy grande. Para ello, deben coger aire por la nariz (3 a 4 segundos) y después exhalarlo. Deben imaginar cómo se hincha el globo y cómo se va haciendo cada vez más grande. (ejercicio puede ser de 2 a 5 minutos)

Nota: es necesario corregir e indicarles a los niños que el aire se coge por la nariz y no por la boca mientras el vientre se hincha. Luego deben exhalar frunciendo los labios como si tuvieran en la boca ese globo de colores gigante.

Esto ayudará a que nuestros niños villaflorenses se relajen y concentren mejor para el estudio.

Actividad 2:

Sabemos que cada niño es único, especial y confiamos en su talento. Queremos que los niños desplieguen todo su potencial para que sean personas más felices, relajadas y realizadas.

- Ayuda a tu hijo o hija a crear un dibujo alusivo al día de la Madre. Queremos que se use la imaginación y creatividad de forma libre, a través de un diseño propio del alumno, donde se exprese el amor y cariño hacia la madre o tutor. Usa los colores y formas que más te gusten.
- Mientras haces el dibujo, escucha la **música** de tu agrado. Te recomendamos que experimentes música instrumental.