

# I.E.S. Trayamar 29700680

CURSO 2019-20203º ESO

Material para realizar en casa en el periodo lectivo no presencial.

Semana del 16 al 20 de marzo de 2020

Curso 3º ESO PMAR

Asignatura/área	Designación del material propuesto. Tareas, seguimiento, procedimiento de entrega si procede, etc	Indique la información que corresponda	
		Libro de texto	Material disponible en internet (web del centro, blog ....)
<b>LENGUA**</b>	<p>Lectura “Las lágrimas de Shiva”</p> <p>Libro de texto: Literatura unidad 2. Terminar (o hacer) los ejercicios de El Lazarillo (página 77). Página 78 ejercicios 24, 25 y 26</p> <p>El examen de literatura de la unidad 2 previsto para el 18 de marzo se aplaza al 1 de abril.</p> <p>Cualquier duda: milagros.english@gmail.com</p>		
<b>GEOG. E H.**</b>			
<b>MATEMÁTICAS**</b>	<p>Tenemos que repasar el tema que hemos acabado, así que os voy a mandar una relación de problemas para que los hagáis y así repasar.</p> <p>Si tenéis alguna duda os podéis poner en contacto conmigo en el correo: rosaramos.biologia@gmail.com</p> <p>Me lo tenéis que enviar al correo antes del viernes 20 de marzo a las 17:00. Lo hacéis en el cuaderno, le hacéis una foto y lo subís como archivo adjunto.</p>		

<b>FÍSICA Y QUÍMICA**</b>	<p>Vamos a empezar un nuevo tema, que es el tema 16 del libro.</p> <p>Lectura de las pág 232 y 233. Hacer un resumen de estas dos pág.</p> <p>Actividades 1,2.3 de la pág 242.</p>		
<b>BIOLOGÍA**</b>	<p>Sistema nervioso autónomo: Vamos a ver un video de youtube, lo podemos buscar por en Google poniendo la siguiente descripción: Sistema nervioso periférico ¿cuáles son sus partes y cómo funciona? (del canal de youtube Lifeder Educación)</p> <p>Hacer un esquema del sistema simpático y parasimpático y de los actos reflejos y voluntarios.</p> <p>Buscar información sobre distintos tipos de drogas( qué tipo de droga es, dependencia que crea en el individuo, efectos nocivos que genera e información que creas relevante)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Alcohol</li> <li>-Heroína</li> <li>-Cocaína</li> <li>-Anfetaminas</li> <li>-Cannabis</li> </ul>		
<b>INGLÉS**</b>	<p><b>Alumnado de 3ºB PMAR con Lourdes:</b></p> <p>Empezamos en clase la unidad 5 con el vocabulario 1 y 2 de dicha unidad.</p> <p>En casa deberán seguir con dicha unidad realizando las actividades del cuadernillo de trabajo (Pulse Basic). El último día les entregué unas fichas con</p>		

	<p>la explicación de la gramática, con lo cual deberán realizar dichas fichas más todos los ejercicios que hay en el cuadernillo de dicha unidad.</p> <p>Si tienen cualquier duda, pueden contactar conmigo en mi correo electrónico: <a href="mailto:lruirod082@gmail.com">lruirod082@gmail.com</a></p> <p>Por otro lado, el alumnado deberá ir registrándose en una página <b>www.liveworksheets.com</b> en la que podrán ir realizando tareas online que me serán enviadas a mi en cuanto las hagan. Hay un tutorial del Departamento de inglés en la página web del instituto en donde se podrán informar de como registrarse. Una vez registrados, deberán realizar <b>actividad 1 y 2</b>. Fecha límite: 20/03/20</p> <p>Alumnos de May:</p> <p>He habilitado en GOOGLE CLASSROOM una clase para dejarles el material en caso de que no lo tengan consigo. El código es: mn5na3u</p> <p>Lunes 16/03: Vocabulary página 35: hacer y traducir las actividades.</p> <p>Martes 17/03: Gramática: Leer la explicación de gramática facilitada en Google Classroom y hacer un resumen en español con ejemplos en inglés para enviármelo.</p> <p>Miércoles 18/03: Gramática página 36: hacer y traducir las actividades.</p> <p>Jueves 19/03: liveworksheets fcha 25 e ir a corneo</p>		
<p><b>TECNOLOGÍA**</b></p>	<p>Deberéis acceder a la página web del instituto <a href="http://www.iestrayamar.es">www.iestrayamar.es</a>, apartado <b>Tecnología</b>. Ahí encontraréis instrucciones detalladas de lo que vamos a hacer durante las semanas que dure la cuarentena.</p>		

	<p>Mi correo electrónico es <a href="mailto:tecnotrayer@gmail.com">tecnotrayer@gmail.com</a> para cualquier duda.</p>		
<p><b>EDUCACIÓN FÍSICA</b></p>	<p>Planteo 2 jornadas de entrenamiento, a realizar los mismos días que tenemos clase de E.F. La hora de realización me es indiferente, así como el orden de estos entrenamientos.</p> <p><b>Entrenamiento 1</b></p> <p>a) Calentamiento: 1 min. de carrera sin desplazamiento talones atrás; Rotaciones brazos; 30 segs de carrera sin desplazamiento rodillas arriba; 6 ciclos de 4 flexoextensiones de tronco; 15 jumping jacks; movilización de cuello; Esquiar (25 segundos)</p> <p>b) Circuito de 6 etapas. Realizarlo en este orden: Ejercicio 1: Squat estático contra pared <a href="https://youtu.be/a0J1ih4P-0I">https://youtu.be/a0J1ih4P-0I</a> mínimo 25 segundos, máximo 45 segundos ; Ejercicio 2: Burpee clásico (apoyo a posición de la rana, estirar piernas atrás, flexionar piernas nuevamente adelante y salto. NO hacer flexión de brazos. Realizar 10 repeticiones; Ejercicio 3: Fondos al semifallo; Ejercicio 4: Skipping a alta velocidad, <a href="https://youtu.be/mMR_UnbaE0c">https://youtu.be/mMR_UnbaE0c</a> , 30 apoyos; Ejercicio 5: Plancha 4 tiempos (apoyar una mano, la otra, apoyar un codo y el otro codo, sin que apenas bascule la espalda. Ejercicio ya realizado en clase; Ejercicio 6: Abdominales “Crunch” <a href="https://youtu.be/OsUz898onTE">https://youtu.be/OsUz898onTE</a> 20 repeticiones. Hacer 4 vueltas a este mini circuito. Descanso entre etapas, de 30 a 45 segundos. Al acabar cada vuelta, descansar 1 minuto y medio. Estiramientos al terminar.</p>		

	<p><b>Entrenamiento 2</b></p> <p>a) Calentamiento habitual.</p> <p>b) (15 segundos de skipping + 20 segundos descanso + 15 segundos de squat jump + 20 segundos de descanso + 30 segundos de burpee básico MUY RÁPIDO + 1 minuto de descanso) x 4 veces.</p> <p>skipping : <a href="https://youtu.be/mMR_UnbaE0c">https://youtu.be/mMR_UnbaE0c</a></p> <p>squat jump : <a href="https://youtu.be/72BSZupb-1I">https://youtu.be/72BSZupb-1I</a></p> <p>burpee básico : <a href="https://youtu.be/IYusabTdfEo">https://youtu.be/IYusabTdfEo</a></p> <p>c) Terminar con estiramientos.</p>		
<p><b>TIC</b></p>	<p>Terminar los trabajos de Kolour Paint pendientes de entregar (el de la foto y el del logo o escudo) y remitirlos al correo electrónico del profesor.</p>		
<p><b>CIUDADANÍA</b></p>	<p>Para realizar las tareas que os propongo tendréis que acceder a la plataforma Classroom. Para ello será imprescindible tener una cuenta de correo Gmail. Si algún alumno no la tiene aún, puede crear una siguiendo los pasos en google, es muy sencillo. A continuación tendrán que utilizar un código para acceder a su clase. Estos son:</p> <p>FR 1º A-B 5yg2qut</p> <p>FR 1ºC 3ogk74a</p> <p>FR 2ºA 7gxjxfv</p> <p>FR 2º B-C riqu7ks</p> <p>Valores Éticos 2º A klryobz</p> <p>FR 3º A-B-C rafwi7m</p> <p>Ed.Ciudadanía y los DDHH 3ºA kzivnnh</p> <p>Ed.Ciudadanía y los DDHH 3ºB nasg6aj</p> <p>Ed.Ciudadanía y los DDHH 3ºC hmuqvts</p> <p>FR 4º B-C cutcrqz</p>		

	<p><b>PASO 1:</b> Entrar en: <a href="https://classroom.google.com">classroom.google.com</a> e introducir correo Gmail y contraseña.</p> <p><b>PASO 2:</b> Una vez dentro de la plataforma Classroom, hacer clic en el signo + que aparece en la esquina superior derecha y seleccionar “apuntarse a una clase”.</p> <p><b>PASO 3:</b> Introducir el código de tu clase. SOLO EL CÓDIGO DE TU CLASE, y hacer clic en “unirse”</p> <p><b>PASO 4:</b> Os aparecerá: Cristina M.G. ha publicado una nueva tarea. Pulsad sobre ese apartado y encontraréis las instrucciones pertinentes para realizar cada tarea y las aclaraciones necesarias para la entrega.</p> <p>Si tenéis algún problema u os surge alguna duda, podéis escribirme un correo a:</p> <p><a href="mailto:cristina.martin.gonzalez.edu@juntadeandalucia.es">cristina.martin.gonzalez.edu@juntadeandalucia.es</a></p> <p>NOTA: El control de entrega y calificaciones (si las hubiera) de las tareas se hará en PASEN</p>		
<b>RELIGIÓN/VE</b>	Ver grupo 3º A ó B según corresponda		

