

MIS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE: ENTRE LO QUE EXTRAÑO Y LO QUE VOY DESCUBRIENDO



Z SECTION

COMUNICACIÓN-WEB

3RO-ZETA SECTION

Leemos y reflexionamos sobre el tiempo libre y su aporte al bienestar de las y los adolescentes (DÍA 1)

Desde que empezó la emergencia sanitaria, como parte del cumplimiento de las normas, dejamos de realizar algunas actividades que formaban parte de nuestros pasatiempos y tiempo libre. Es posible, también, que en el tiempo de cuarentena y distanciamiento social descubrieras otras actividades que puedes considerar dentro de este grupo.

Ahora, nos encontramos en la “nueva convivencia social”, de ahí que las actividades sociales y económicas se están retomando paulatinamente, dependiendo de la evolución de la pandemia y el comportamiento de la ciudadanía. En este contexto, es muy probable que dentro de poco puedas volver a realizar algunas actividades que extrañas y quizá quieras mantener, como parte de tu rutina, algunas de las actividades que descubriste en la cuarentena. Cualquiera sea el caso, necesitarás identificarlas y reconocerlas para que puedas adaptarlas a los cambios.

Las preguntas que te ayudarán a lograr el reto, y cuyas respuestas irás elaborando en las actividades de esta experiencia, son:



- ¿Cuáles son las actividades que has dejado de realizar y extrañas?

R: Bueno, yo deje de ir a mis ensayos de baile y canto y ya no tengo el tiempo suficiente para asistir a las clases virtuales.

- ¿Cuáles son las actividades que has descubierto en este tiempo de distanciamiento social y que ahora disfrutas?

R: Pues yo retome con la practica del dibujo y escritura que deje antes.

- ¿Qué medidas o acciones tendrás en cuenta para adaptar, retomar o mantener las actividades que te guste realizar en tu tiempo libre?

R: Pues tendré un organizador u horario para ordenar mis actividades y en que tiempo las realizare.

RETO DE LA SESIÓN



Escribir un reporte dando a conocer las actividades que dejaste de realizar, las que has descubierto y lo importante que son para ti. Todo esto con el fin de motivar a adolescentes como tú a descubrir, reconocer y valorar sus actividades de tiempo libre, y la capacidad que tienen para adaptarse a los cambios.

Para lograr alcanzar el reto planteado en esta semana, leerás y reflexionarás sobre la importancia del tiempo libre en la adolescencia. La próxima semana, planificarás y escribirás un reporte sobre tus actividades de tiempo libre. Luego, lo revisarás y corregirás, así lograrás obtener la versión final de tu reporte.

Tu texto deberá cumplir los siguientes criterios:

Mi reporte responde al propósito, público, registro y estructura establecidos en la planificación del texto.

Mi reporte presenta la descripción de las actividades de tiempo libre que extraño realizar y de aquellas que he descubierto en este tiempo de distanciamiento social.

Las ideas son claras, concretas y presentan emociones, sentimientos y gustos.

Las ideas que presento en la introducción, el desarrollo y las conclusiones de mi reporte se escriben con cohesión y coherencia.

Utilizo adecuadamente los recursos ortográficos y gramaticales.

♦ Lee nuevamente el texto de la situación que te presentamos para esta experiencia y responde:

¿Qué es el tiempo libre?

Es el tiempo sin labores del hogar o escolares que tenemos, el momento que tenemos sin ninguna obligación.

¿Qué acciones realizas en tu tiempo libre? ¿Estas actividades las decides tú?

Bueno, ahora me estoy dedicando un poco mas a lo que es la practica del dibujo y la pintura, la practica del lettering y más manualidades.

¿Qué otras actividades te gustaría realizar en tu tiempo libre?

Practicar otra vez lo que es el canto y la percusión de instrumentos.

Ubica el texto del “Recurso 1: El uso del tiempo en la adolescencia” (disponible en la sección “Recursos” de esta plataforma).

- Antes de iniciar tu lectura en detalle, realiza lo siguiente:

Leyendo solo el título del texto, responde a la pregunta, ¿de qué tratará?

R: De que forma los adolescentes utilizan su tiempo libre.

Ahora, antes de iniciar la lectura detallada del texto, elabora 5 preguntas que quieras que el texto te responda. Toma como base el título del texto para formular tus preguntas. Si el título es: “El uso del tiempo en la adolescencia”, ¿qué respuestas quieres que tenga para ti?



1. ¿Cómo se usaba el tiempo libre antes de la cuarentena?
2. ¿Qué podemos hacer para organizar mejor nuestro tiempo?
3. ¿Cómo los adolescentes están distribuyendo su tiempo en esta coyuntura social?
4. ¿Cómo afecta a los adolescentes que su tiempo libre no sea como antes?
5. ¿Cómo se relacionan el bienestar con el tiempo libre de los adolescentes?

Lee cada párrafo y toma nota de las ideas principales. Al terminar la lectura, recupera las preguntas que elaboraste al inicio, aquellas que escribiste para que el texto te dé respuestas. Vuelve al texto y busca las respuestas. Evalúa si el texto pudo darte las respuestas que esperabas. Puedes apoyarte en lo siguiente:

- ¿El texto respondió todas mis preguntas? ¿Por qué?

R: Sí, por que el texto me brindo una buena información para resolver mis interrogantes.

- ¿Qué tipo de preguntas se quedaron sin respuesta? ¿Por qué crees que sucedió esto?

R: Yo creo que ninguna ya que había algunas que se respondían con un nivel inferencial de la lectura.

IDEAS PRINCIPALES

- Párrafo 1: Según algunos estudios realizados las actividades que realizaban los adolescentes era asistir a la escuela y los deberes en el hogar. Y tenían su tiempo de recreación.
- Párrafo 2: Del bienestar a la salud que causa el buen uso del tiempo libre.
- Párrafo 3: Que el tiempo libre no es solo el momento donde estamos libres de obligaciones, sino que también ayuda a nuestro bienestar con la sociedad.
- Párrafo 4: El tiempo es donde podemos mejorar nuestra calidad de vida con la sociedad, donde podemos desarrollar nuestra capacidad de autonomía.
- Párrafo 5: Que hay ligeros reconocimientos, pero no fortalecidos que dicen que la recreación contribuye a el bienestar de nuestra salud empocional.

En el último párrafo del texto, se dice lo siguiente:

“Existe un progresivo, pero todavía insuficiente reconocimiento de la importancia del juego en la vida de niños, niñas y adolescentes, no solo para promover el aprendizaje, sino también la capacidad de negociar, de reestablecer su equilibrio emocional, de resolver conflictos y de tomar decisiones (Üllmann y Milosavljevic, 2016, p. 8)”².

- ¿Estás de acuerdo? ¿Por qué serán tan importantes, el tiempo libre, los pasatiempos y el juego en las niñas, los niños y adolescentes? Sustenta tu opinión, puedes colocar algunos ejemplos para apoyar tus ideas.

Yo si estoy de acuerdo, por que el tiempo libre que nos corresponde a cada uno es importante ya que despeja nuestra mente, estos tiempos de recreación que tenemos nos ayuda en nuestra salud emocional y contribuye en nuestro vinculo social, ya que nos vuelve mas voluble al momento de interactuar con las demás personas.

Escribimos sobre nuestras actividades de tiempo libre, las que extrañamos y las que hemos descubierto (día 2)

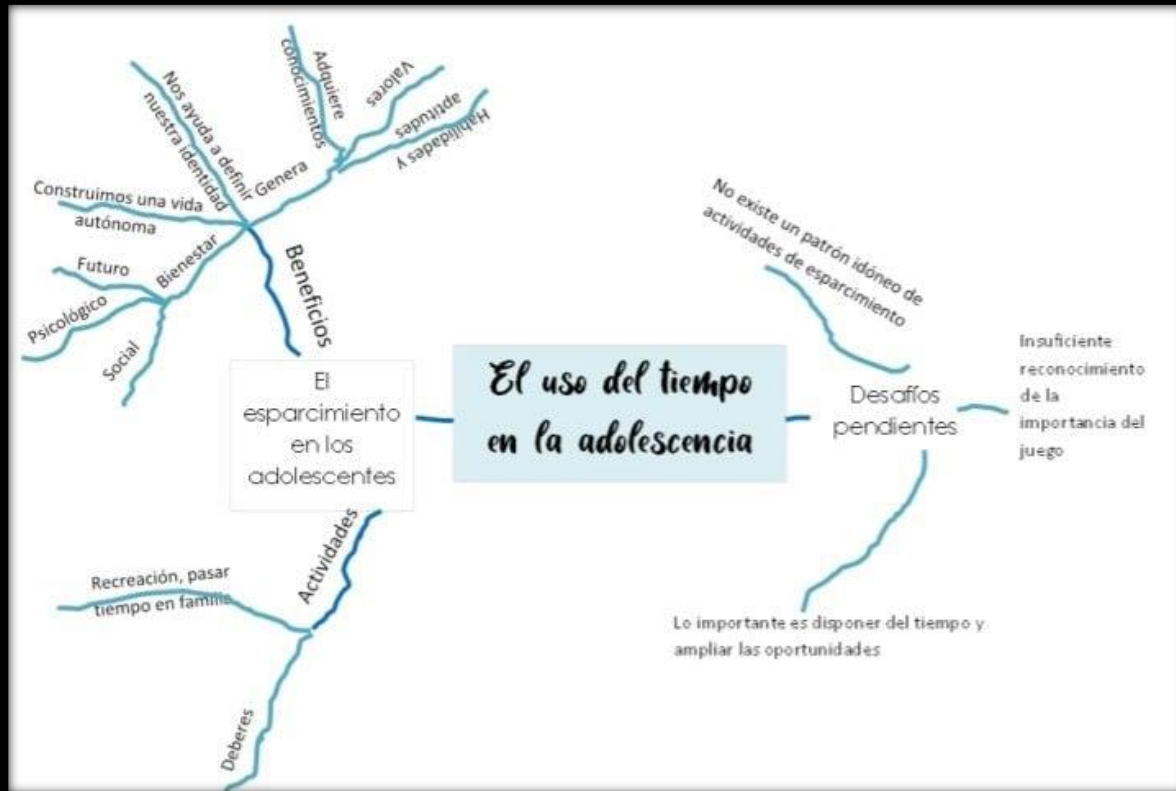
En esta actividad autoguiada, realizarás lo siguiente:

1. Lee los siguientes párrafos que también forman parte de los desafíos del texto que leíste:

“IV. Desafíos pendientes

Finalmente, en pro de un mayor bienestar de la población adolescente, es importante recordar que no existe un patrón idóneo de actividades de esparcimiento. Ello, porque es subjetivo y complejo: la evaluación de un adolescente acerca de las actividades de tiempo libre que aumentan sus niveles de bienestar puede no coincidir con la visión de los adultos. Además, estos patrones de actividades son dinámicos y evolucionan a lo largo de la etapa de adolescencia. Lo importante es disponer de ese tiempo y ampliar las oportunidades para que las y los adolescentes participen en actividades diversas en condiciones de igualdad” (Ullmann y Milosavljevic, 2016, p. 9)

2. Elabora un organizador con la información del texto que leíste en la actividad anterior y lo que señala este párrafo. Recuerda que estas ideas serán la base para que escribas tu reporte.



Piensa en las actividades que hace mucho no realizas y que eran tu pasatiempo favorito. Elabora un listado de estas y selecciona una de ellas. Luego, descríbela e indica, ¿de qué se trata este pasatiempo o actividad?, ¿cuándo o en qué lugar lo realizabas?, etc.

LISTA DE ACTIVIDADES QUE YA NO REALIZO:

- El canto
- El voleibol
- El futsal

La actividad que escogí es: EL CANTO

Antes de esta coyuntura la practicaba en una academia con muchos compañeros, teníamos ejercicios para afinar las cuerdas vocales entre otras cosas y las practicaba los sábados de todas las semanas.



Y, como también has descubierto nuevas actividades, en este tiempo de distanciamiento social, escribe un listado de aquellas que realizas más seguido y que además disfrutas. Selecciona una y también descríbela, indica, ¿cómo la descubriste?, ¿por qué empezaste a realizarla?, ¿fue casual su descubrimiento?, ¿de qué se trata?, etc.

ACTIVIDADES QUE DESCUBRI:

- Clases de dibujo.
- Hacer distintas manualidades.

La actividad que escogí es el dibujo, la empecé a realizar porque estaba aburrida y tenía que hacer una tarea y comencé a ver tutoriales y casualmente es una actividad que estoy practicando todos los fines de semana.

https://www.instagram.com/invites/contact/?i=qcn8fd8huhil&utm_content=kb9bkgc

Página oficial de Zeta section.

https://chat.whatsapp.com/E88AsPpL4Ec0j87JlX00Ac?fbclid=IwAR1kzI7xtmyFv0_fuyTXr9V_EWcWW_zqrVfgmHltMpMcOdEbuVXCy4sU_2w

enlace de 3ro de secundaria.

TEAM: ZETA SECTION

BY: JESSIE...XD



Z SECTION



Z SECTION

