

¡MI ESPACIO PERSONAL, MIS Actividad de tiempo libre!



¡CUESTIONATE!

La mayoría de las personas no reconoce la importancia de tener un tiempo libre para realizar lo que le satisface y contribuye a su bienestar, muchas veces priorizamos solo los deberes o responsabilidades, pero es momento de reflexionar sobre nuestros derechos a gozar de un tiempo libre que responda a nuestros intereses personales. Para ello, debemos ser autónomas o autónomos al decidir.

CONOCE, COMPRENDE Y REFLEXIONA

Te invito a leer o escuchar El Recurso 1 (disponible en la sección "Recursos" de esta web) que incluye los textos "El derecho al tiempo libre en la infancia y adolescencia" y "¿Cómo organizar el tiempo?".

Recuerda que el reto de esta experiencia de aprendizaje es:

- Escribir un reporte, dando a conocer las actividades que dejaste de realizar, las que has descubierto y lo importantes 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.
- Recordemos las preguntas que se plantearon, teniendo en cuenta la situación significativa:

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

Salir caminar, ir a nadar, ir de paseo, jugar con mis amigos pero lo que mas extraño es ir de viaje a lugares que no conozco con mi familia



WE ARE ALL
BORN EQUAL

TRILCE ZAMUDIO RAEZ

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

Bueno descubrí mi interés por estudiar anatomía, empecé a jugar con mi familia canasta y aprendí a cocinar diferentes platos de comida.

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

Hacer un horario para poder organizar las actividades que realizare y si las actividades son al aire libre tomare medidas de prevención

- Los criterios o características del texto que vas a escribir son:

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..

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

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

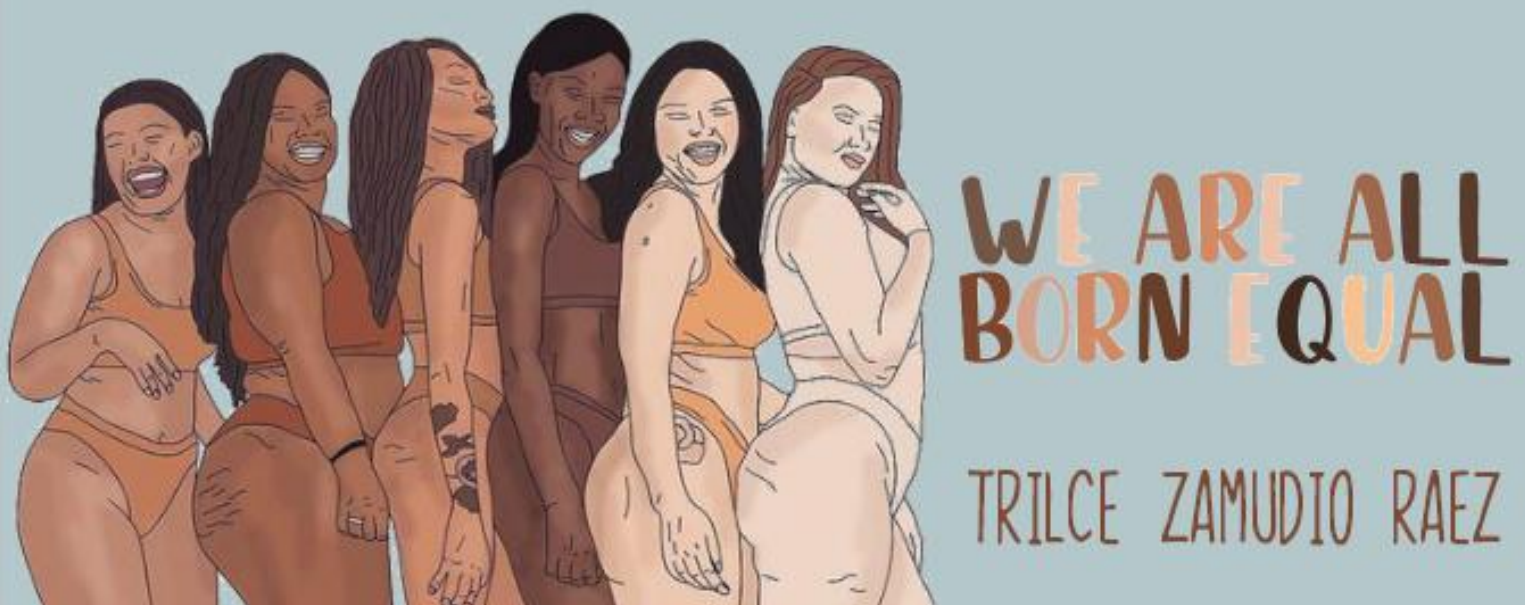
3 Utilizo adecuadamente los recursos ortográficos y gramaticales

MANOS A LA OBRA

- Revisa el esquema u organizador que elaboraste sobre el texto leído. Agrega o complementa alguna idea que sea necesaria tomar en cuenta y que no la tengas registrada.

- En la actividad de la semana pasada, describiste las actividades de tiempo libre que extrañas realizar y las que has descubierto en este tiempo de distanciamiento social. Ese texto será la base para escribir tu reporte. Recuerda que el propósito del reporte es 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.

- Escribe tu plan de escritura, apóyate en las siguientes preguntas:



mi plan de escritura

Para poder organizar y controlar mi tiempo que utilizo para realizar las diferentes actividades y de esta manera podre hacer que mis acciones sean mas productivas el texto que escribiré esta dirigido para mi profesora, lectores y para mi ya que esto me ayudara a controlar mis actividades, su estructura sera argumentativo, utilizare el lenguaje escrito y sera breve para fácil comprensión del lector.

A VERSION PRELIMINAR DE TU REPORTE

• Para el desarrollo o cuerpo del texto puedes apoyarte en estas dos preguntas sobre tus actividades de tiempo libre: **¿cuáles son las que extrañas realizar?**, **¿cuáles son las que has descubierto en este tiempo de distanciamiento social?**

SABER QUE EL TIEMPO LIBRE ES IMPORTANTE

A veces parece que nos pasamos el día saltando de una tarea a la siguiente o corriendo de un sitio para otro, sin llegar nunca a ninguna parte, pero casi siempre queda postergado para mañana. Tener tiempo ¿pero que es? El tiempo libre es dedicarle horas a actividades creativas, sociales y lúdicas que no generan un estrés adicional, pero nos permite descansar, relajarnos y desconectarnos con las actividades cotidianas para sentirnos bien y disfrutar de la vida. Pero ahora con esta crisis sanitaria no solo nos perjudico económicamente, socialmente, si no también el drástico cambio de vida y, sobre todo, porque hemos perdido la posibilidad de realizar ciertas actividades que que practicábamos con frecuencia como los deporte: Natación, voley y también están las actividades sociales: los viajes, paseos , las fiestas que sinceramente todos extrañamos realizar para aliviar el estrés acumulado, **¿qué hacemos mientras no podemos salir del hogar?** Obviamente, no voy a recomendar la tele u otras pantallas, puesto que ya es casi el primer recurso que se nos ocurre a la mayoría. Se trata de que nos apartemos de los aparatos y poder escapar por un momento de la tecnología y tenemos que provechar esta situación para hacer cosas innovadora para nosotros como pr ejemplo podemos estudiar un tema que nos interesa, leer un libro, hacer yoga meditar entre otras cosas.



WE ARE ALL
BORN EQUAL

TRILCE ZAMUDIO RAEZ



TÍTULO:	SABER QUE EL TIEMPO LIBRE ES IMPORTANTE
INTRODUCCIÓN:	El tiempo libre es dedicarle horas a actividades creativas, sociales y lúdicas que no generan un estrés adicional, pero nos permite descansar, relajarnos y desconectarnos con las actividades cotidianas para sentirnos bien y disfrutar de la vida
DESARROLLO:	hemos perdido la posibilidad de realizar ciertas actividades que que practicábamos con frecuencia como los deporte: Natación, voley y también están las actividades sociales: los viajes, paseos , las fiestas que sinceramente todos extrañamos realizar para aliviar el estrés acumulado
CONCLUSIONES:	Se trata de que nos apartemos de los aparatos y poder escapar por un momento de la tecnología y tenemos que provechar esta situación para hacer cosas innovadora para nosotros
AUTOR:	TRILCE ZAMUDIO RAEZ .



WE ARE ALL
BORN EQUAL

TRILCE ZAMUDIO RAEZ



CRITERIO		SI	NO	OBSEVACIONES
1	¿Responde al propósito planteado en la planificación?	X		
2	¿Se describen las actividades de tiempo libre, las que extrañas realizar y las que has descubierto recientemente?	X		
3	¿El lenguaje utilizado se adecúa a los destinatarios seleccionados?	X		
4	¿Las ideas se presentan con cohesión y coherencia?	X		
5	¿El texto motiva a reconocer y valorar las actividades de tiempo libre?	X		
6	¿Se presentan las conclusiones a las que llegaste?	X		
7	¿El texto responde a la estructura y organización planteada?	X		
8	¿Se revisó el uso adecuado de los recursos ortográficos?	X		



WE ARE ALL
BORN EQUAL

TRILCE ZAMUDIO RAEZ