

2020 AÑO DEL BICENTENARIO
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES



BICENTENARIO
PROVINCIA DE
BUENOS AIRES

Cuadernillo de actividades para la
Continuidad Pedagógica 2020

Tercera Entrega

SECUNDARIA

Educación en Contextos de Encierro

Centros Cerrados de Detención y
Centros de Recepción

25 DE MAYO • INDEPENDENCIA • LA ECONOMÍA Y EL
MEDIOAMBIENTE • ARTÍSTICA • EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR

Coordinación Provincial de Educación en Contextos de Encierro

Este material es de distribución y circulación gratuita. Prohibida su venta y reproducción total y/o parcial.

DIRECCIÓN GENERAL DE
CULTURA Y EDUCACIÓN



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE
BUENOS AIRES

COORDINACIÓN PROVINCIAL DE EDUCACIÓN EN CONTEXTOS DE ENCIERRO

¡Hola!

Les contamos que frente a la situación de emergencia sanitaria, desde la Dirección General de Cultura y Educación, decidimos poner “manos a la obra” y generar diversas estrategias como la lectura, la interpretación y la resolución de actividades para su continuidad pedagógica. El objetivo principal de nuestro trabajo es generar herramientas para vincularnos con ustedes y acompañar el trabajo que se viene desarrollando desde cada escuela.

A pesar de no poder compartir el aula por la situación que atravesamos, queremos decirles que nuestro pensamiento está con ustedes, que continuamente nos preguntamos: cómo están, cómo se sienten, cómo llevan esta situación particular y única. Y porque sabemos que es un momento complejo, queremos estar cerca, al menos de esta forma.

Por eso las y los invitamos a trabajar en estas propuestas hasta que nos reencontremos. A lo largo de este recorrido nos gustaría que empiecen a completar las tareas de forma escrita en el cuadernillo. Y subrayen aquellas palabras que les resulten desconocidas para, seguidamente, buscar su significado.

Es importante que sepan que este Plan de Continuidad Pedagógica está pensado específicamente para ustedes. La distribución de los cuadernillos la estamos llevando adelante junto a sus escuelas. Una vez que ustedes completen el cuadernillo, éste volverá a manos de sus docentes para que puedan valorar el trabajo que hicieron.

¡Les mandamos muchos cariños!



EMPEZAMOS CON TUS DATOS PERSONALES

NOMBRE y APELLIDO: _____

AÑO QUE ESTÁS CURSANDO EN LA ESCUELA: _____

LUGAR DONDE ESTÁS: _____

PENSAR NUESTRA HISTORIA

La Historia no sólo nos permite comprender el pasado, también es una invitación a pensar en nuestro presente y nuestro futuro.

A lo largo de este cuadernillo vamos a abordar la Revolución de Mayo. Una historiadora habla del 25 de Mayo y del 9 de Julio como los dos cumpleaños de nuestras Patria ¹, el primero en 1810 cuando se formó un gobierno propio pero que seguía siendo fiel al monarca de España y el segundo en 1816 cuando en un acta se declaró la Independencia de las Provincias Unidas de Sudamérica que luego algunas de ellas conformaron nuestra república.

Muchos debates y conflictos iniciados en esos años tuvieron continuidad más tarde, y muchas de las banderas de la causa de la revolución (libertad, igualdad, independencia) siguen resonando y tomando significados hasta el día de hoy.

En esos años fueron desafiadas las viejas jerarquías, se discutieron los fundamentos del poder y los principios por los que se mandaba y obedecía, se luchó por los derechos de las personas y las comunidades, se atacó la existencia de la esclavitud y surgieron muchos países nuevos. La Revolución de Mayo fue parte de ese proceso, fue el comienzo de nuestras luchas por un destino en libertad.

25 DE MAYO: DÍA DE LA REVOLUCIÓN DE MAYO

La historia de la Revolución de Mayo nos invita a reflexionar sobre un momento muy importante del proceso de construcción de nuestro país. Una construcción que llevó mucho tiempo y que todavía continúa.

En esa época no existía la división en países como la conocemos hoy. Argentina, Bolivia, Perú, Uruguay, Paraguay, el sur de Brasil y el norte de Chile formaban parte

¹ <https://www.educ.ar/recursos/132034/las-dos-fechas-patrias-de-la-argentina#gsc.tab=0>

del Virreinato del Río de La Plata y el representante era el Virrey Cisneros, quien respondía a las órdenes de España.

La Revolución de Mayo se trató de una serie de acontecimientos que se extendieron por una semana. No fue un hecho aislado en el mundo, sino que fue parte de un periodo de grandes transformaciones en Europa y América. Una multiplicidad de causas sociales, políticas y económicas, dentro y fuera de las colonias, posibilitaron este acontecimiento.

Durante la mañana del 25 de mayo de 1810, una multitud se concentró en la Plaza Mayor (hoy Plaza de Mayo) para reclamar la renuncia definitiva del Virrey y la formación de una junta de gobierno. Ese mismo día se desplazaron a las autoridades coloniales y se formó el Primer Gobierno Patrio.



“25 de mayo de 1810” (acuarela, 1945) de Léonie Matthis, artista francesa radicada en Argentina y única mujer con firma de la colección del Museo Nacional del Cabildo y la Revolución de Mayo. Su pintura representa la movilización de la población de Buenos Aires hacia el Cabildo aquella mañana revolucionaria.

El Cabildo de Buenos Aires fue escenario de jornadas de discusiones y decisiones que cambiaron la historia, y por eso es un símbolo en nuestra memoria colectiva. Fue la primera oportunidad de elegir un gobierno propio.

EL PRIMER GOBIERNO PATRIO

El 25 de Mayo de 1810 se destituyó al Virrey Cisneros y se instaló la Primera Junta compuesta por Cornelio Saavedra como presidente, Mariano Moreno y Juan José Paso como secretarios y Manuel Alberti, Miguel de Azcuénaga, Manuel Belgrano, Juan José Castelli, Juan Larrea y Domingo Matheu, como vocales.



Cuando pensamos en la Revolución de Mayo suelen surgir nombres propios que se repitieron en libros y actos escolares. Principalmente los de las personas que muchas veces llamamos “próceres”. Los hombres que en esos años comenzaron la carrera de la revolución, dedicando su vida entera a la política.

Sin embargo, la revolución interpeló a toda la sociedad, no sólo a estos líderes, sino también a las personas de las castas, personas esclavizadas, indígenas y mujeres. Estos sectores también se involucraron y se movilizaron por la causa, denunciando peligros, discutiendo política, participando en las guerras y, en muchos casos, peleando por sus derechos y luchando para mejorar sus condiciones de vida.

FRAGMENTO DE UNA ENTREVISTA AL HISTORIADOR NORBERTO GALASSO.²

- Todos sabemos qué se celebra el 25 de Mayo, pero no siempre hay coincidencias sobre qué pasó realmente en mayo de 1810...

- Hay dos interpretaciones principales. La historia mitrista dice que fue un movimiento anitespañol para separar a estas tierras de España y ser independientes. La otra interpretación es la de Juan Bautista Alberdi: el reemplazo del virrey Cisneros por una Junta Popular manteniendo la obediencia a Fernando VII, que en ese momento era el hijo del rey (...) Tanto fue así que la bandera española siguió flameando en el Fuerte y la independencia se declaró recién en 1816. Esto provoca que a veces se pregunte si la Argentina nació dos veces, en 1810 y 1816.

- ¿Y usted qué respondería a esa pregunta?

- En 1816 se declara la Independencia, 1810 fue un momento de la revolución hispanoamericana, donde en distintas capitales sudamericanas se mantiene una unidad con la revolución española. Después, cuando se cae ésta, a partir de 1813-1814, sí se plantea la separación y la independencia de España.

- ¿Quiénes fueron los verdaderos protagonistas de la Revolución de Mayo?

² <https://www.telam.com.ar/notas/202005/467787-entrevista-galasso-revolucion-de-mayo.html>



1• ¿Qué cosas aparecen en el dibujo? Enumerá cada una y explica de qué manera se presentan.

2• ¿Por qué crees que aparecen esos elementos?

3• ¿Para vos, qué quiere expresar el autor con este dibujo? ¿Qué nos cuenta?

4• ¿Qué relación le encontrás al dibujo con lo que leíste hasta acá?

5• ¿Qué significado tiene para vos la frase de Mariano Moreno que acompaña el dibujo? “Quiero más una libertad peligrosa que una servidumbre tranquila”

6• Escribí un título para el dibujo, seguido de un párrafo que tenga relación con el dibujo (para el título ¡no vale ponerle Revolución de Mayo!)

b) Ahora te proponemos que leas las siguientes frases que expresaron dos integrantes de la Primera Junta: Mariano Moreno y Manuel Belgrano.

Podés conversar con tu compañera o compañero y luego te pedimos que compartas qué pensás sobre cada una de ellas. Te dejamos estas dos preguntas, así te acompañamos a pensar: ¿Qué habrá querido decir, podés explicarlo con tus palabras? ¿Podés encontrar alguna relación con la actualidad en estas frases? ¿Cuál?



FRASE 1

“Los pueblos deben estar siempre atentos a la conservación de sus intereses y derechos y no deben fiar³ más que de sí mismos. El extranjero no viene a nuestro país a trabajar en nuestro bien, sino a sacar cuantas ventajas pueda proporcionarse.” Mariano Moreno

FRASE 2

“Un pueblo culto nunca puede ser esclavizado”. Manuel Belgrano

LAS MUJERES DURANTE EL VIRREINATO DEL RÍO DE LA PLATA

Los acontecimientos del 25 de mayo de 1810 están asociados en la memoria colectiva a sus protagonistas masculinos. Sin embargo, muchas mujeres influyeron con sus acciones y opiniones. ¿Qué hacían las mujeres?

Muchas mujeres participaron aportando desde diferentes lugares y no sólo lugares de cuidado. Organizaban reuniones en sus casas donde se discutían nuevas ideas políticas y planificaban acciones para llevar adelante. Otras eran espías para brindar información de cómo planifican los ejércitos. Las mujeres con dinero donaban joyas para comprar elementos que se utilizaban en las luchas y otras estaban en el campo de batalla: como enfermeras, como cocineras y algunas hasta participaron como soldadas.

Además, hubo otras mujeres anónimas y de sectores populares que fueron

³ fiar, en este caso significa confiar

partícipes de los acontecimientos de 1810 como las trabajadoras independientes (lavanderas y vendedoras ambulantes), “siempre activas y presentes en la vida urbana”.

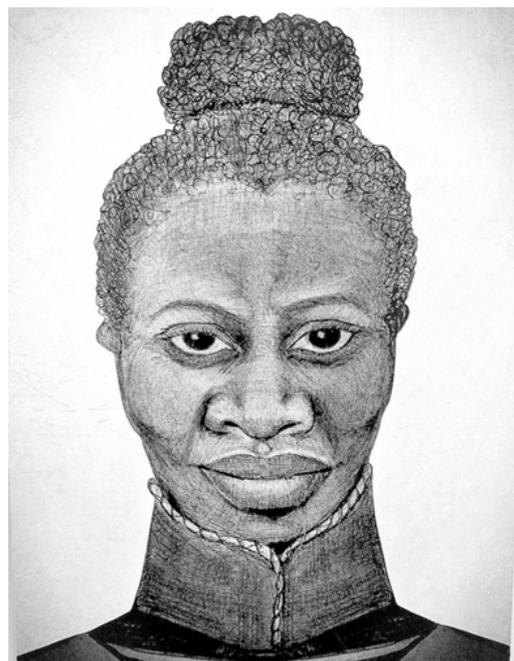
Rescatamos el rol de las mujeres y compartir algunos ejemplos:

Mujeres de Vieytes: Otro caso destacable fue el de las mujeres de la familia de Hipólito Vieytes (economista y comerciante de jabones), quienes fueron vistas en la plaza de la Victoria, durante los sucesos de mayo, “disfrazadas probablemente de varones”, relata la directora de Todo es Historia.

Manuela Pedraza: en las invasiones inglesas de 1806 la “tucumanesa” combatió para defender la ciudad de Buenos Aires junto a su marido, quien murió en sus brazos y al que vengó alzando su fusil contra el inglés que lo mató. Más tarde fue condecorada por su desempeño y se la recuerda como una de las referentes de la lucha de las mujeres.

Mariquita Sánchez de Thompson: una de las pocas que fue testigo de esa semana histórica y que dejó, en sus cartas, un registro de su participación. “Mariquita fue tal vez la mujer que encarnó mejor el ideario de la época. Sus acciones, recorridos, palabras, amistades y experiencias permiten definirla como la gran madre del ciclo revolucionario. En su casa se tocó, por primera vez, el Himno Nacional.

En el caso de María Remedios Del Valle (mujer, militar y negra), una mujer combativa que llegó a ser reconocida como Capitana. Hoy se la reconoce como “Madre de la Patria” .⁴



María Remedios del Valle, Capitana del Ejército del Norte y Madre de la Patria (nació en 1766 y murió en 1847)

⁴ María Remedios del Valle <https://www.youtube.com/watch?v=xS1ZwCSnR3U>

Cómo trabajar el 25 de Mayo desde la ESI

<http://www.noticiasurbanas.com.ar/noticias/como-trabajar-el-25-de-mayo-desde-la-esi/>

Revolución de Mayo

Nivel Secundario

Contexto de Encierro



a) ¿Habías escuchado hablar de las mujeres que hicieron posible el 25 de Mayo? ¿Por qué se te ocurre que no las tenemos tan presentes? (para responder, imaginá el rol de la mujer en esa época).

c) Después de lo leído y analizado respecto a este tema: ¿Por qué pensás que María Remedios del Valle es llamada la “Madre de la Patria”?

Ahora, les compartimos un poema de Matilde Ezeiza, payadora que vivió a principios del siglo XX. Sus canciones hacen referencia a la experiencia de ser una mujer negra y de clase baja.

*“Yo también fui la patriota
de otros tiempos y otra era,
la que tejió la bandera
que jamás tuvo derrota.
Soy la que dejó la nota
más alta que se haya dado,
y sus joyas ha empeñado
haciendo mil sacrificios,
para ayudar a los patricios
que esta patria han libertado”.*

c) ¿Qué sintieron al leerlo? ¿Qué piensan que quiso contar la autora?

Te proponemos que tengas en cuenta todo lo que leíste, pensaste y realizaste hasta acá en el cuadernillo más todo lo vos ya sabías sobre la fecha patria, reflexiones sobre los datos más importante y escribas.

Si tuvieras que contarle una compañera o a un compañero lo que pasó el 25 de Mayo.

¿Qué le dirías?

Y si tuvieras que contarle a una niña pequeña o a un niño pequeño.



EL VIRREINATO DEL RÍO DE LA PLATA Y SU ECONOMÍA

Como les contábamos más arriba, una de las actividades económicas principales fue la minería: la explotación de las minas de oro y plata sobretodo, pero también de otros metales. Decimos explotación porque lo que importaba era sacar de las minas la mayor cantidad de estos metales sin tener en cuenta cómo. En las minas trabajaban los indígenas hasta 15 horas diarias, cavando túneles, sacando el metal manualmente o a pico. Eran muy frecuentes los derrumbes y otros accidentes, que ocasionaron la muerte de cientos de trabajadores.

Algunos números para pensar

Los párrafos que te presentamos a continuación tienen información numérica y nos indican las injusticias sobre la población más oprimida de esa época.

a) Subrayá los números en el siguiente párrafo.

Es probable que hasta 15.000 indígenas hayan muerto en la explotación de la plata, entre 1545 y 1625.

b) Completá los espacios en blanco, extrayendo el número (copialo) y su uso: si se utilizó para contar, para medir el tiempo o para establecer porcentajes

Aquí el número _ _ _ _ se usó para indicar _____

Los números _ _ _ _ y _ _ _ _ se usaron para indicar _____

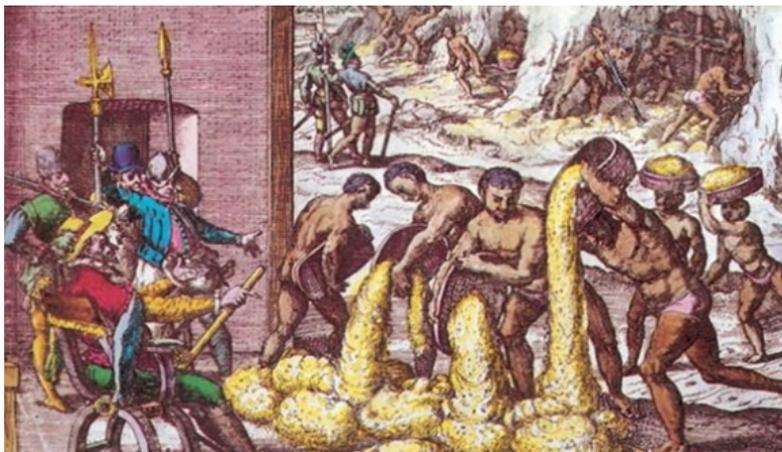


Imagen 4
Indígenas trabajando en las minas

c) Subrayá los números de este otro párrafo:

El Cerro Rico de Potosí, descubierto en 1545, tuvo su período de máxima

explotación entre 1579 y 1635, cuando producía aproximadamente la mitad de la plata en circulación en Europa y el 80% de la del Virreinato del Perú.

d) Completá los espacios en blanco, extrayendo el número (copialo) y su uso: si se utilizó para contar, para medir el tiempo o para establecer porcentajes

El número _ _ _ _ se utilizó para indicar _____

Los números _ _ _ _ y _ _ _ _ se utilizaron para indicar _____

El número _ _ se utilizó para indicar _____

LA ECONOMÍA Y EL MEDIOAMBIENTE

Como venimos viendo, desde el comienzo del Virreinato del Río de La Plata en 1776, una parte muy importante de la economía se ocupa de la explotación de los recursos naturales (lo que encontramos en la naturaleza). Hablamos de la minería, que es la explotación del oro y la plata pero también hay otros recursos naturales que son muy importantes.

Conversa con tu compañera o compañero y respondan:

a) ¿Qué otros recursos naturales conocen?

Para seguir con el tema, te compartimos un fragmento del libro **“Las venas abiertas de América Latina”**, del escritor uruguayo Eduardo Galeano:

*“Es América Latina, la región de las venas abiertas.
Desde el descubrimiento hasta nuestros días, todo se
ha transmutado siempre en
capital europeo o, más tarde, norteamericano, y como tal se ha acumulado
y se acumula en los lejanos centros de poder.
Todo: la tierra, sus frutos y sus profundidades
ricas en minerales, los hombres y su capacidad de trabajo
y de consumo, los recursos naturales y los recursos humanos”*



b) ¿Qué habrá querido expresar el autor en estas palabras tan sentidas y críticas?

c) ¿Conocés algún conflicto hoy en día que siga dando cuenta de esto?

La minería continúa hasta el día de hoy, y las formas de llevarla adelante son muy peligrosas para las poblaciones que se encuentran habitando cerca de la zona. Hace algunos años se lanzó en Argentina una campaña “EL AGUA VALE MÁS QUE EL ORO” y hace referencia a que hoy en día, el proceso para extraer metales de la tierra necesita muchísima agua. Luego de ese proceso de separación de los metales, el agua resulta contaminante para quien la toma y además contamina el recorrido de los ríos.

Conversen y respondan:

d) ¿Por qué piensan que se eligió la consigna “EL AGUA VALE MÁS QUE EL ORO” para denunciar el peligro de esta práctica?

Cuadernillo de actividades para la Continuidad Pedagógica

Hoy en día a esta práctica se la llama MEGAMINERÍA y es realizada por empresas enormes que no son argentinas. Algunas de estas empresas son la Barrick Gold Corporation, Pan American Silver y Patagonia Gold, entre otras. Esto quiere decir que la ganancia de los metales que se extraen de nuestro suelo no queda en nuestro país. No se usa para construir escuelas ni viviendas. Además, a diferencia de lo que pasaba en el Virreinato, hoy se necesitan pocas trabajadoras y pocos trabajadores para llevar esta actividad adelante. Se llevan las ganancias pero nos dejan los ríos contaminados.

Es por eso que desde hace varios años comenzaron a organizarse asambleas ambientalistas. Grupos de personas se reúnen para hablar de los cuidados del medio ambiente en las provincias de Catamarca, La Rioja, Mendoza, Chubut y Río Negro entre otras.



Movilización en reclamo por la megaminería



Vista de una mina a cielo abierto.



Para practicar un poco de inglés vamos a retomar un párrafo de líneas arriba:

“Hoy en día a esta práctica se la llama MEGAMINERÍA y es realizada por empresas enormes que no son argentinas. Algunas de estas empresas son la Barrick Gold Corporation, Pan American Silver y Patagonia Gold, entre otras”.

e) Marca las palabras en inglés que encuentres en la oración y escribilas:

Hay una palabra que se repite y nos sirve para pensar la actividad minera desde el tiempo del Virreinato hasta hoy en día.

f) ¿Cuál es y por qué pensás que aparece en el nombre de estas empresas?

g) ¿Por qué estas empresas tienen su nombre en inglés? (te recomendamos que vuelvas a leer “La economía y el medio ambiente”)

Reflexioná con tu compañera o compañero y escribí:

Muchas y muchos cantantes, escritoras argentinas y escritores argentinos, a lo largo de la historia, hablan de cómo las empresas extranjeras (que no son argentinas) se llevan nuestros recursos. Desde el folklore hasta el rock.

Para seguir pensando todo lo que vimos te compartimos un fragmento de la letra “El Arriero”, de Atahualpa Yupanqui:

*“Las penas y las vaquitas,
Se van por la misma senda,
Las penas son de nosotros,
Las vaquitas son ajenas”*

h) ¿Qué pensás que quiere transmitir Atahualpa con este fragmento de la canción?

i) Teniendo en cuenta lo estudiado en este módulo, las y los invitamos a escribir una o dos estrofas que continúen el fragmento de la canción anterior.



LA INDEPENDENCIA

Las ideas de independencia absoluta de la Corona no tardaron en cobrar fuerza provocando las guerras de independencia, la aparición de nuevas identidades, nuevos símbolos de identificación y, con el tiempo, la creación de muchos países nuevos.

Según diccionarios y enciclopedias: La independencia puede aplicarse a distintos campos. En política, por ejemplo, se refiere a un Estado que no depende de otro y que goza de plena libertad política, económica y administrativa. A nivel personal, la independencia es la capacidad de actuar, tomar decisiones y de valer por nosotras mismas y nosotros mismos, de allí que independencia también signifique entereza, firmeza de carácter.

b) ¿Qué significa para ustedes ser independientes?

c) ¿Por qué piensan que se luchaba por la independencia de España?

En ese entonces el Virreinato del Río de La Plata sólo comerciaba con España, es decir, todos los productos que se compraban, se vendían o intercambiaban desde el Virreinato, eran con este país.

Una de las actividades principales era la extracción de recursos naturales: oro y plata, entre otros. Esta actividad económica era llevada adelante por pocas personas: españolas y españoles o representantes de ellos. La idea de la independencia tiene que ver con poder decidir con quién o quienes comerciar (para que no sea sólo con un país). También tiene que ver con elegir la organización del gobierno de manera autónoma, es decir, por nosotras mismas y nosotros mismos.

Compartan entre compañeras y compañeros y respondan:

d) ¿Quiénes creen que estaban a favor del proceso revolucionario? ¿Quiénes estarían en contra?

LA RECTA FINAL

Después de haber hecho el recorrido por todo el cuadernillo, te pedimos que nos hagas todas las preguntas que se te ocurran relacionadas con el tema. Nos gustaría que nos cuentes cómo te sentiste haciendo esta tarea, qué cosas nuevas aprendiste y qué más te gustaría saber.

Entonces te proponemos que

a) Escribí las preguntas que quieras hacer en relación al tema.

b) Contanos sobre la tarea que hiciste. ¿Cuál fue el ejercicio que más te gustó?
¿Aprendiste algo nuevo?

c) Sobre qué tema te gustaría trabajar la próxima.



ACTIVIDADES ARTÍSTICAS

1• ¿De qué hablamos cuando hablamos de poesía?



En esta oportunidad, nuestra propuesta pedagógica para trabajar con ustedes está vinculada a uno de los géneros literarios más bellos: **La poesía**

Para comenzar nos hacemos estas preguntas: ¿Qué es poesía?, ¿Para qué sirve? ¿Qué temas trata?

Podemos compartir que la poesía es sentimiento, pensamiento y en muchos casos, es canción: ¿Estás de acuerdo? ¿Qué es la poesía para vos? ¿Y para las y los grandes poetas? ¿Qué es la poesía?

• **Antonio Machado** (poeta español 1875-1939) expresó:

“Es como la palabra esencial: inquietud, angustia, temor, resignación, esperanza, impaciencia contada con signos del tiempo y revelaciones del ser en la conciencia humana”.

• **Jorge Luis Borges** (escritor argentino 1899-1986) señaló:

“La poesía es el encuentro del lector con el libro, el descubrimiento del libro. Hay otra experiencia estética que es el momento, muy extraño también, en el cual el poeta concibe la obra, en el cual va descubriendo o inventando la obra”.

- Para *Mario Benedetti* (poeta uruguayo 1920-2009), la poesía es:

“el alma del mundo”.

- *María Elena Walsh* (escritora y poeta argentina 1930-2011) expresó:

“Recuerden lo que quieran, olviden lo que puedan, e inventen lo que falte. Porque la vida de un escritor es siempre incompleta: la completan sus lectores, si tiene la suerte de conquistarlos”.

- *Diana Bellessi*: (poeta argentina nacida en 1946) dijo:

“La poesía siempre fue un mendigo que al final se viste de gran héroe”.

a) Luego de leer lo que algunos escritores y algunas escritoras escribieron, te proponemos a vos, que seguramente alguna o muchas veces leíste poesía, que te sumes y nos cuentes: ¿Qué es para vos la poesía?:

Mirá el siguiente aviso clasificado del diario:





b) Escribí qué características debe tener un o una poeta según el aviso.

Ahora les compartimos un poema que escribió el músico Juano Falcone hace unos años, estas palabras las escribió pensando en las personas que se encuentran privadas de su libertad ambulatoria.



*Quiero que mi simple gesto te acaricie el pecho.
Quiero una sonrisa dulce que no muera más.
Quiero que el Dios de los justos me recuerde un rato
y que el sabio sol de mayo me vuelva a abrazar*

*Alguien escuchando, alguien esperando.
Alguien está cerca y escribe mi voz.*

*Sé que voy a reencontrarme con los horizontes.
Y a cerrar la herida amarga de la soledad.
Y que ya las horas grises no serán desiertos,
como calendarios presos de la eternidad.*

*Alguien escuchando, alguien esperando.
Alguien está cerca y escribe mi voz.*

Juano Falcone

Letrista y baterista de La Caverna Rock y percusionista de Casi Justicia Social.

A partir de lo que acabás de leer te invitamos a pensar qué significado tienen algunas de las frases del poema.

a) Para vos ¿Cuál sería un gesto que acaricie el pecho?

b) Podrías explicar con tus palabras esta frase "Quiero que el Dios de los justos me recuerde un rato"

c) ¿Qué habrá querido decir Juano cuando habla de "herida amarga" y de "horas grises"?

d) ¿Te sentís sentís identificada o identificado con alguna frase del poema? ¿Con cuál? ¿Por qué?

2• MUJERES ARGENTINAS POETAS

Ahora te invitamos leer y conocer a las que siempre estuvieron, las poetas. Volvemos a ellas para rendir homenaje a todas las mujeres que escriben, que leen, que fomentan la lectura, que indican caminos lectores. Un homenaje a las mujeres que alzan la voz.

Para este trabajo elegimos tres mujeres poetas de diferentes épocas:

- **Alfonsina Storni:** Nació en 1892 y vivió desde pequeña en Argentina.



Aquí te compartimos un extracto de una poesía suya que se llama “Dos palabras”:

Dos palabras

*Esta noche al oído me has dicho dos palabras comunes.
Dos palabras cansadas de ser dichas.
Palabras que de viejas son nuevas.*

*Dos palabras tan dulces que la luna que andaba
Filtrando entre las ramas
Se detuvo en mi boca.
Tan dulces dos palabras
Que una hormiga pasea por mi cuello
Y no intento moverme para echarla.*

a) Luego de leer el extracto de la poesía pensá y escribí. ¿Cuáles son esas “dos palabras” que escuchó la poeta?

b) ¿Cuáles son las palabras que más te gustan escuchar?

c) ¿Cuáles las que no te gustan escuchar?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

• *Alejandra Pizarnik*: Fue otra poeta argentina que nació en 1936.



Alejandra escribió muchas poesías y esta es una de ellas:

Solamente

*Ya comprendo la verdad
Estalla en mis deseos
Y en mis desdichas
En mis desencuentros
En mis desequilibrios
En mis delirios
Ya comprendo la verdad
Ahora
A buscar la vida.*

d) Conversá con tu compañero o compañera ¿Qué título le pondrías a esta poesía?

¿Por qué?



- **Silvina Giaganti:** Es filósofa y poeta. Nació en Avellaneda en 1976 y su primer libro de poesías se llama "Tarda en apagarse". Acá les compartimos una:



Las cosas se van con vos

*En las fotos familiares que guardo
Estoy arriba de un triciclo, una bici, un auto a pedales.
Tenía ocho, nueve años y a mi papá le pedía
Que me llevara a andar en bici, en karting, en moto.*

- e) Ahora conversá con tu compañero o compañera y respondé:

¿Tenés alguna foto que te acompaña?

¿Quién o quiénes están en ella?

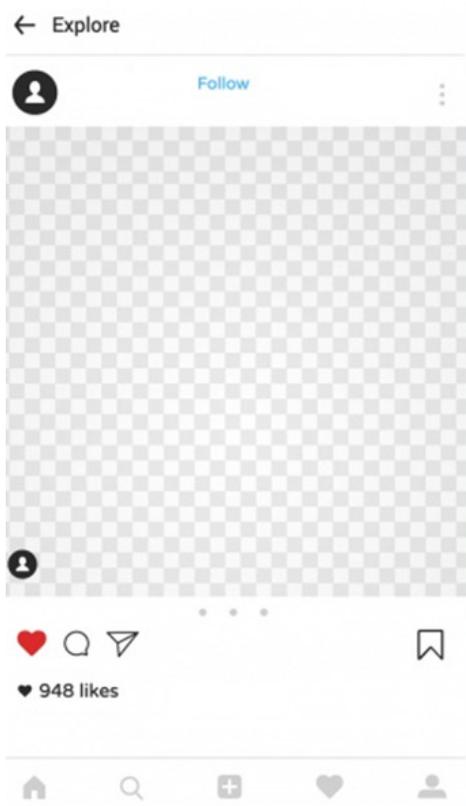
¿Por qué es importante para vos?

- f) Seguimos trabajando con fotos y para eso, te proponemos que armes tu propio Instagram en papel:



- Escribí tu nombre.
- Dibujá la "foto" que te gustaría tener.
- Si en tu foto hay personas, etiquetalas.
- Escribí una frase que describa tu "foto".

Cuadernillo de actividades para la Continuidad Pedagógica



3• HOMBRES ARGENTINOS POETAS

- *Oliverio Girondo*: nació en 1891, siempre le gustó escribir y jugar con el lenguaje.



- *Juan Gelman*: Nació en Buenos Aires en 1930 y fue un poeta muy comprometido con los derechos humanos. Compartimos uno de sus poemas:



*Fábricas del amor
Y construí tu rostro.
Con adivinaciones del amor, construía tu rostro
en los lejanos patios de la infancia.
Albañil con vergüenza,
yo me oculté del mundo para tallar tu imagen,
para darte la voz,
para poner dulzura en tu saliva.
Cuántas veces temblé
apenas si cubierto por la luz del verano
mientras te describía por mi sangre.
Pura mía,
estás hecha de cuántas estaciones
y tu gracia desciende como cuántos crepúsculos.
Cuántas de mis jornadas inventaron tus manos.
Qué infinito de besos contra la soledad
hunde tus pasos en el polvo.
Yo te oficié, te recité por los caminos,
escribí todos tus nombres al fondo de mi sombra,
te hice un sitio en mi lecho,
te amé, estela invisible, noche a noche.
Así fue que cantaron los silencios.
Años y años trabajé para hacerte
antes de oír un solo sonido de tu alma.*



b) ¿Te animás a hacer un dibujo de alguno de los poemas que leíste? Te dejamos este espacio:

DIBUJO

• **César González:** Nació en la villa Carlos Gardel en 1989. Es poeta y director de cine. Estuvo privado de su libertad entre los 16 y los 20 años. Cuando estuvo detenido se acercó al mundo de la lectura y comenzó a escribir. Su primer libro se llama “La venganza del cordero atado” que es una primera compilación de los poemas que escribió mientras estaba privado de su libertad.



Fragmento de “diferencias invisibles”

*“La realidad es que estoy preso, en una cárcel.
Lo real es que soy libre, demasiado libre.
La realidad dice que hay inseguridad
Lo real grita que la violencia es consecuencia
De la exclusión, de la marginación, de mentir”*

c) Estas palabras son de César, te proponemos pensar y escribir ¿qué significan las palabras del poeta? ¿Cuál es el mensaje que quiere transmitir?

4• RETRATO Y AUTORRETRATO, CONOCER Y CONOCERNOS

Retrato escrito: es la descripción de una persona a partir de sus rasgos físicos (como se ve por fuera) y rasgos psicológicos (como es por dentro), es decir, su forma de ser, comportamiento, etc.

c) Si podés, lee tu escrito a un compañero o compañera.

d) ¿Cómo te describirías usando un sólo renglón? (podés enumerar virtudes y defectos).

e) Ahora cerrá tus ojos unos segundos y pensá en tu rostro. Luego describilo con tus palabras.

f) Si te encontraras con vos mismo o misma, ¿qué te dirías?

g) Pedí a un compañero o compañera que te defina con una o dos palabras, escribilas:

h) ¿Alguna vez te dijeron que te parecés a algún famoso o famosa? ¿Te gustó el parecido o no? ¿Por qué?

i) Llegó el momento de escribir un autorretrato, es decir, un relato que hable de vos. Te dejamos unas preguntas que te pueden guiar en el pensamiento y la escritura: ¿Quién soy? ¿cómo soy? ¿cuáles son mis virtudes y defectos? ¿Qué cosas me gustan hacer? ¿Cuáles no? ¿Qué me molesta? ¿Qué me da placer? ¿Cuáles son mis miedos?, etc. Recordá el autorretrato que leíste al comienzo de la actividad, te puede servir como idea para comenzar ¡Manos a la obra!

5• OBRAS ARTÍSTICAS DE ROSTROS

Observamos pinturas de rostros.



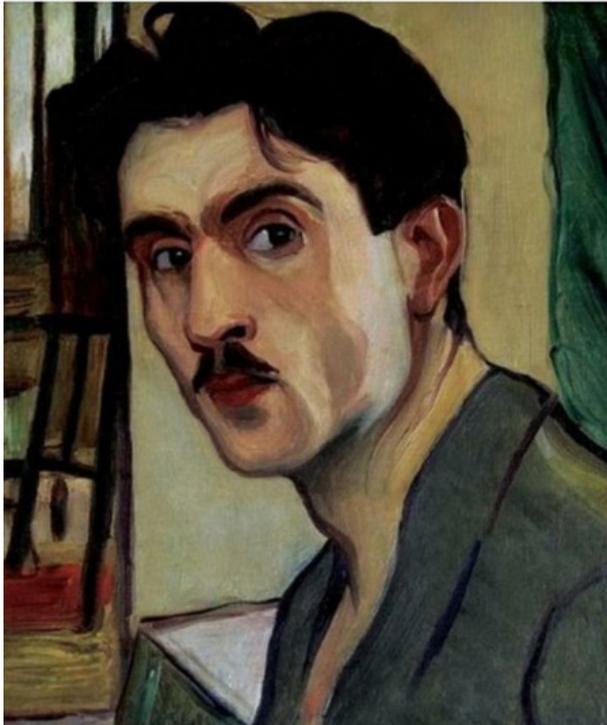
Artista desconocido.

a) ¿Qué sentimiento o sensación te sugiere esta imagen?





b) Luego de observar esta obra, escribí la primera palabra que indique el estado de ánimo de la protagonista.



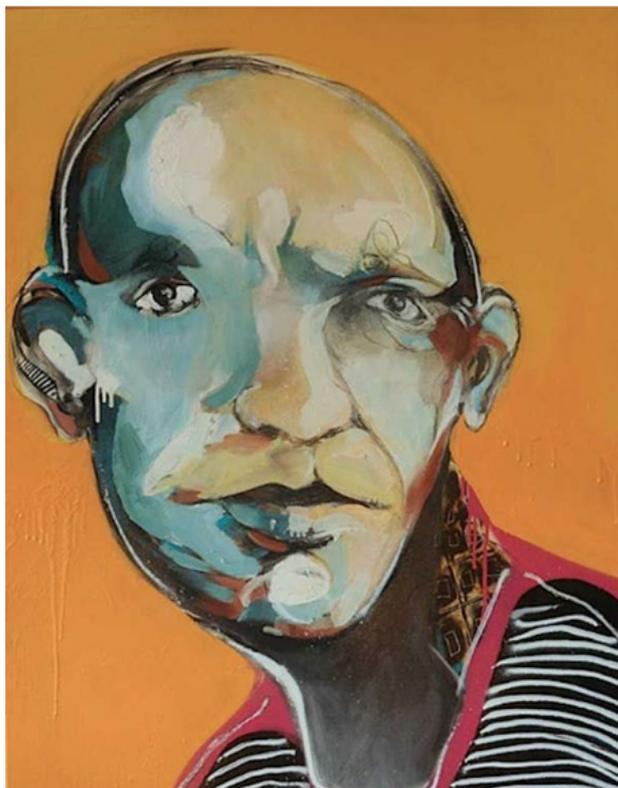
Autor: Kikodze (1920)

c) Observá esta imagen, el gesto de este rostro, la mirada, la boca, su posición. Imaginá, ¿Qué o a quién está mirando?

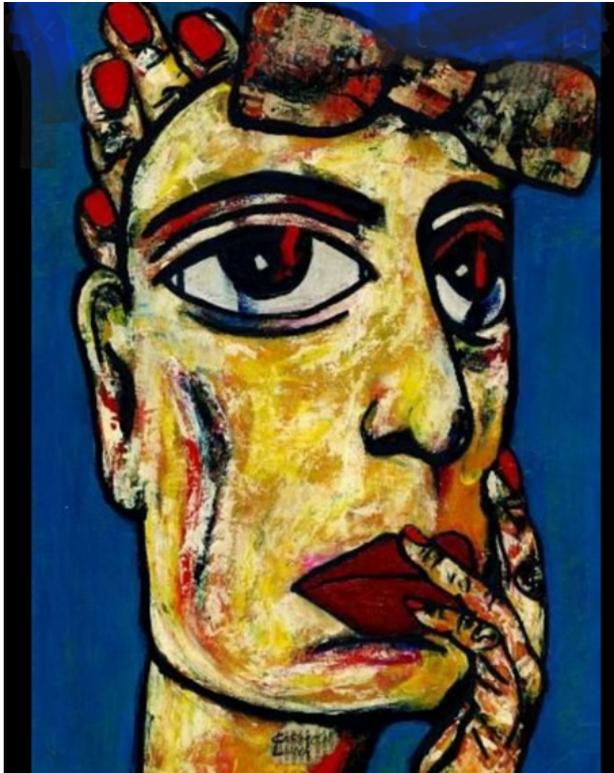


Autora: Carmen Luna.

d) Esta obra no tiene nombre. ¿Cuál le pondrías?



Autor desconocido



Autora: Carmen Luna

e) ¿Cuál de los dos anteriores retratos te parece más real? ¿Podés explicar por qué?

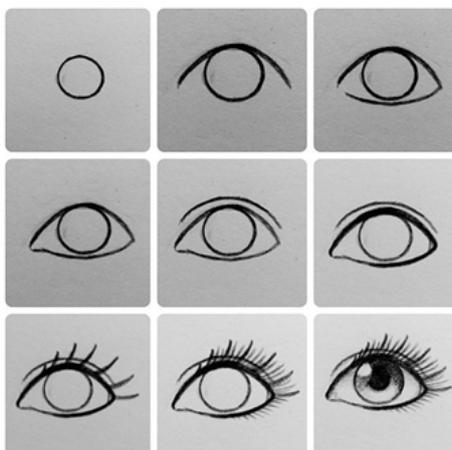
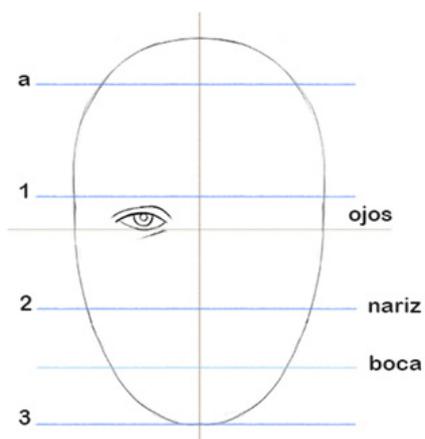


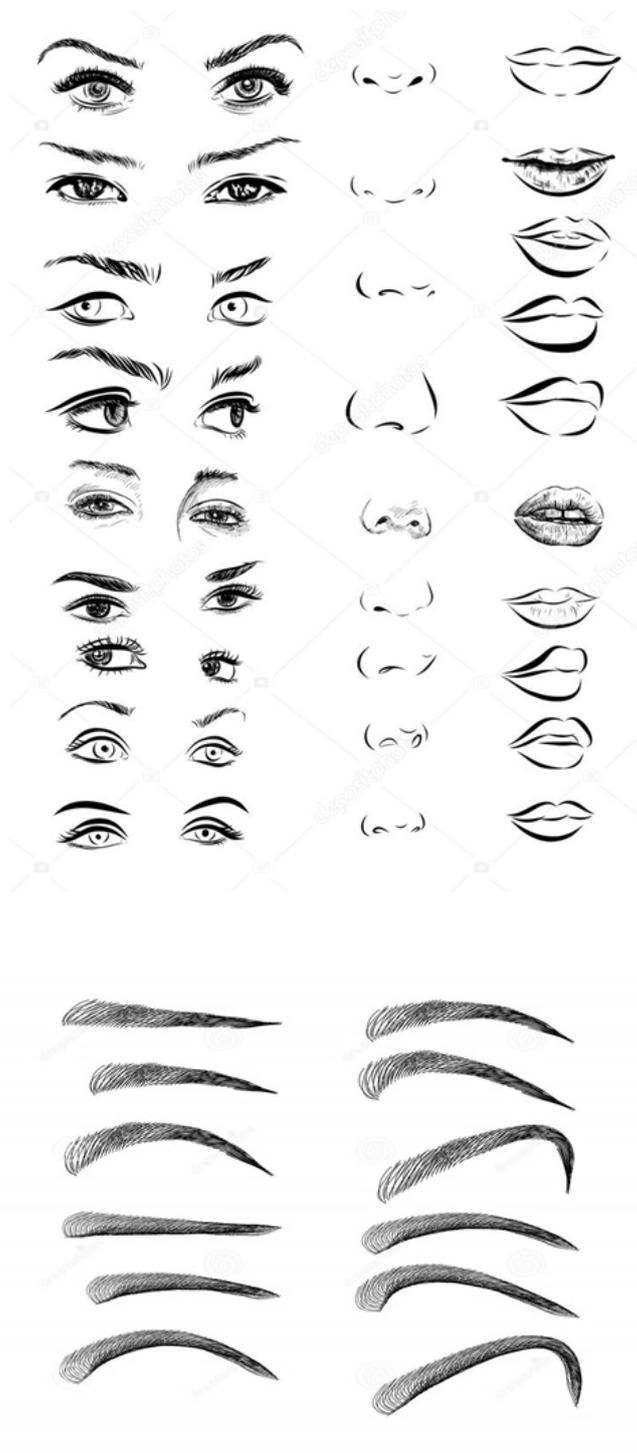
f) Esta obra parece incompleta: ¿Qué le agregarías?

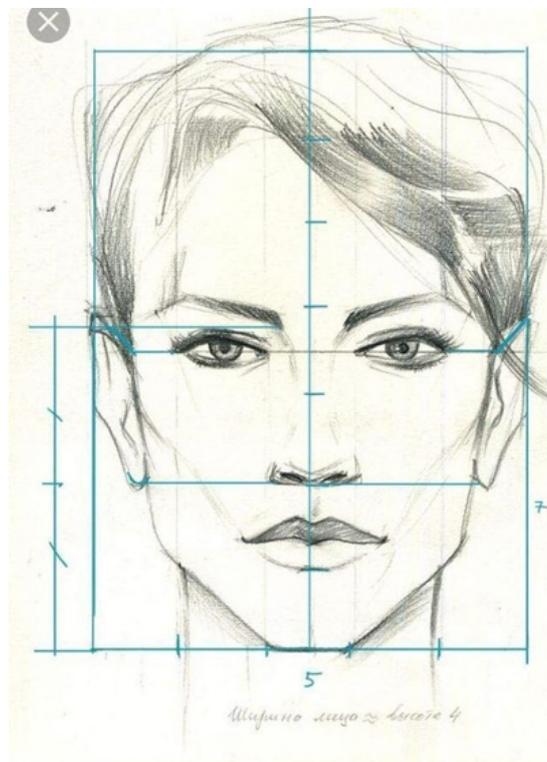
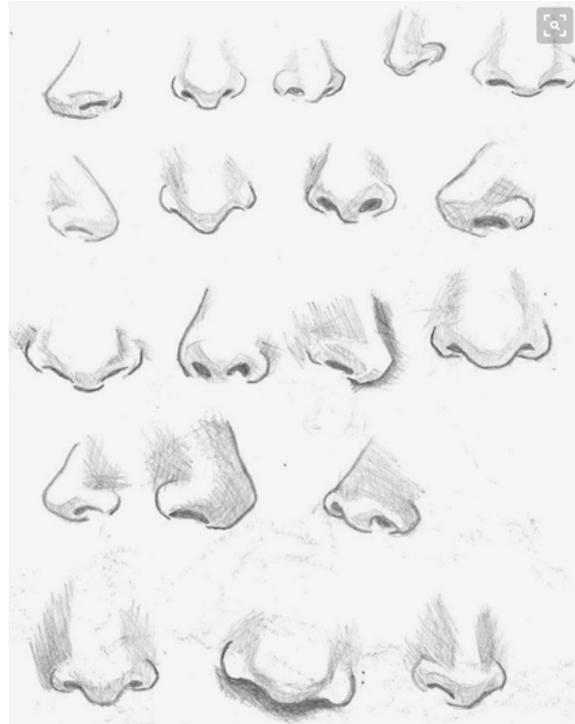
Luego de construir nuestro autorretrato en palabras, pasamos a la imagen. La forma de representación es de libre elección, teniendo en cuenta lo escrito y cómo nos vemos.

g) **Mirá los siguientes pasos y luego dibujate a vos misma o a vos mismo.**

- Primero observamos la manera de dibujar un rostro de modo clásico.









Después de ver estas imágenes te invitamos a hacer tu autorretrato, podés usar el método de las proporciones o tomar el modo de representación que te parezca bien para tu autorretrato.

Dejamos espacio para que te dibujes:

DIBUJO



h) Al finalizar, podés compartir con tu compañero o compañera los autorretratos, tanto el dibujo como el escrito.

ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Hola, ¡nos volvemos a encontrar con la actividad física!

PARA ENTRAR EN CALOR

Antes de iniciar cada clase vamos a realizar algunos ejercicios de:

- Movilidad articular (rotación de tobillos, rodillas, caderas, hombros, haciendo movimientos circulares hacia un lado y otro).
- Elongación de grandes grupos musculares, durante 3 minutos aproximadamente.
- 30 segundos de trote en el lugar tratando de llevar las rodillas al pecho por 10 segundos de descanso.
- Saltos en el lugar o los que vos conozcas, y todo lo que le permita a tu cuerpo prepararse sin exigirse demasiado.

EQUILIBRIO

Recordá siempre antes de iniciar cada clase realizar algunos ejercicios de movilidad articular (rotación de tobillos, rodillas, caderas, hombros, haciendo movimientos circulares hacia un lado y otro), elongación de grandes grupos musculares, durante 3 minutos aproximadamente, 30" de trote en el lugar tratando de llevar las rodillas al pecho por 10" de descanso, saltos en el lugar o los que vos conozcas, y todo lo que le permita a tu cuerpo prepararse sin exigirse demasiado.

Hoy vamos a proponerte realizar ejercicios que te permitan mantener tu cuerpo en posición de **equilibrio**.

¿Por qué el equilibrio? porque el equilibrio mejora la capacidad de tu cuerpo para reaccionar con rapidez a acciones de todos los días, lo que a su vez ayuda a prevenir las caídas y también a mejorar tus movimientos.

A continuación, te proponemos que mires las figuras, realiza cada postura durante 10 segundos, tratando de mantener el equilibrio. Repetilas de tres a cinco veces.



Imagen 8



Imagen 9



Imagen 10



Imagen 11

Ahora, realizá nuevamente las figuras, pero esta vez mantené los ojos cerrados al hacerlo ¿Podrás lograrlo sin caerte?

a) ¿Qué sucedió cuando las realizaste manteniendo los ojos cerrados?

Te proponemos que pienses en otras posiciones que te permitan mantener el equilibrio. Si podés compartilas con un compañero o o una compañera.

Otras formas de poder trabajar con el equilibrio:

- Marcá un punto de partida y a unos metros un punto de llegada. La idea es

caminar desde un punto al otro apoyando el peso del cuerpo sobre los talones.

- Luego recorré esa misma distancia caminando con el peso del cuerpo sobre la punta de los pies.
- Sentate y levántate de una silla sosteniendo sobre la cabeza algún objeto como puede ser un libro o similar. Luego intentá hacer lo mismo, pero sentándote y levantándote desde el piso.

b) En ambas tareas trabajaste el equilibrio ¿qué diferencias puedes encontrar?

FUERZA

Recordá siempre ENTRAR EN CALOR

Antes de comenzar a desarrollar la clase, vamos a definir dos conceptos importantes:

La **fuerza** es la propiedad que tiene el músculo de ejercer tensión en presencia de una resistencia o carga, en otras palabras, es la capacidad de levantar, empujar o tirar de un peso determinado en un solo movimiento con la ayuda de los músculos.

La **resistencia** es la capacidad para soportar la fatiga a esfuerzos prolongados y/o para recuperarse más rápidamente después de los esfuerzos.

Estas dos capacidades las utilizamos continuamente en nuestras acciones cotidianas

Hoy te vamos a proponer un circuito aeróbico de fuerza que se puede realizar en un espacio reducido y no se necesita ningún tipo de material, solo el peso de tu cuerpo.

El circuito consta de 4 estaciones de ejercicios generales y la recuperación entre cada ejercicio se hace trotando en el lugar o haciendo repiqueteos o skipping, lo que quiere decir que no hay recuperación pasiva entre cada ejercicio.

Te dejamos una imagen con los ejercicios.

- 1•** Repiqueteo o trote rápido en el lugar: El ejercicio consiste en correr en el lugar a ritmo rápido.



Imagen 12



Imagen 13

2• Flexiones de brazos: El ejercicio consiste en colocarse en posición de plancha con las manos apoyadas un ancho y medio de hombros, flexionando y extendiendo brazos.



Imagen 14



Imagen 15

3• Sentadillas: La posición correcta para realizar el ejercicio es parados derechos con piernas separadas al ancho de hombros, brazos extendidos al frente con una separación también de un ancho de hombros. El ejercicio consiste en flexionar y extender piernas manteniendo la espalda recta.



Imagen 16



Imagen 17

4• Abdominales: El ejercicio inicia estando acostados con piernas flexionadas y manos entrelazadas por detrás de la cabeza. Consiste en levantar la espalda, llevando el pecho hacia las rodillas, concentrado la fuerza en el abdomen.



Imagen 18



Imagen 19

5• Espinales: Para realizar este ejercicio ubicarse acostados boca abajo, con los brazos entrelazados en la nuca. Luego despegar el pecho del piso, formando un arco con la espalda, concentrando la fuerza en los músculos de la espalda.



Imagen 20



Imagen 21

A continuación, te detallamos el orden de ejercicios y recuperaciones:
Te recomendamos marcar un cuadrado de 2 metros cuadrados donde realizarás todos los ejercicios.

- Flexiones de brazos, 10 repeticiones
- Trote o repiqueteo en el lugar, 10" (podés contar los segundos)
- Abdominales bolitas, 10 repeticiones.
- Trote o repiqueteo en el lugar, 10" (podés contar los segundos)
- Sentadillas, 10 repeticiones.
- Trote o repiqueteo en el lugar, 10" (podés contar los segundos)
- Espinales, 10 repeticiones.
- Trote o repiqueteo en el lugar, 10" (podés contar los segundos)

Al terminar te sugerimos que camines dentro del cuadrado que marcaste durante unos minutos hasta que tu respiración sea estable y sientas que estás totalmente recuperado. Luego realizá estiramientos generales durante unos minutos.

- ¿Cómo sentiste el latido de tu corazón? ¿Cómo estaba tu respiración?
- ¿Qué te pareció este circuito?
- ¿Te animas a repetirlo 2 o 3 veces a la semana? Una vez que te resulte fácil completarlo, ¿te animas a hacerlo dos o 3 veces seguidos?