



**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

**ACTIVIDADES EN CASA**

EDUCACIÓN ESPECIAL

# ACTIVIDADES EN CASA

## EDUCACIÓN ESPECIAL



**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

# ACTIVIDADES EN CASA

EDUCACIÓN ESPECIAL

|              |                      |             |                       |                          |                                     |
|--------------|----------------------|-------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------------------|
| <b>Nivel</b> | Preescolar           | <b>Tema</b> | Me conozco y me cuido | <b>Tiempo aproximado</b> | 15 a 20 minutos para cada actividad |
| <b>Área</b>  | Habilidades sociales |             |                       | <b>Fecha</b>             |                                     |

**Comencemos**

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Descripción de la sesión</b> | Reforzar datos que me identifican como persona, con otras personas, ubicar mi domicilio, en la comunidad y trayecto a la escuela, e identificar a familiares cercanos.<br>Realizar medidas básicas de higiene, alimentación y cuidado personal.   |
| <b>Materias a reforzar</b>      | Español: ubicar e identificar anuncios y señales que están cerca de su domicilio, como mercados, tiendas de servicio, parques, etc.<br>Identificar y escribir nombre completo<br>Psicomotricidad: recortar imágenes alusivas al cuidado personal y salud.<br>Matemáticas: medición de distancias en pasos cortos y largos en distintos lugares dentro del hogar o algún punto de seguridad en casa. |
| <b>Materiales</b>               | <ul style="list-style-type: none"><li>• Revistas, folletos con imágenes, etc.</li><li>• Lectura impresa o digital de Paco el chato de libro de texto 1º</li><li>• Hojas blancas, cartoncillo, cuaderno, lápiz, plumones, etc.</li></ul>   |

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Hagámoslo</b> | Leer la lectura "Paco el chato" (localizada por internet), realizar preguntas acerca de lo que opina al respecto de teléfono, etc. Pegar una foto de sí mismo con sus datos personales.<br>Ayudar a que identifique su nombre completo y lo pueda escribir. Apoyándose de un cuaderno y hojas de cartoncillo con su nombre escrito.<br>- Identificar cuáles serían actividades de higiene y hacer un collage de imágenes de lo que se debe hacer para preservar la higiene personal |
|------------------|---|

**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

# ACTIVIDADES EN CASA

EDUCACIÓN ESPECIAL

**Terminemos**

Colocar en un lugar visible todas las actividades realizadas y constantemente estar reforzándolas. Por ejemplo: su nombre completo escrito en un cartoncillo, foto con datos personales, collage de medidas de higiene 1.-higiene personal.

**Actividades para realizar en casa  
Educación especial**

|              |                         |             |  |                          |                    |
|--------------|-------------------------|-------------|--|--------------------------|--------------------|
| <b>Nivel</b> | Educación especial      | <b>Tema</b> | Estilo de vida saludable con una buena alimentación. | <b>Tiempo aproximado</b> | De 20 a 30 minutos |
| <b>Área</b>  | Educación para la salud |             |  | <b>Fecha</b>             |                    |

**Comencemos**

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Descripción de la sesión</b> | Fomentar el cuidado del cuerpo, con un adecuado estilo de vida saludable, lo que implica una buena alimentación para el ser humano.               |
| <b>Materiales necesarios</b>    | Frutas y verduras, cereales, leguminosas, alimentos de origen animal, imagen del plato del buen comer y la jarra del buen beber, cuaderno, lápiz. |

**Hagámoslo**

- Los padres de familia hablarán con el niño de los estilos de vida saludables como la alimentación que es vital para que el cuerpo tenga energía y se mueva, por medio de la imagen revisarán los alimentos y en qué grupo se encuentran, para qué sirven, los niños pueden ir identificando cuáles han comido cada día y cuáles tienen en el refrigerador, también es necesario hablar de los alimentos chatarra ya que estos alimentos no aportan nutrientes a nuestro cuerpo y por qué?

**Terminemos**



**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

# ACTIVIDADES EN CASA

EDUCACIÓN ESPECIAL

- Cuando los padres preparen la comida incluirán al niño para que observe si los alimentos son saludables y al grupo que pertenecen, entre todos harán la comida, el niño dibujará en su cuaderno las verduras, carnes, frutas que se incluyó en el platillo y la manera en que se preparó la comida, con un dibujo del platillo ya terminado.

## Actividades para realizar en casa Educación especial

|              |   |             |                 |                          |  |
|--------------|---|-------------|-----------------|--------------------------|--|
| <b>Nivel</b> | Primaria  | <b>Tema</b> | Elijo mi comida | <b>Tiempo aproximado</b> | 20 a 30 min.<br>1 o 2 veces por semana |
| <b>Área</b>  | Habilidades adaptativas<br>Vida en el hogar / autocuidado/ académicas |             |                 | <b>Fecha</b>             | Abril-2020                             |

### Comencemos

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Descripción de la sesión</b> | Durante esta sesión buscaremos que nuestro hijo se involucre en la elaboración de alimentos sencillos, con el fin de desarrollar en él una serie de habilidades (conteo, clasificación, reparto, atención, permanencia, autocuidado, independencia, etc.) Que impactarán en distintas áreas, principalmente involucrarlo en actividades que impactarán en el beneficio y convivencia familiar.            |
| <b>Materiales necesarios</b>    | Lo principal es decidir qué es lo que se quiere cocinar, esto puede ser desde un sándwich hasta un pastel o galletas.<br>Una vez que se decide la receta a elaborar, el adulto deberá supervisar que cuente con lo necesario en casa para llevarla a cabo, no olvidemos que trataremos siempre de ajustarnos a los ingrediente con que contemos en casa, para evitar hacer compras extras o no previstas. |

### Hagámoslo

**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

# ACTIVIDADES EN CASA

EDUCACIÓN ESPECIAL

1. Una vez que se decidió cual será la receta a realizar, pediremos al niño que elabore una lista de materiales necesarios.
2. En ella deberá incluir el nombre de la receta, ingrediente y cantidades, mamá apoyará supervisando que se escriba lo mejor posible, cuidando que sea legible, que utilice espacios y renglones correctamente, y en caso de que el niño no logre la escritura, podremos realizarlo mediante dibujos o recorte.
3. En esa lista deberá incluirse las cantidades de manera que sea fácil para el niño contabilizarlas, por ejemplo, 3 rebanadas de jamón, 6 piezas de pan de barra, 1 tomate, etc.
4. Después realizará los pasos de forma muy breve y sencilla de cómo se realizará, en caso de elegir un pastel, el niño deberá de localizar en que parte de la caja están las instrucciones y mamá ayudará leyéndolas y apoyándolo para seguirlas.
5. Con la lista realizada, el adulto y el niño tendrán que buscar en la cocina los ingredientes que anotaron anteriormente y pedir que vaya tachando cada cosa que fue encontrando.
6. Con todos los ingredientes sobre la mesa, el niño podrá hacer una revisión rápida guiándose en su lista e iniciar la elaboración de su receta.
7. Platicar adulto y niño como la elaborarán, guiándose en su plan anteriormente elaborado, permitir que el niño planee la elaboración y solicite la ayuda necesaria, si lo requiere, el adulto únicamente será el supervisor y de ser necesario brindará el apoyo.
8. Si durante la preparación del alimento el niño se enfrenta con alguna dificultad (cortar algún alimento muy duro, utilizar pelapapas, licuadora, batidora, etc.), el adulto podrá dar sugerencias para que el niño busque la que pueda realizar con mayor facilidad.
9. Una vez que la preparación fue terminada, el niño deberá volver a ordenar su área de trabajo, recordar donde se guarda cada ingrediente (si es necesario explicar que algunos alimentos son perecederos y deben guardarse en el refrigerador, para volver a utilizarse) asear mesa y lavar los utensilios utilizados.
10. Al finalizar la receta, se felicitará al niño por su esfuerzo tanto de preparación como de limpieza de área y se buscará que la receta elaborada se disfrute en compañía de la familia, conversando de la experiencia.

## Terminemos

Es muy importante recordar que esta actividad tiene como objetivo, además de los de aprendizaje relacionado a lo académico (escritura, conteo, cálculos, etc.), la convivencia sana entre miembros de la familia, la distracción del niño para evitar uso excesivo de video juegos o aparatos electrónicos y principalmente el desarrollo de habilidades que le permitan ser cada vez más independiente e irse preparando para su vida adulta.



**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

# ACTIVIDADES EN CASA

EDUCACIÓN ESPECIAL

|                          |                                    |             |                   |                          |            |
|--------------------------|------------------------------------|-------------|-------------------|--------------------------|------------|
| <b>Nivel</b>             | Taller de repostería               | <b>Tema</b> | Quequitos caseros | <b>Tiempo aproximado</b> | 45 minutos |
| <b>Área a favorecer:</b> | Habilidades prácticas en el hogar. |             |                   | <b>Fecha</b>             |            |

## Comencemos

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Descripción de la sesión</b> | Las alumnas elaborarán con apoyo/observación del padre/madre de familia, la receta de quequitos, tal y como lo realizan en clase. Cuidando siempre su higiene, reuniendo materiales, elaboración de mezcla, horneado y decorado. |
| <b>Materiales necesarios</b>    | Harina de sabor, huevos, agua/leche, aceite, papelitos p/quequitos, taza medidora, recipiente, batidora, cuchara, horno y crema para decorar.  |

## Hagámoslo

1. Pedir a la alumna que reúna los materiales mencionados anteriormente.
2. Lavarse las manos, si en casa tiene, mandil, cubre boca y cofia favor de pedirle que los coloque, de lo contrario, mantener la higiene en todo momento y recoger el cabello completamente.
3. Pedirle a la alumna, vacíe en el recipiente, la harina, huevos (con apoyo), leche/agua, aceite.
4. Batir hasta incorporar completamente todos los ingredientes.
5. Colocar los papelitos para quequitos en los moldes, después, con una cuchara llenar  $\frac{3}{4}$  del papelito con la mezcla.
6. Se llevarán los moldes al horno y con apoyo de mamá se prenderá a  $180^{\circ}$  y se horneará de 25-30 minutos.
7. Una vez ya listos, sacarlos del horno y dejarlos enfriar de 5 a 10 minutos.
8. Por último, decorarlos a su gusto.

## Terminemos

¡Listo, a probarlos!!!

Preguntarle a la alumna:

1. ¿te gustó hacer recetas de la escuela, en casa?



2. ¿fue fácil?
3. ¿quedaron ricos?

### Actividades para realizar en casa Educación especial

|              |                                   |             |               |                          |  |
|--------------|-----------------------------------|-------------|---------------|--------------------------|--|
| <b>Nivel</b> | Cam y/o usar                      | <b>Tema</b> | Hora de comer | <b>Tiempo aproximado</b> | 30 min. Diarios, dos o tres veces al día |
| <b>Área</b>  | Habilidades prácticas en el hogar |             | <b>Fecha</b>  |                          |  |

#### Comencemos

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Descripción de la sesión</b> | Poner la mesa  |
| <b>Materiales necesarios</b>    | Cubiertos (cuchara, tenedor y cuchillo), servilletas, platos, vasos. |

#### Hagámoslo

Le su hijo(a) ayude en las diferentes tareas del hogar, dándole responsabilidades de acuerdo a su edad, su capacidad de atención y sus habilidades, divídale las tareas en pasos, en esta actividad: poner la mesa, pídale primero sacar la cantidad de servilletas, después ponerla en cada puesto, hacer lo mismo con los cubiertos, uno por uno, siempre explicándole paso por paso lo que debe de hacer, demuéstrele cómo hacerlo, ayúdele cuando sea necesario.

#### Terminemos

Realizar esta rutina según estime necesario para que su hijo(a) le ayude a poner la mesa cada vez que se sirvan los alimentos.

**SE**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

# ACTIVIDADES EN CASA

EDUCACIÓN ESPECIAL

|                                      |                       |             |                   |                          |                 |
|--------------------------------------|-----------------------|-------------|-------------------|--------------------------|-----------------|
| <b>Nivel y grado</b>                 | Preescolar y primaria | <b>Tema</b> | Inicio mi huerto. | <b>Tiempo aproximado</b> | 15 min. Por día |
| <b>Asignatura/campo de formación</b> | Mundo natural         |             |                   | <b>Fecha</b>             |                 |

## Comencemos

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Descripción de la sesión</b> | Con ayuda del papá o la mamá, el niño sembrará semillas para que conozca el proceso de crecimiento de las plantas. Además de conocer los cuidados que necesitan. |
| <b>Materiales necesarios</b>    | Semillas en buen estado, frasco de vidrio con boca ancha, algodón, agua, tierra, maceta, pala.   |

## Hagámoslo

1. Coloca algodón en el recipiente de cristal, evita aplastar el algodón.
2. Coloca las semillas con cuidado en diferentes partes del frasco, evita que queden pegados o que queden en el fondo
3. Agrega agua con cuidado para humedecer el algodón. Evita que sea en exceso
4. Coloca el frasco cerca de la luz, por ejemplo, en una ventana
5. Una vez que la planta haya crecido es momento de sembrarla en tierra en una maceta un poco más grande y se le colocará abono hecho a partir de desechos del hogar, como por ejemplo hojas, cáscaras de huevo, conchas y restos de frutas o vegetales, borra de café, etc.

## Terminemos

Durante todo el proceso se le explicará al niño cuál es la función de las plantas, por qué es importante cuidarlas, darles agua y luz solar, además de limpiar sus hojas y colocarles el abono. Estas actividades permiten que los niños valoren más a la naturaleza y que se interesen por su preservación. Nuestro proyecto podrá seguir los días que estemos en casa.





**SE**

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**

---

**GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA**