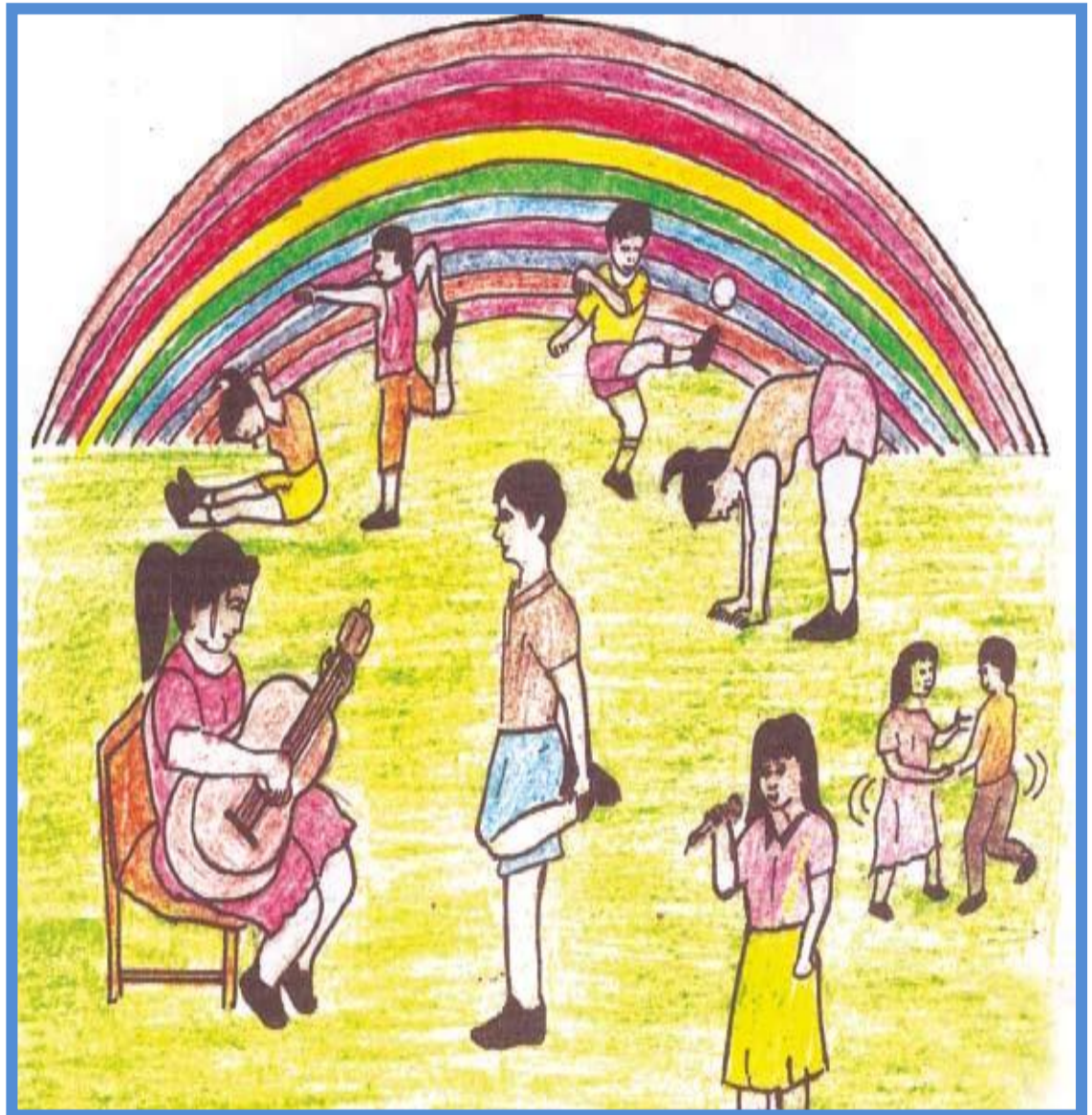


ART, RECREATION AND PHYSICAL EDUCATION

Teacher's Guide

FIFTH GRADE



SECRETARIAT OF EDUCATION

DINAMARCA – GRAAN – GRAAS – MINED

COORDINATING STAFF. SEAR - GRAAN

Sr. Reynaldo Francis Watson: Coordinator of the Regional Government.

Sr. Barnabas Waldan Braulin: President SEAR - GRAAN

Sr. Sesario Bello: technic. SEAR - GRAAN

COORDINATION AND SUPPORTING STAFF. BICU –CIUM

MSc. Reynaldo Figueroa

MSc. Jamileth Rodriguez

Lic. Edgar Salazar Francis

Lic. Caroline Palmer Marley

Lic. Olga Taylor Obando

GENERAL COORDINATOR.

Lic. Edgar Salazar Francis

SUPERVISOR

Lic. Marina Villegas

AUTHOR

Prof. Derick Omeir

PRESENTACIÓN

Los gobiernos Regionales Autónomos de la Costa Caribe de Nicaragua, a través de las Secretarías de Educación, respondiendo en gran medida al mandado de la Ley 28, y la Ley 162, conscientes y comprometidos con las transformaciones para garantizar una educación con calidad, entrega a los y las docentes y estudiantes Costeños los nuevos complejos didácticos de Educación Primaria EIB, los cuales incluyen libros de texto, y guías didácticas del maestro, de las áreas de Lenguaje y Comunicación (Lengua materna, Español como segunda lengua), Persona Cultura y Naturaleza, Matemática y Arte, Recreación y Educación Física.

Los nuevos complejos didácticos sustituyen a los que se venían usando desde 1994. Este producto es el esfuerzo de las y los costeños con la construcción del modelo educativo (SEAR) basado en los principios de autonomía, interculturalidad, solidaridad, equidad de género, calidad y pertinencia.

Seguro que los y las docentes con su iniciativa, creatividad y empeño, sabrán aprovechar y obtener el mayor beneficio de estos materiales básicos que ponemos en sus manos, a fin de lograr en nuestros estudiantes, el pleno desarrollo de sus capacidades, habilidades y destrezas, como constructores de sus propios aprendizajes.

Pedimos a docentes, estudiantes, padres de familia de la Comunidad Educativa y líderes de las comunidades en general, para que utilicen este material como propio, velando permanentemente por su conservación.

Secretaría Regional de Educación

RAAN - RAAS

INDEX

Unit 1 *“MOVE QUICK AND COMPITE BETTER”.*

Contents	Páge
1. Introduction	
2. Physical Education	2
3. How to dosage a program and planify a class.	3
4. Tips	4
5. Evaluation	5
6. Physical Fitness	6-11
7. How to work the unit: Physical development	13
a. Organization	14
b. Strength	15-28
c. Running	29-31
d. Throwing	32-34
e. Jump	35
8. Games	37-52

This teacher guide was made with the purpose to offer to our Bilingual Teacher an instrument to be able to teach music and dance, physical education and handy craft in an easy and proper way.

The guide is divided in three sub areas; Music and Dance, Physical Education and Craft, each one with its own Methodological orientation that includes methods and steps to teach each content, it has a theoretical explanation and illustration accompanied with practical exercise even though the orientations are very clear and many of them could be done by the teacher, it is necessary that teachers receive workshops with specialists on each sub-area.

Physical Education, music and dance and handy craft play a big role in student's development; physical and spiritual.

I hope that this guide will be a great help and permit you to be a better teacher.

Index

Music and Dance

Unit 1 *“Dancing and Singing we live happy”*.

Contents	Página
1. Music	58
2. Multiple zone of intelligence	59
3. How to plan a class.	60
4. Musical instruments	62
5. Flute	63-66
6. Guitar	67-78
7. Singing	79-80
8. Songs	81-91
9. Dance (Folklore)	93-97

Index

Unit 1 “Use natural resours rationaly”.

CONTENT	Páge
1. Types of Wood	101-102
2. Uses of Wood	103-105
3. Dimension of Lumber	106
4. Defects in Lumber	107-108
5. How to use a Hammer	111
6. Hand saw and its parts.	112-114
7. How to saw with a hand saw	115-120
8. How to use a crosscut hand saw	121-122
9. Carpentry tools	123
10. How to work wood	124-125
11. Costura	127-138
12. Manualidades	139-141
13. Project	142-160

PHISICAL EDUCATION



Physical Education

To teach exercise especially to children it is important that the teacher knows what to teach how to teach, how to dosificate the units, use different method and technique to achieve the objectives and how to plan.

A psychical Education teacher should take in consideration the age and capacity of the students when planning.

What to teach? The Six Grade Program Gives you the units an contents that should be Thought.

How to teach? Here are some basic steps to teach and exercise class.

1. **Motivation:** By explaining the objectives and the uses in daily life of the different games and exercises.
2. **Warm up:** Here you organize the class and put the students to warm up. A classical way of warm up (The students trot 400 meter then make exercises to lubricate the joints).
3. **Explaing:** And demonstrate the exercises and games, the explanation and demonstration must be clair and short.
4. **Practice and make correctious:** This you do to make sure that every one understood the demonstration and make correction if necessary.
5. **Competition:** After the students understood the games you put them to play.
6. **Relax and evaluation:** Here the students make exercises to relax the body and come back to a normal state, also at this moment you evaluate the class.

How to dosage a program and planify a class?

A school year has 80 frequencies of Physical Education, two times a week it is given, so it is recommended to make your yearly dosification taking as reference the following distribution.

Initial Physical fitness _____ 5 sessions, 30 minutes each one

Final Physical fitness _____ 5 sessions, 30 minutes each one

Exercises for physical development _ 70 sessions, 15 minutes each one

Games _____ 70 sessions, 15 minutes each one

An exercise class is divided in to three moments or parts:

Beginning, central and ending.

Beginning, this is the moment to prepare the students Psychological and Physically. At this moment you explains the objective and uses of the exercises and games that will be played during the class. Then you make a general worm up.

Central (30 minutes) here is where exercises and games are played

Ending (5 minutes) this is the moment when the students do soft exercises to relax and return to a normal state, also it's the moment when the teacher makes an evaluation.

So as you can see an exercise class last 45 minutes divided in three moments: 10 minutes, 30 minutes and 5 minutes.

The six grade program has two units, physical development and games and each class is consisted of the who units simultaneously.

EXAMPLE OF A CLASS

Beginning (10 minutes) _____	Explanation and warm up
Central (30 minutes) _____	15 minutes, exercises for physical development
	15 minutes, games
Ending (5 minutes) _____	Relax _____ Evaluation

So as you can see, in physical Education both units are thought simultaneously.

Here are some tips.

- Always try to keep the students motivated.
- Ubicate your selves in a position that permits you to see each and every student.
- Establish an agreement with the students so at the sound of a whistle every one stops and listen.
- Make sure that when you plan or organize your class every student has something to do or taking part in the class.
- Attend each student according to his limitation or potential.
- When so ever you form the different teams make sure that they are even in size and strength and ability.
- Take part in the activities with the children.
- Always remember the moral values (Respect friendship, team work, order)
- Give special attention to those students that are timid or back word playing games.
- Always work both sides of the students body, if the child works his right hand five times then he most works his left hand five times.

Evaluation

Evaluation is an important moment in teaching it permits you to know the progress of each student and to detect if you are achieving the results you are expecting.

The way to evaluate an exercise class is as follow: Each class has a value of ten (10) points, you evaluate: (Assistance, participation, respect, order friendship). At the end of a month you will have eight classes wich will give you a total of 80 points, the other 20 points are divided into 10 for technical skill and ten for teorical (Example the student work technically well and knows the uses of the different exercises in his daily life.)

Phisical fitness

At the beginning of the school year the students make a physical fitness test, the results of these tests permit the teacher to knows the physical fitness of each student and how to work them during the school year.

These are the tests:

- Push up
- Sit up
- Speed
- Resistance
- Long Jump

TEST	AGE	DISTANCE	GENDER		
Speed	10 or more years	60 meters	M	F	Seconds
Resistance	10-12 years	400 meters	M	F	Minutes and seconds
	13-17 years	600 meters 800 meters	M	F	Minutes
Push up			M	F	Repetition
Sit up			M	F	Repetition
Long jump			M	F	Meters and centimeters

General methodology

Before making these tests the students should make a general warm up and exercises to lubricate the joints.

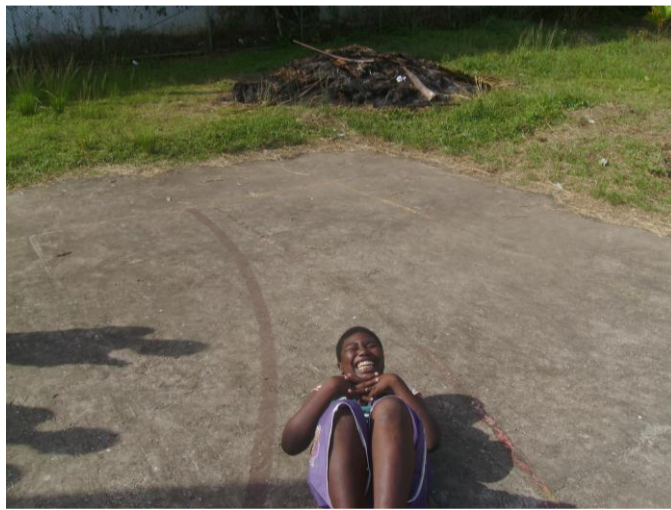
Speed

To measure the velocity use a chronometer if not, use a watch that mark seconds. This test you make it in an area that has a length of 65 meter or more, you have a starting line and an ending line. The students should run in a strait line



Sit Ups

The test should be made on a clean and level floor. The student should be down on his back, with his knees bended, hands cross over the chest, and he will sit up and lie down. The teacher will count the amount of repetition.



Long Jump

This test you do on a flat area, you have a starting line, with your legs separated in line with your shoulder you jump as far as possible.



Push ups

This test is explained with the drawing



Resistance

This test is made in a big open area the student will be running from a starting line and finish when completing the amount of meters to be run students should be warned that it is dangerous to reach to an exhausted point so if he is too tired he should slow his trot.



FIRST UNIT I



How to work the unit: physical development

This unit consists of the following contents:

- Organization
- Strength and stretch
- Speed
- Resistance
- High Jump
- Long Jump
- Throwing

Most of these contents the students have been practicing in fifth grade, but it is important to understand that exercise is a constant repetition and when so ever you stop practice you lose the physical ability, also the student is in a growing process so he needs the exercise to develop his body.

To have a clear understanding of each unit this guide has under each content an illustration.

Organization

Before you work this content it is important that you talk with the students about the uses and importance's of these exercises in they daily life.

Organization helps to keep a class in order and maximize the time. Also these exercises develop coordination rhythm and Audition.

Line



Row



Strength

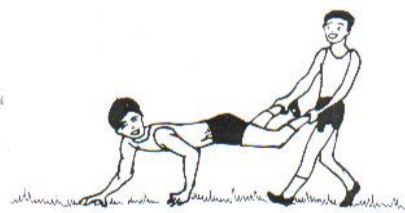
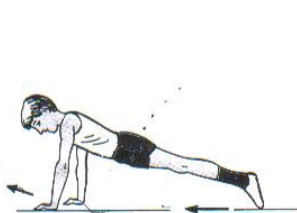
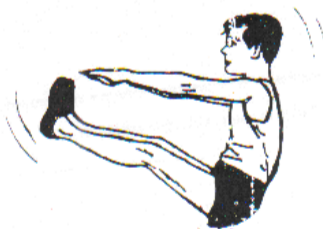
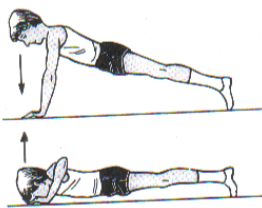
Strength is needed in every thing you do, it gives confidence, makes the body acquire consistence, presence and vigor. A strength person generally defends and produces more in his work. A human body is heavy and to hold up this body, strong muscle and bones are needed, if they are week then you form bad shape.

When you want to develop strength with children it is important that you know how to work it, be carefull not to over load and over force the body because it can cause hernia or tear a muscle.

They are different exercise to develop different parts of the body. Here are some of these exercises:

1. Make a good warm up.
2. Practices push ups (6-8).
3. Carry a companion on your back (same weight).
4. Practice to walk on you hands (carretilla) 8-10 meters.
5. Practice making exercise leaning on a wall with feet separated make strength.
6. Make push up putting knees on the floor.
7. Walk on you toes (20 meters, 2 repetitions).
8. Sitting, rest on your arms, raise and descend legs maintaining knees strait (cross over 1 eggs).

Strength



Stretch



Running

Almost every sport and game are played running, so its important to learn to run. Running contribute to you health by helping blood circulation, strengthen hearth, longer, boons and muscle.

Running requires coordination of the body but also needs proper technique.



Speed

When working speed it require a proper warm up.

To develop this physical hability:

- Coordinate hands with feet when running.
- Make crouch, long jumps, jump like frog.
- Practice break-of from different position when hearing a sound (laying dow, sitting).
- Make break of running full speed (10, 20, 30, 40 meters.)
- Run in a straith line

Break of



Resistance

When practicing resistance, it doesn't need to much warm up, also you must not over work students under 13 years. Trotting 400 – 600 meters works the circulatory and respiratory systems very well.

Here are some exercise to develop resistance:

1. Fattlek (walk 20 meters, run full speed, 30 meters, walk, 20 meters run, 50 meter at a moderate speed, walk 20 meter then run, 50 meter at full speed) 2 or three repetition. Rest three to 5 minutes, do this 3-4 times.

2. Run Slowly (trot) 1-2 minutes do this 3-4 times, rest 2-3 minutes between repetition.

- Walk full speed during 2-3 minutes. (3-4 repetitions)



Throwing

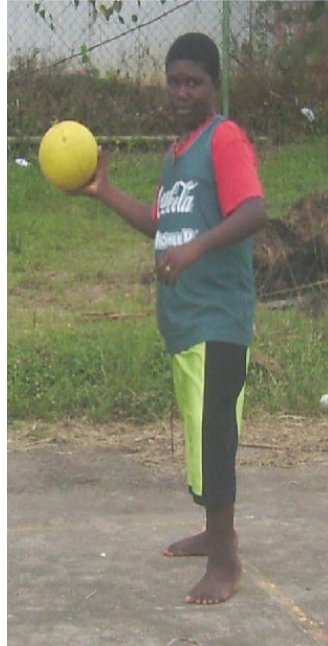
They are many ways to throw and each way has its advantage.

This content has four ways of throwing: over hand, side-on, rolling and chest the illustration explaining the different ways.

Over hand



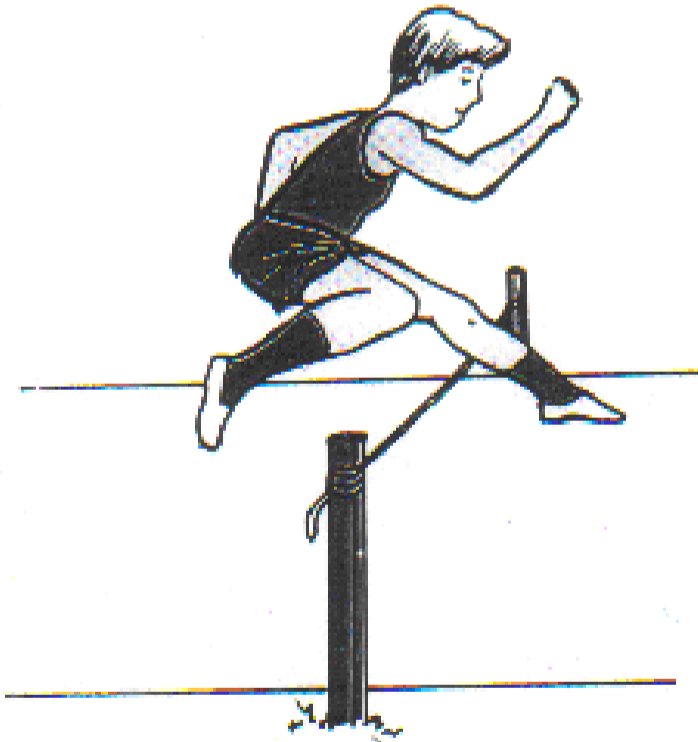
Side on



Chest



Jump



SEGUNDA UNIDAD



SECOND UNIT

Juegos



Los juegos como eje motivador de la clase de Desarrollo Físico General, constituye el 50% del programa. Su propósito es brindar alegría y entusiasmo a los alumnos(as) y completar el trabajo técnico deportivo y fisiológico realizado con los ejercicios de Desarrollo Físico General. Se contemplan para el sexto grado tres tipos de juegos: Variados, Tradicionales y Predeportivos.

Juegos Variados

Estos juegos son de gran valor biológico ya que permiten desarrollar todas las capacidades físicas y habilidades motrices básicas.

También tienen un valor formativo ya que propician la práctica de actitudes y valores de manera constante y metódica.

Los alumnos los prefieren por su gran calidad, competitividad y dinamismo.

Actividades iniciales

Para obtener mayor efectividad en estos juegos, se les sugiere a los docentes tomar en cuenta las siguientes indicaciones:

- Preparar con suficiente tiempo las condiciones y materiales a utilizar.
- Hacer un buen calentamiento general y una buena lubricación antes de desarrollar estos juegos.
- Valerse de monitores para el arbitraje y guía de la actividad
- Realizar 3 (repeticiones) de cada juego, una de inicio, otra de revancha (Desquite) y la última de desempate.

Actividades de desarrollo

El docente orienta el desarrollo de cada uno de los juegos variados de acuerdo a las indicaciones que en cada uno se detalla

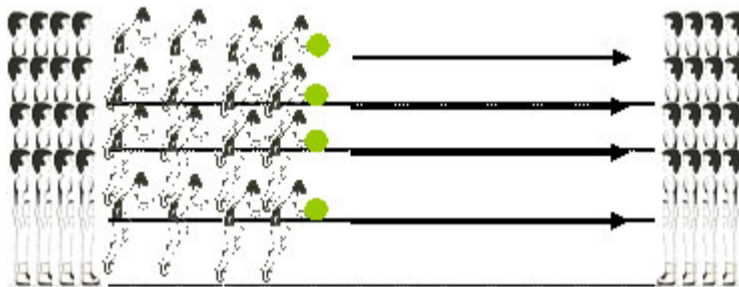
Corre y tira

Hacer de 4 a 6 hileras, cada una de ellas con una pelota, empezando el primer set a una distancia de 10 cm

El calentamiento previo debe enfatizar en los movimientos de brazos y piernas, y es preferible hacerlo con pelotas de trapo.

Practique el juego corre y tira organiza a los alumnos en varios equipos.

Forme hileras y ubíquelos como aparecen en la gráfica



Al escuchar una señal, el primer jugador de cada equipo, correrá a la línea, tomará la pelota y la lanzará al siguiente, quien se la regresará para que la deposite otra vez sobre la línea y regrese velozmente a su hilera, ubicándose al final de la misma. Inmediatamente el jugador que está al inicio de la hilera correrá, repetirá todo lo hecho por el primero y así sucesivamente.

Al jugarlo por primera vez iniciar a 10 mts. De distancia aumentando progresivamente.

Comenzar con balones grandes y livianos concluyendo con pelotas de hule o de trapo.

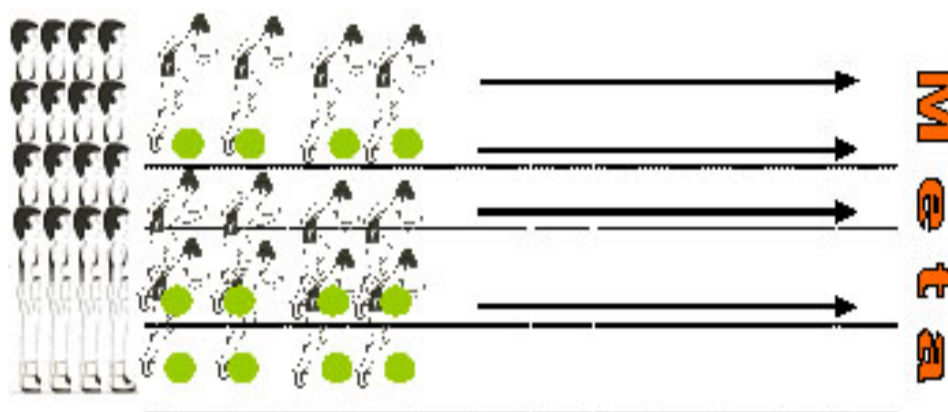


Quién es más rápido conduciendo el balón con los pies

Para desarrollar este juego el docente orienta formar hileras de 6 a 8 jugadores, empezando el primer grupo a la mitad de la distancia sugerida en el programa, caminando, luego al trote corto y el último grupo

corriendo, utilizando balones bien livianos (de plástico o balones desinflados) La bola no se golpea, sólo se empuja con el empeine o la parte interna de ambos pies

Para participar en el juego. "Quién es más rápido conduciendo un balón". Se organizan los alumnos en varios equipos como lo indica la gráfica



En forma democrática procedan a elegir al capitán de su equipo, el cual se ubicará al principio de la hilera

Al escuchar una señal, el capitán se desplazará hacia la meta velozmente conduciendo un balón con los pies. Al llegar a ella pateará el balón hacia el siguiente corredor, y se ubica al final de su hilera.

El que recibió, esperará a que su compañero de equipo se ubique en la hilera para repetir las acciones que el realizó y así sucesivamente hasta que pasen todos.

Nota: El primer juego puede realizarse con balones un poco desinflados para facilitar la conducción del balón

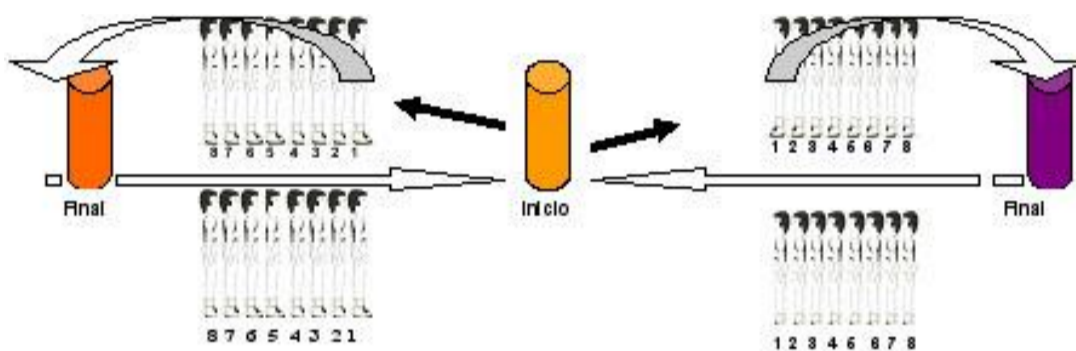
Carrera de números

Previo a la realización de este juego el docente orienta, elegir un monitor para controlar mejor el desarrollo del juego

Asegúrese que todos los alumnos memoricen su número y oriente hacer de 4 a 6 hileras. Pueden mencionarse varios números y repetir algunos para asegurar la atención e interés de todos y hacer el juego más dinámico.

Poner una banderola o señal tanto al inicio como al final de la hilera. Para que no se pasen llevando al primero ni al último Se participa en el juego "carrera de números" organizados en hilera

Cada hilera estará compuesta por 6, 7 u 8 con una distancia de 1 a 2 mts entre sí y numerados.



El docente menciona un número y todos los que tengan ese número correrán alrededor de su hilera hasta llegar hasta su punto de partida. Quien llegue primero obtendrá un punto para su equipo.

El juego denominado "Carrera de números" también puede realizarse con la siguiente variante

Marcar el lugar de cada jugador. A una señal saldrán los números uno. Los restantes saldrán sucesivamente cuando el corredor que le antecede vuelva a su sitio.

Todos deben hacer su salida por el lado derecho de sus compañeros. Igual a como lo indican las flechas.

Arrancada y llegada

Siempre apoyado por monitores hacer énfasis, en el orden, la alineación y la concentración.

Mencione con claridad y con pausas las voces de mando "a sus marcas" "listo" y posteriormente el número.

Este juego requiere fuerte calentamiento con énfasis en las piernas y tobillos.

Conviene hacer un inicio sólo con llegada a 20 o 25 mts y luego empezando a solo 15 mts, hacerlos correr y regresar. Los choques frontales son terribles y por eso se recomienda no hacer hileras impares y dejar una distancia mínima de un metro entre cada estudiante.

Realicen el ejercicio de arrancada y llegada formadas como lo indica la gráfica



El facilitador dirá "A sus marcas" "listos" y a continuación mencionará un número. Los jugadores de ambos equipos que tengan el número mencionado, correrán hacia la línea central, tocarán ésta y regresarán a su punto de partida, ganando un punto para su equipo el que llegue primero.

Los integrantes de cada equipo estarán enumeradas, en fila, separados un metro entre sí y a dos pasos de su línea de salida.

El número de integrantes de cada equipo debe ser par (6, 8, 10, 12, 14, etc), jamás impar porque habría peligro de choque entre los corredores frontales.



Juegos Tradicionales

La práctica de estos juegos es importante porque además de proporcionarle a los alumnos(as) alegría, permiten desarrollar la agilidad y

el equilibrio, también desarrollan su personalidad, cultivan su imaginación, su espíritu creativo y forman parte de la cultura de la comunidad, región y país.

Actividades iniciales

El docente inicia la práctica de estos juegos explicando la importancia de los mismos e indagando con los alumnos(as) los nombres de los juegos que tradicionalmente se han jugado en su comunidad y si son del agrado de los alumnos(as). Pueden incluirse haciéndole los arreglos necesarios para que resulten bien educativos y alegres siempre y cuando cumplan con el objetivo propuesto.

Actividades de desarrollo

Para orientar estos juegos es importante que el docente tome en cuenta las indicaciones que en cada uno de ellos se detalla.

Conviene que uno o dos días antes de realizar este juego, el docente oriente a los alumnos(as) que:

- Confeccionen el tablero en un cuadro de 16 cm² de lado, dividido en cuadritos (64) de 2 cm², ocho de cada lado pintándolo como aparece en la gráfica.
- Utilice 24 tapas de gaseosas o frutas para realizar el juego, los que se colocan a como aparece en la gráfica.
- Para jugar deben organizarse en parejas, en donde cada uno contará con un tablero (las fichas indican el movimiento).
- Se sortea el inicio del juego. La jugada consiste en mover las fichas diagonalmente y hacia el frente sobre los cuadros del mismo color, pudiendo avanzar un cuadro en cada turno.
- Cada jugador realiza una jugada y espera hasta que el oponente realice la suya.
- Si uno de los jugadores encuentra en su trayectoria uno o dos fichas contrarias y existe un cuadrado del mismo color desocupado detrás de éstas salta sobre ellas y se las apropia (se las come)

- El jugador que logra llevar una de sus fichas hasta la última fila de cuadros del campo contrario, convierte ésta en una dama o corona.
- La corona puede desplazarse y comer hacia atrás o hacia delante a lo largo de toda la línea diagonal de cuadros del mismo color.
- Gana el jugador que imposibilite el movimiento del contrario o deje a este sin fichas

Este juego consiste en formar una hilera en donde se escoge a un alumno(a) para que inicie la actividad.

Formados en hilera, apoyándose a una base o poste abrazados de la cintura, uno detrás del otro, se agarran fuertemente para no ser arrancado por el oponente.

Puede formar hilera de 5 a 8 alumnos(as) para realizar esta actividad. La hilera que logre mantenerse sin ser arrancada es el equipo ganador.

Zancos

- Este juego se requiere de mantener equilibrio con los zancos para llegar a un determinado lugar.



- Forme hileras, ubicándose detrás de una línea de salida frente a cada hilera y a una distancia de 20 metros. Colocar un obstáculo, a una señal el primero de cada hilera se desplazará en zancos hasta darle la vuelta al obstáculo, regresando a la hilera a entregar los zancos al siguiente jugador para que este realice la misma acción.



Juego de trompo

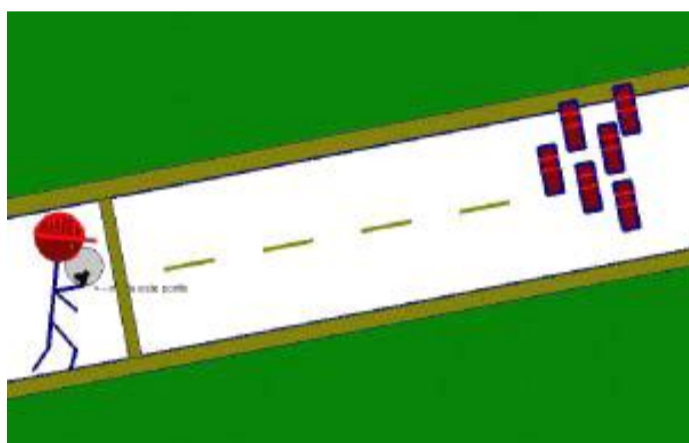
- Previo a la realización del juego es necesario hacer un calentamiento de brazos. Por lo que se necesita de mucho movimiento de los brazos.



- Este juego se realiza con un trompo de madera y una manila y se puede jugar en parejas o en grupo de más de dos personas.

Kithealy

- Para este juego se requiere de mucha concentración al lanzar con precisión una pelota hacia un punto fijo de manera que requiere de un calentamiento de brazos antes de realizar la actividad
- Para realizar este juego se forma una hilera y lance por debajo del hombro una pelota a una distancia de 10 m de largo, donde se encuentran 10 tacos puestos en un trecho de 2 metros de ancho.
- El equipo que logre tumbar los 10 tacos gana el máximo puntaje



Juego de Jacks

- Este juego necesita concentración y agilidad para atrapar la pelota y las piedritas.
- Para realizar este juego es necesario tener una pelotita de hule o una canica.
- Se utilizan de 4 a 12 piezas, pueden ser piedritas o semillas de frutas, esto en cas de no tener recursos económicos para la compra, de lo contrario lo puede obtener en las ventas.
- Se puede jugar en parejas o más estudiantes.
- El juego inicia así, se riegan todas las piedritas, luego hacemos saltar la pelota de forma que brinque o salte en el mismo lugar y antes de que ésta vuelva a saltar se tiene que cachar (agarrar) una piedrita con la misma mano a la misma vez. Así se continúa el juego hasta obtener

una por una. Si en un dado caso la pelota salta dos veces y no es agarrada una piedrita, pierde el juego.

- Para ganar se tiene que tener rapidez para no dejar que salte la pelota dos veces



Juegos Predeportivos

Con la práctica de estos juegos los alumnos(as) tendrán la oportunidad de participar en actividades competitivas donde manifestarán respeto ante sus compañeros de juego, control y autodisciplina, así como actitud positiva ante el triunfo y la derrota.

Actividades iniciales

El docente inicia la práctica de estos juegos, igual que en los anteriores explicando la importancia de los mismos en cuanto al desarrollo físico de su cuerpo y el fortalecimiento de valores de manera constante.

Las actividades de organización deben siempre estar presente en todos los juegos porque permiten que los ejercicios físicos se realicen en forma ordenada y disciplinada

Actividades de desarrollo

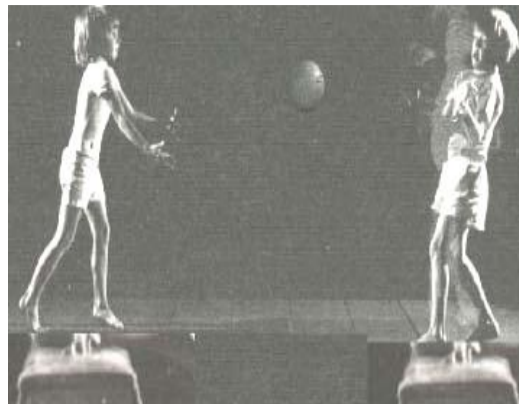
El docente orienta la realización de cada juego predeportivo siguiendo las indicaciones que en cada uno se detalla y al final de cada juego siempre debe hacer las siguientes preguntas:

1. ¿Les gustó el juego?
2. ¿Cómo les gustaría jugarlo?
3. ¿Cómo podemos mejorarlo?
4. ¿Por qué debemos mejorarlo?

Volleyball

El equilibrista

El docente orienta que este juego se realice en parejas y los materiales que se necesitan son dos bancos y una pelota de volleyball.



Desarrollo del juego

Ambos participantes se colocan de pie en los bancos, uno frente al otro y a una orden dada por el docente, inician a intercambiar pases tratando de no caerse. Cuando alguno se cae y apoya el pie en el suelo o envía el balón desviado, es penalizado con un punto. Vence el que tenga menor cantidad de puntos negativos.

Volleyball

Carrera contra pases



Para realizar este juego se necesita tener una red, un mecate y pelotas de volleyball.

Desarrollo del juego

Para iniciar el juego se orienta formar dos equipos de 6 alumnos cada uno.

Un equipo se coloca junto a la red, tres a cada lado y el otro se queda fuera, en fila y próximo a la red.

A una señal del docente el equipo que está colocado a cada lado de la red se pasa el balón sobre la red en el siguiente orden, del primero al último y del último al primero. Mientras que el primer corredor da una vuelta alrededor de la cancha y vuelve a su posición.

Los corredores obtienen un punto cada vez que uno de sus miembros consiga su objetivo, antes que el balón haga su recorrido descrito.

Cuando el último corredor acabe su función, los equipos intercambian los papeles. Al final vence el equipo que más punto consiga.



Volleyball

Relevo de pases

Para realizar este juego se necesita una red y una pelota de volleyball.

Desarrollo del juego



Con los alumnos(as) se forma un equipo.

La mitad del equipo se coloca en un lado del campo y la otra mitad en el otro lado. A una señal dada por el docente, realizan pases de un lado al otro de la red, mientras cuentan los pases dados, sin que el balón caiga al suelo, gana el equipo que haya conseguido el mayor número de pases en un tiempo dado.

Basketball

Robo del balón

Para realizar este juego se necesita tener una pelota de basketball y los grupos que se conforman son de 4 a 6 jugadores.



Desarrollo del juego

Se dibujo un círculo dentro del campo y los alumnos(as) se colocan de la siguiente forma:

Un jugador se coloca con el balón en el centro del círculo y los demás jugadores alrededor del círculo intentan arrebatárselo al que está en el centro. Mientras realizan esta actividad o pueden pisar con los pies el interior del círculo, aunque sí apoyar las manos. El que consiga arrebatárselo el balón intercambia su papel con el del centro.

Basketball

Campo minado

Para desarrollar este juego se forman dos equipos de 5 a 10 jugadores y se necesita tener una pelota de basketball.

Desarrollo del juego

Un equipo se dispersa por el terreno de juego, de manera que ocupen el mayor espacio posible al girar sobre un pie. El otro equipo, todos con balón, van saliendo desde una línea de campo hacia la opuesta rebotando la pelota y sorteando a los contrarios. Si algún jugador es tocado, vuelve a la línea inicial opuesta y después se invierten los papeles, el equipo atacante puede salir de uno en uno o todos a la vez



Basketball

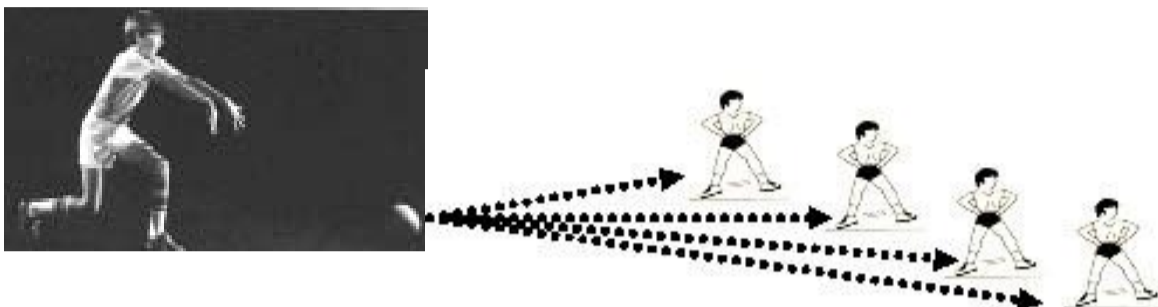
Pases en hilera

Para realizar este juego se forman con los alumnos(as) dos equipos, los cuales se colocan en hileras y un miembro de cada equipo, denominado el lanzador se coloca al frente de la hilera. Para este juego se necesita tener una pelota de basketball.

Desarrollo del juego

Un miembro de cada equipo, el lanzador, se coloca delante a unos tres o cuatro metros de su grupo (que se dispone de pie y en hilera). A una señal del docente, pasará la pelota al primero, este se la devuelve y se sienta. Luego el segundo hace lo mismo y así sucesivamente hasta llegar al más

alejado, entonces el último se va al lugar del lanzador y éste a la primera posición, para empezar de nuevo los pases, todos de pie. El grupo que acabe antes habiendo pasado todos una vez por la función de lanzador es el ganador (grupos de 4 a 8 jugadores).



Baseball

Autobateos

Desarrollo del juego

Cada jugador con una pelota en una mano y un bate en la otra. A una señal, lanza la pelota a más de un metro de altura para batear (también por encima de un metro de altura) y volver a cogerla antes de que caiga al suelo. Gana el que más veces lo consiga en un minuto. El bate se puede tomar con las dos manos en el momento del golpeo. Número de participantes: grupo numeroso.

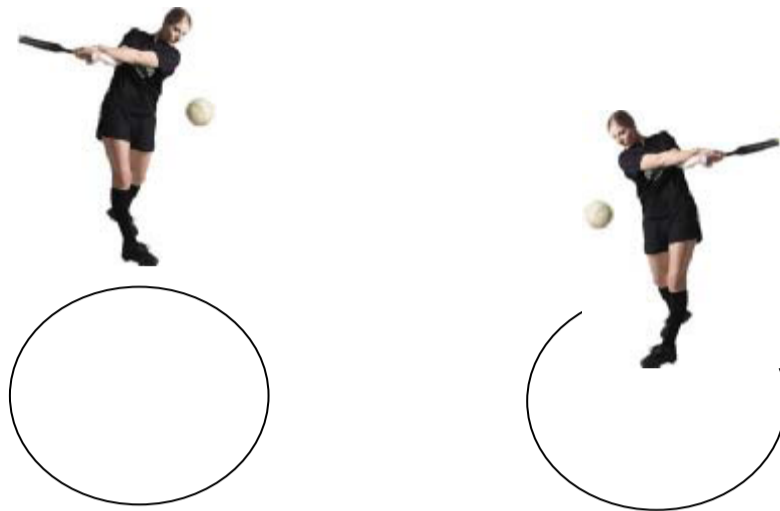


Baseball

Bateo - pase

Desarrollo del juego

El docente orienta a los alumnos(as) que dibujen en el campo dos círculos (aros), uno frente al otro, en cada aro o círculo se coloca un jugador con la pelota y un bate, y a una señal del docente, el jugador que está colocado en uno de los aros, inicia el juego bateando la pelota al otro jugador que está frente al otro aro, éste la agarra y la batea regresándola nuevamente al otro jugador.



El juego consiste en pasarse una pelota bateada tras un auto pase y recibirla sin que caiga al suelo desde el interior del aro o tocando con un pie en su interior. Gana la pareja que más veces lo consiga en un tiempo determinado (parejas).

Baseball

Pitcher tocado

Desarrollo del juego

El pitcher pasa la pelota en óptimas condiciones para que el bateador pueda darle y huye corriendo en sentido contrario. Si al bateador consiguen tocarlo con la pelota, continúa el pitcher con las mismas funciones y si falla habrá cambio, la separación entre ambos oscilará entre

3 y 5
metros
(parejas)



Fútbol

Pases y retroceso

Desarrollo del juego

Los miembros de la pareja, separados unos metros de distancia y metidos en el aro. A la señal



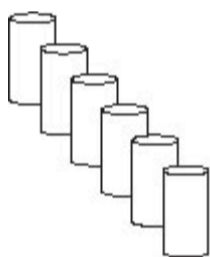
del docente, el que tiene el balón lo pasa a su compañero. Si el se recibe en el interior del aro se considera válido y se separan medio metro más. Pero si el pase no es bueno, continúan intentándolo. Vence la pareja que antes traspase las líneas de fondo y consiga un pase válido (parejas).

Fútbol

Gol - Cono

Desarrollo del juego

El equipo atacante se pasa el balón hasta que alguno se encuentre en posición propicia para disparar a cualquier cono y tocarlo. De esta manera, se consigue un gol. Cada jugador puede tocar la bola un máximo de tres veces consecutivas. El cambio de funciones puede realizarse tras un tiempo de partido o cada tanto conseguido (equipos de 4 a 6 jugadores)



Fútbol

Relevos de cabeza

Desarrollo del juego

Cada grupo se coloca en fila, todos enfrentados a un jugador del mismo equipo que se sitúa a unos dos o tres metros del primero. Éste dentro de un aro y con el balón en las manos, lo lanza al primero para que se lo devuelva mediante un pase de cabeza, sin que dé un rebote en el suelo. Si lo consigue, el rematador se agacha y el pasador lanza el balón al segundo y así sucesivamente hasta que todos los miembros del equipo cabeceen. Si alguien falla continuará el balón, hasta que consiga realizar el pase directo a su compañero de enfrente



Glosario

Arbitraje: **Umpiring (umpire)**

Altruismo: **Altruist**

Amplitud: **Amplitude**

Arquear: **To bend, curve**

Desecho: **Waste**

Diagonal: **Diagonal**

Eximidos: **To Exempt**

Elogio: **Praise**

Excursiones: **Excursion**

Fisiológico: **Physiological**

Flexión: **Flexion, to bend**

Hilera: **Line, Row**

Ineludible: **Ineptitude**

Lubricación: **Lubricate**

Monitoreos: **Monitor**

Mixtas: Mixed

Obstáculo: Obstacle

Revancha: Revenge

Tradicionales: Traditional

Bibliografía

Los juegos en el currículo de la Educación Física.

Editorial Paidotribo 2000. 4ta edición

Programa de Educación Física,

MECD, Managua

Bolaños Bolaños Guillermo, Wood bum Sharon S. Guía Didáctica de Educación Física Escolar. Costa Rica.

Castaner B.M. La Educación Física en la Enseñanza Primaria: Una propuesta para la enseñanza: INDE, Edición 1976.

Pacheco López Rodrigo, Educación Física y Recreación Infantil. Costa Rica, Edición 1977

MUSIC



Music

Music is as old as man himself. According to anthropological investigations; primitive men used their voice to communicate, express feeling, even called to war. They also made musical instruments such as drums, flutes and some types of string instruments. These three types of rudimentary instruments gave birth to the modern instruments we use today.

Several investigators have concluded that every village has its own music. In the different continents you find music as a way to express feelings, in religious celebration, at work, festival and other activities.

Every country has its own musical style, musical instruments, dance and rhythm. Although some times you find a mixture of music from one place to the other.

SOUND

This world is full with sounds and the ear is the organ that permits us to hear those sounds, to appreciate and understand where it is coming from, to determine if it is dangerous.

Our ear is such an important organ; it permits us to communicate with the outer world. Our ear is capable to distinguish 400.000 sounds. For this reason it is indispensable to take care and protect our ear especially from extreme noise. In our ear resides our balance.

Multiple zone of intelligence

Howard Gardner made a research on human brain and he discovered the existence of different zones in human brain that process information of specific areas and constitute different forms of intelligence that give solutions to problems.

In 1983 H.G. published these results and according to him there are eight zones although recently two of Gardner explain the localization of these intelligences in different parts of the brain, so a brain damage could affect one of these intelligences and not the others.

It is proven that some people are good at something, for example with music, but have serious limitations in other areas. Investigations made have shown that this is due to the multiple intelligence which permits that each person has his strong area and weak area. So according to these results it is possible to give direct attention to both areas, to the strong area to get optimum results and to the weak to stimulate it.

The musical intelligence is located on the right hemisphere of the brain and it was well stimulated in European children during the XX century.

HOW TO PLAN A CLASS

When working with primary students it's recommended that the class be of 30 to 40 minutes.

You may plan three to four activities in a lesson so that the class be dynamic and entertaining. These activities could be a new content that will be developed and activities of contents that the students will review.

The activities should be balanced between dynamic activities and soft activities.

It is also recommended to take in consideration the moment of the class: if it is in the morning when the children are calm or if it is in the evening, when the students are tired, heated and restless.

This factor will help you to locate correctly the activities of a lesson; if it needs to be dynamic or less dynamic. It is recommended that you combine activities from different areas for example: In a lesson you sing and play music if possible dance.

It is important to remember that the learning process is continuous and it takes various classes to learn or to achieve the objective.

Evaluation

A big percentage of the evaluation comes from participation but also you should evaluate the practical part of the class. For example; if you are evaluating flute, you look at the position of hands, mouth and emission of sounds.

FIRST UNIT I



MUSICAL INSTRUMENTS

Objective:

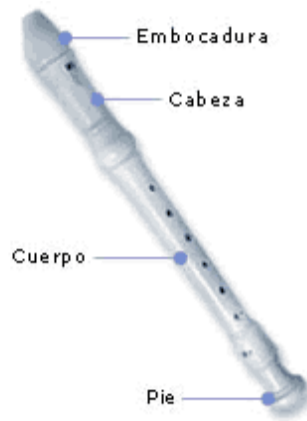
Create conditions that will give opportunities to students to play a musical instrument and participate in a musical group.

- Give students necessary tools so they can play musical Instruments and sing.
- Encourage student to form musical group.

Contents and activities.

COMPITENCE	CONTENTS	INDICATOR OF EVALUATION
Show skills to play different musical instruments	<ul style="list-style-type: none">- Flute- Guitar- Drum	<ul style="list-style-type: none">✓ Participation✓ Respect✓ Friendship✓ Team work✓ Self respect✓ Order✓ Position of hands✓ Position of mouth✓ Emission of sounds

Flute



Flute

Beginning activities

1. Organize the students in a semi circle and present to them a flute. (recorder)
2. Ask the students to talk about flute.
3. Talk about the different types of flute.
 - Listen to a flute played on a tape recorder.

Development

- Teach the students how to play a flute.
- Teach the correct position of the body when playing flute.
 1. Keep the body straight but at the same time relaxed.
 2. Keep the flute inclined (slanting) down, in an oblique position to the body, never perpendicular because it will not sound well.
 3. Lips must be dry, pressing on the flute.
 4. The emission of the sound is not to blow, is like saying to softly with the movement of your tongue.
 5. Inhale air through you nose
 6. Teach how to set fingers on flute.
 7. Teach how to play: Si, La, Sol, Fa, Mi, Do, Re.
 8. Invite some one who plays flute and ask him to play and share with the students

Final activities

1. Practice to play the different notes.
2. Practice playing different notes together.

Recommendation

1. Practice with the students two times a week a 20 minutes practice is sufficient.
2. The more you practice, the more you learn

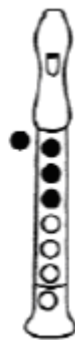
SI



LA



SOL



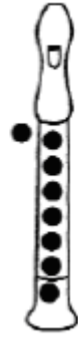
FA



MI



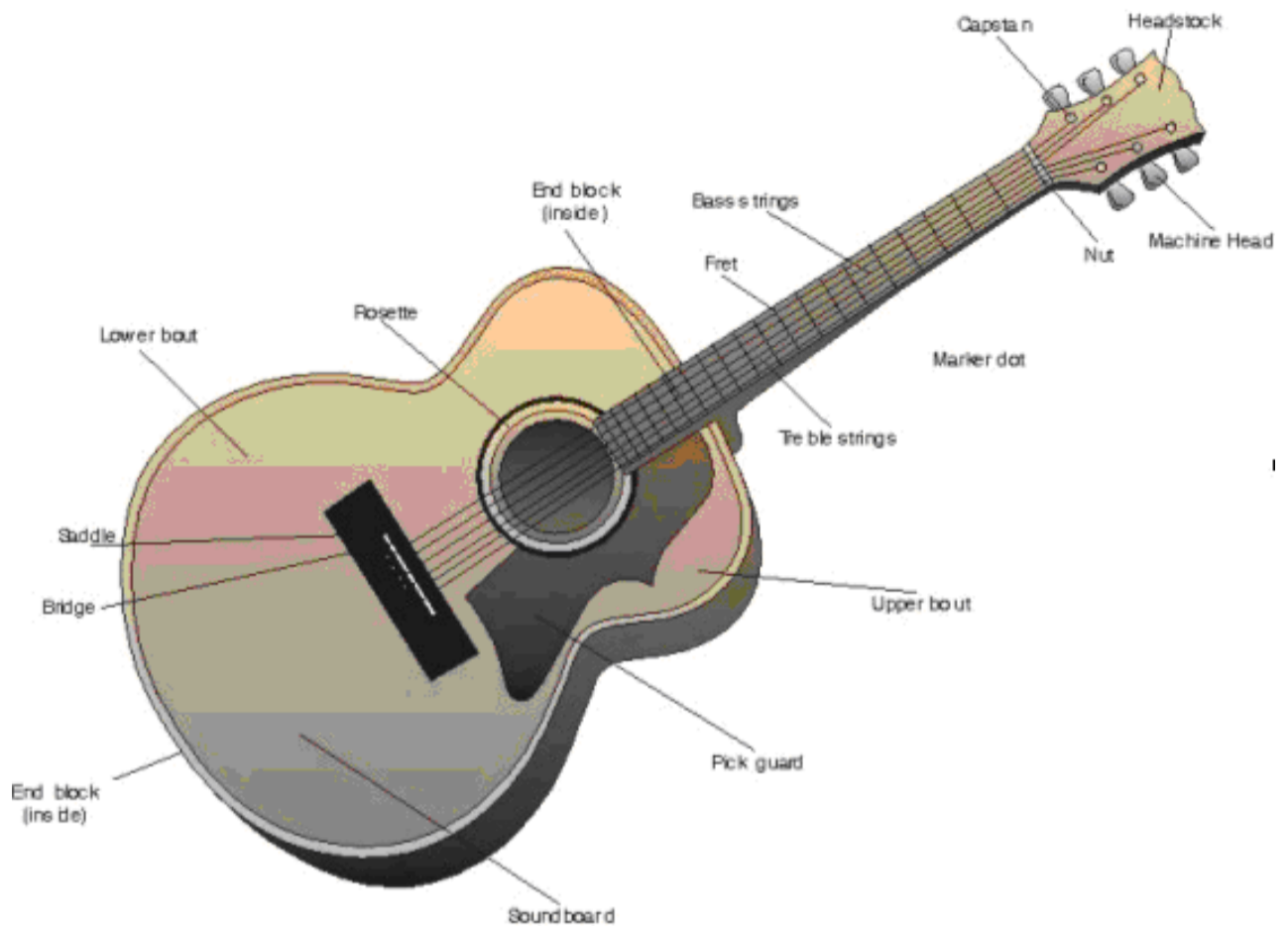
DO



RE



Guitar



INTRODUCTION:

First of all, we must forget everything we've ever thought about how complicated playing music is.

Many people fear music and think that it takes a genius to be a good musician. To be a master it might take a genius, on the guitar, sound good and have a great time is only a lesson or two away!

LET'S LEARN!

I am assuming that prior to reading this you have a pretty good idea of how to hold a guitar and pluck the strings either with your finger(s) or with a guitar 'pick'.

(For Lefties, Do everything opposite i.e. 'left upper thigh' etc.)

Playing guitar can strain your back if you do not maintain an upright posture. Pick up your guitar and place the back of the guitar against your stomach. If you are right handed, the guitar neck should be pointing towards your left. Rest the guitar body on your right upper thigh.

Now place your left hand around the guitar neck and place your right arm around the body so that your hand is lying by the strings. Adjust your body positioning so that you are completely comfortable.

Hand Positioning



If you're left handed, don't worry. You have two options here. The first option is to buy a right-handed guitar and re-string it, so that the order of the strings in figure 3 is reversed. The second option you have is to buy a left-handed guitar.

If you're right handed, you will use your left hand to construct chords.

The left hand fingers are bent and pressing down on the strings on the fret board. The back of the neck is curved, so that your hand molds into the shape of the neck. Your thumb is arching over the top of the neck. This is a common thumb position for constructing chords.

It is also ok to press your thumb into the back of the guitar neck when constructing chords, although this is more common when playing scales. Try out both thumb positions and use the one that is most comfortable for you.

Right Hand/Arm

This is the hand that you will use to "strum" the strings to make the different chord sounds. Rest/Lie your right arm over the guitar. Your right bicep should be resting on the top of the body of the guitar. Your hand should be positioned directly above the sound hole in the guitar. This is where the sound is produced.

Here is a link to a great resource **WITH VIDEO** to show you what it looks like to strum and play and hold the guitar! However, that site also continues to teach traditionally and we are here to learn the guitar **OVERNIGHT!** So, let's not spend too much time over there. What we have here that they don't have there is.....Guitar Tablature! Or 'TAB' for short. This system allows you to get propelled into playing songs and 'riffs' on the guitar almost immediately! Guitar Tab is a universal language among musicians and even professionals use it as a reference. After this lesson, you will be able to Google the Guitar Tab for pretty much any song that you want and be playing the melody line or main riff within minutes!

What is Guitar Tab?

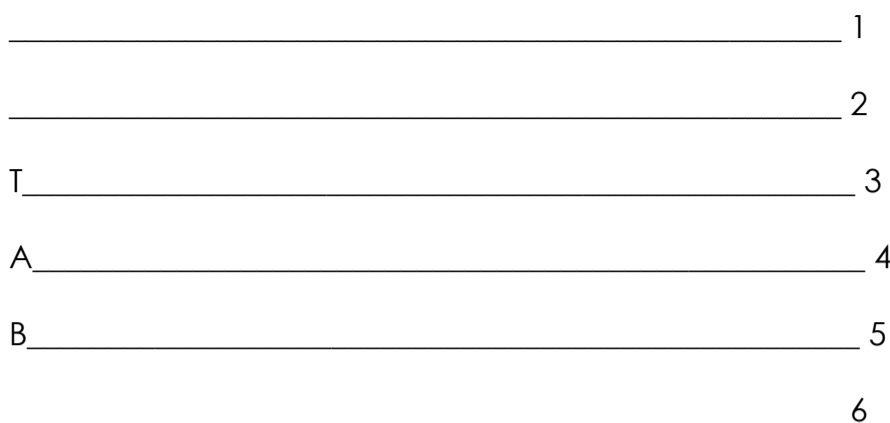
It is an alternative way of reading music. Instead of reading notes on staff paper which can be quite tricky, it is made up of a number system that is so easy everyone can play with ease!!

The following 6 lines do not represent your typical 'music staff' which actually has 5 lines. These 6 lines represent the 6 strings on your guitar.

The Top Line represents the thinnest or 'highest pitched' string on your guitar. The string that is closest to the floor. The bottom Line represents the **LOWEST SOUNDING** String on the guitar and this one is the thickest. It also is the closest to the ceiling.

****CHECK OUT THE GUITAR ANATOMY PICTURE AT THE BOTTOM OF THE REPORT!**

String #



NOW.....

This is what blank Guitar Tab looks like. Right now all you see are the 6 lines (6 Strings) I know you're thinking "why is it upside down?" I have no idea. That's how

Tablature was invented. Just imagine the bottom line as being the top string that's closest to you. With that out of the way we can work on our next keyword. "Frets."

I am sure you have heard this term before 'Guitar Frets.' If not, they are the metal strips that go up and down across the fingerboard of the guitar. They separate the notes (tones) on the guitar. When you place your finger (from your left hand) in between two frets and hold down the string you are then prepared to strum or pick the string with your right hand. Strings aren't meant to only be played open. When you hold down a string at a given 'fret' what you are actually doing is making the string shorter, thus making the pitch 'Higher' and changing the note (or tone).

There are usually about 20 something frets on a standard guitar. It doesn't make a big difference if you have 20, 22, or 24 frets on your guitar. This just means that you can play a couple notes higher on the guitar and those notes are so high pitched they are pretty annoying to listen to anyway! You will stay in the lower range of the guitar most of the time. Now let's get this 'Higher' and 'Lower' thing straight. In music, the musical notes (tones, pitches, whatever you call them) are changed by pitch. We all know that pitch means the frequency of sound so something high pitched would be like an opera singing lady who breaks a wine glass with a super high note. A Low pitch is similar to a Bass instrument or a man with a really deep voice. 'Deep' is the same as 'Low' when talking about pitch. On a slide whistle you blow into it and move the slide up and down to change the pitch. The closer you bring the slide to you the higher the pitch gets and vice versa.

On the guitar however it is not up and down. It is left to right. When you play a string open, that is the lowest (deepest) sound you will hear produced from that string. As soon as you place your finger on the First 'Fret' and then strike the same string again the pitch will be slightly higher. The more you move to the right the higher the pitch will get. (Because the string is getting shorter!).

There are usually dots on the fingerboard of your guitar to act as a guide when moving around and holding down different frets. Normally they are on the 3rd, 5th, 7th, 9th and 12th frets.

TIP:

You don't want to put your finger on the metal fret itself...but just slightly to the right of it produces the best sound.

Let's Play Already!!!

Ok, Ok. Now that we know what frets are. We know how to play a note (playing either an open string, or pressing down a fret on that string and then strumming it)

And we know what 'Blank' TAB music looks like. Let's learn how to read TAB and how it will help you.

The Lines represent the strings.

The NUMBERS represent the Frets.

0_3_5_0_3_6_5_____

Music (and TAB) is read from left to right like English.

The 'TAB' above tells you to play on the Low string only (the thickest string)

You know this because the numbers are only written on that string (the bottom line)

The number '0' means to play the string open. Then the number '3' means place your index finger of your left hand and hold down the 3rd fret on the low string (same string you played open). and then followed by the 5th fret and so on.

This is the main riff to the popular song 'Smoke on the Water.' If you are unfamiliar with this song you can see it and view at on Youtube. Type in 'Smoke on the Water.' this way you will know what it sounds like before you attempt to play it by reading it above. So if you play the string open (just strum the string without touching it with your left hand) and then the 3rd fret and then the 5th and then open again, and then the 3rd fret 6th fret and 5th fret...you have you have just played smoke on the water! Try this next song...EVERYBODY Knows the tune from 'Mary Had a Little Lamb' so you shouldn't have any trouble with it.

'Mary Had a Little Lamb'

_____ high string

_____ 2_2

_____ 4_2_0_2_4_4_4_2_2_2_4 LOW String

The first 4 notes (4,2,0,2) sound like "ma-ry had a"
 and then the three 4's (444) sounds like "lit-tle lamb"
 and then again with three 2's (222) is again "lit-tle lamb"
 and then the 4 on the low string and the two 2's on the next string sound like
 the final "lit-tle lamb"

Notice how the last two notes are on the next string. This would be the second string from the closest string to you. It is also the second most thick string on the guitar. REMEMBER: With guitar TAB you must already be familiar with the melody and rhythm of the song because even though the TAB shows you which notes to play to make the song, it does not show you how 'long' to hold each note in order to make the song sound right. For example, reading the above song 'Mary Had a Little Lamb' by just playing all the notes in a row without giving the proper time for each note would not sound very much like that song at all! You know to put a pause in between 'little lamb' and the next 'little lamb'. Also, you know that the last 'lamb' is held for a slightly longer amount of time than the rest.

Here is a scale study for the guitar. This will sound like (Do-Re-Mi-Fa-Sol-La-Ti-Do) It is know as the 'Major Scale' and plays a HUGE part in music in general.

It is also a great finger strengthening exercise for the guitar player. This requires you to play on three strings. Frets # 3 and 5 on the LOW string. Followed by Frets # 2, 3 and 5 on the very next string. Lastly, frets # 2, 4, 5 on the 3rd string. Executed correctly it should sound like Do-Re-Mi-Fa-Sol-La-Ti-Do.

_____ high string

_____ 2_4_5

_____ 2_3_5

_____ 3_5 LOW String

As stated in the beginning, it is not intended for you to become a master overnight. But, with this information and the fabulous world of the internet and countless resources available you can take this as far as you want. Many famous musicians to this day do not know how to read music and 99% of them know TAB and can learn a song or solo quickly by reading the TAB.

You know how to play 'Mary Had a Little Lamb'

You know how to read Guitar TAB!!!!!!!!!!!!

You can now go look up the TAB for any song you want to learn for FREE online!

So you've been through Lesson 1. You've learned how to read and play 'Guitar TAB'. You also know how to play 'Smoke on the Water' and the 'Major Scale'! Congratulations!!! That was your first step toward great guitar playing and you should be proud of yourself.

Let's move forward shall we?

Guitar Chords...What are they?

I'm sure you've heard the term before, but what does it mean? What is a chord?

We learned that a 'note' or a 'musical tone' is basically any sound that a guitar would make. It is a definite pitch defined by a frequency of sound. The science of it is not really that important for this lesson but when you put notes together you make music! This is called a melody. Notes being played in a 'progression' (one after another) produce a melody...while notes played 'at the same time' or on top of each other is a chord. If you tried just playing any three (or more) notes together you wouldn't necessarily be playing a chord and it might not sound too pretty! So, to sum it up a chord is three or more notes played at the same time 'in harmony' meaning they sound good together!

Why are Chords Important?

Chords are very important in music, and extremely important in guitar music.

When you hear someone playing a song on the guitar and singing along, they are playing chords in the background to fill in the 'rhythm' section of the song. Most songs –even classical music- consist of a 'Melody Line' and a 'Chord Progression'. For example, in modern music the melody line would be "Wild thing, you make my heart sing" while the chords are being strummed in the background.

In classical music, the left hand on the piano or the 'rhythm' section of an orchestra would play the 'chord progression' while the main lead instrument or the right hand on the piano, would play the main melody line. (Most likely what will stick in your head!)

How do I play chords?

There are 5 'open' chords on the guitar. They are called 'open chords' because some of the notes in these chords are played as open strings that you don't have to put fingers on frets to accomplish. That does not mean

that the entire chord is just all open strings! Just a few notes of each of these 5 chords are open.

These chords are E, A, D, G and C.

Let's learn 'em!

We remember the guitar 'TAB' setup right?

_____ String #1-High String

T _____

A _____

B _____

_____ String #6-LOW String

REMEMBER: The Top line is the highest sounding string that is closest to the floor when playing the guitar. The Bottom line is the LOW (thickest) String on the guitar.

This is the 'TAB' for an 'Open E' Chord, a very common chord on the guitar.

NOTE: The 0's mean to play that string OPEN without holding down any frets.

_____ 0 _____

_____ 0 _____

T _____ 1 _____

A _____ 2 _____

B _____ 2 _____

_____ 0 _____

Notice how the notes are stacked on top of each other? This means to PLAY THEM AT THE SAME TIME! When they are written from left to right, then you play them one after the other....thus creating a melody line. When they are stacked, they are played at the same time thus creating a 'CHORD'!

So for this chord, you only have to hold down fret #2 on the two strings below the lowest string....I suggest using your middle finger for the first one and ring finger for the next, then you realize that the next string says fret #1 and your index finger is conveniently right there! It is always important to consider the best fingering for chords as they will help you play them easily and transition between them faster.

Here is a picture of someone playing an 'Open E' Chord! to give you a little bit more help!



ANOTHER TIP: Try to imagine making as much of a 'claw' as you can with your fingers so that none of your fingers touch the other strings. This can mute those notes and is a very common mistake people make when first starting to play guitar chords.

Only 3 frets are being held down here and 3 strings are being played 'open'. Hopefully now you fully understand what an open chord is and have some ease playing this E chord. This is not a beginner chord and is VERY Popular in all styles of music particularly rock 'n' roll and blues.

Let's Learn the Rest of the Open Chords!

Ok, if you insist!

The next open chord we will learn is the 'open G' Chord.

```

    3
    _____
    0
    _____

T  0
A  0
_____

B  2
  3
    _____
  
```

Yes, this one has 3 open strings in it as well. This is another really popular chord on the guitar. The 3rd fret on the bottom line (lowest string) should be played with your middle finger, followed by the 2nd fret of the very next string played with index finger. Then you skip 3 strings and leave them open! The high string (closest to the floor) you play the 3rd fret with your ring or pinky finger which ever one is easier for you!



The Next open chord we will learn is the C Chord.

This chord has 2 open strings in it and one string that don't get played at all!

This is common and you will see it with a few chords.

```

    0
    _____
    1
    _____

T  0
A  2
_____

B  3
  X
    _____
  
```

NOTE: The 'X' on the LOW String means DO NOT PLAY THAT STRING!

Simply start your strum on the next string, the one with the 3rd fret being held down.

Use your Ring finger for the 3rd fret. Then your middle finger for the 2nd fret on the next string. Skip a string (this one is played open) and place your index finger on the 1st fret of the second to last string. Finally, the last string is played open.

Here is a Picture of a 'C Chord.'



TWO MORE CHORDS TO GO!!

Open 'A' Chord:

```
  0
  —————
  2
  —————

T  2
A  2
  —————

B  0
  —————

  X
  —————
```

This chord is fairly easy...the bottom string is not played like in the C Chord. Then we have an open string followed by the 2nd fret on three strings in a row! Finally, an open string at the top.



The Lowest String is NOT Played or Strummed.

The index finger is on the 2nd fret of the second string, followed by the middle finger and then the ring finger, ALL on the 2nd fret of three strings in a row. The top string is played open (string closest to the floor).

LAST BUT NOT LEAST!

The 'D Chord' will be our final Open Chord on the guitar. You'll be amazed at how far you can go with just these 5 chords!

Open D Chord:

```
  2
  —————
  3
  —————

T  2
A  0
  —————

B  X
  —————

  X
  —————
```

This chord has TWO strings that are NOT Played at all.

The two LOWEST strings. (This means that when strumming the chord with the right hand you will start on the string that says 0, you will not strum every string on the guitar like the first two chords.

The next string is played open, followed by your index finger on the 2nd fret and then your RING finger on the 3rd fret of the next string. Finally, your middle finger on the 2nd fret of the top string (closest to floor).

Picture of Open 'D' Chord:



Open D Chord.

There you have it! You have learned how to play chords on the guitar, as well as learning all 5 open chords! Again, these are NOT beginner chords, these are professional level guitar chords that are used daily by guitarists and rock 'n' rollers all over the world! These are actually the most commonly used chords on the guitar and the most popular! Go out and get yourself a songbook of your favorite artist for guitar! Most ALL songbooks have the Letter of the chord written right above the lyrics so you can follow along and learn the rhythm for your favorite songs just by reading "G, or C, or E, etc..." You can also find the chords too many of your favorite songs by simply Googling 'Guitar Chords for _____ song.' They are not always 100% correct but you will be able to tell if it is way off and you'll also get some great free practice material!

This was Lesson #2 of a two-part lesson titled 'Teach Yourself Guitar Overnight!' I do have a third, separate lesson on the way that takes you even further into guitarism. The chords you learned in this lesson are all 'Major' Chords. In the next lesson, you will learn the 'Minor' Chords as well as the difference between Major and Minor chords. Also, we will begin to play songs using chords.

Step One: Know your instrument!

Before you start to play the guitar you have to understand the guitar. The following diagram shows the parts of a guitar.

Beginning activities:

- Sing with the students a song.
- Organize the class forming a circle.
- Present to the class two different type of guitar.

Develop activity.

- Teach the student how to play Guitar.
- Follow these steps:

Teach Yourself How to Play the Guitar!

Final activity

- Invite the student to play in group.
- Invite musician to the class room and ask them to play guitar with the student.

Singing



Voice is a musical instrument that human have, with it we can make different type of noises: cry, wisle, shout, laught, wisper and sing.

Objective

1. Teach how to sing correctly, with good respiration diction, posture, intonation and interpretation.
2. Sing accompanied with musical instrument.
3. Form a choice group.
4. Develop singing skills.

Competence	Contents	Indicator of evaluation
Show rhythm melody and clear. Pronunciation when signing.	<ul style="list-style-type: none"> - Melody - Rhythm - Clear pronunciation 	Participation Harmony Melody rhythm friend ship intercultural posture pronunciation.

Beginning activities

- Motivate the students to sing different song.
- Sing along wit the students different style of songs (Rhythmical sang, melodically song)
- Talk about the different style a song.

Develop activities

- Teach the students to sing with melody, rhythm, clear pronunciation and correct posture.
- Form with the students various groups and teach them to sing in harmony (do, mi, sol, each, group sings a musical note)
- Practice to sing these songs.

Songs

Rounds

The drums playing two tones and always the same tones: five, one, one five, five, five, five, five, one.

7. Little Tom Tinker

Little Tom Tinker got burned with a clinker. And he began to cry;
- "Ma ma, what a poor fellow am I."

8. Are You Sleeping?

Are you sleeping, are you sleeping? Brother John, Brother John,
Morning bells are ringing, morning bells are ringing: Ding, ding,
dong, ding, ding, dong.

Fun songs

1. Vive L'Amor

Let every good fellowship now join in a song, Vive la Compagnie! Success to each other and pass it along.

Chorus.. Viva la viva la viva l'a-mour Viva la viva la viva l'a-mour.
Viva la viva la viva l'a-mour, Viva la viva la viva l'a-mour

Viva la viva la viva l'a-mour

A friend on you left and a friend on you right, Viva la compaignic!. In love and good fellowship let us unite.....

Now wider and wider our circle expands, viva la compaignic! We sing to our comrades in far away lands.

2. Came A-Riding

Came a-riding on a day, zumta-di-ya-di-ya; zumta-di-ya-di-ya;
Hey! ZUMTADIYA ... (seven times)

Off he asked in manner bold.... How could I this wreath withhold?

This little heart I'd give to you Could I be sure your own were true.

3. Walking at night

Walking to night along the meadow way, home from the dance beside my maiden gay, walking at night along the meadow way, Home from the dance beside my gay. Hey!

Sto-do-la, sto-do-la, sto-do-la, pum-pa, sto-do-la, pum-pa

Sto-do-la, sto-do-la, sto-do-la, pum-pa, sto-do-la, pum-pa

Nearing the Wood we heard the nightingale,....

Sweetly it helped me tell my begging tale; (2)

Many the stars that brightly shone above,

But none so bright as her one word of love; (2)

4. Oh, my Darling Clementine

1. In a cavern in a canyon
Excavating for a mine,
Dwelt a miner, forty niner.
And his daughter Clementine

2. Light she was and like a fairy,
And her shoes were number nine
Herring bosas, without toasts'.

Chorus.....

Oh my Darling, oh my darling, oh my darling Clementine, you are
lost and gone forever draf-ful sorry, Clementine.

3. Drov the ducklings to the water,
Every morning just at nine.
Hit her foot against a splinter,
Full into the foaming brine.

4. Ruby lips abeve the water, blowing bubbles soft and fine; alas
form me! I was no swimmer, so I lest my Clementine.

5. Cielito Lindo

From la Sierra Moreno, cielito Lindo, come softly stealing,

Laughing eyes, black and roguish, Cielito Lindo, beauty
revealing.

ay, ay, ay, ay! Sing, banish sorrow! To pass the hours lightly
singing, cielito lindo gladdens the morrow.

In the sir brightly, flashing, Cielito Lindo, flies Cupid'sfeather,

In my heart it is strinking, Cielito Lindo de contraband.

Ay, ay, ay, ay! Canta y no llores-porque cantando se alegran

Cielito Lindo los corazones

Una flecha en el aire, Cielito Lindo lanzó Cupido

Y como fue jugando, Cielito Lindo, yo fui el herido.

6. ZUM GALI GALI

Zum ga-li-ga-li-ga-li (4 times)

1. Hechalutz le ´man avodah;
Avodah le ´man hechalutz.
2. Avogah le ´man hechalutz
Hechalutz le ´man avadah
3. Hechalutz le ´man hab´tulah
Habtulah le ´man hechalutz
4. Hashalomle ´man ha´amin;
Ha´amin le ´man hashalom

7. MARCHING TO PRETORIA

I´m with you and you´re with me,
So we are all together, so we
Sing with me, I´ll sing with you,
As we march along. Refrain
We have food, the food is good,
so we will eat together.
When we eat, twill be a trest,
And so we ae all together
So we are all together,
And so willsing together
We are marching to pretoria
Pretoria Pretoria
We are marching to Pretoria,
Pretoria hurrah!
And so we will eat together,
So we will eat together
And so let us sing together.

8. ALOUETTE

Alouette, gentile Alouette , Alouette, je te plumerai

Je te plumerai la tete, je te plumarai la tete, et la te te oh

2-La ec—3-le nez – 4-le dos—5 les pattes—6- le cou.

9. LET US SING TOGETHER

Let us sing to-gether, let us sing together, one and all a joyous song.

Let us sing together, one and all a joyous song,

Let us sing again and again, let us sing again and again,

Let us sing again and again, one and all a joyous song.

Folk Songs

1. Bring Back My Bonnie

1. My Bonnie is over the ocean,-
My Bonnie is over the sea,-
My Bonnie is over the ocean,-
Oh! Bring back my Bonnie to me

2. Oh! Blow, ye winds over the ocean
And blow, ye einds, over the sea;
Oh! Blow, ye winds over the ocean,
and bring bak my Bonnie to me.

Chorus.... Bring back, bring back, bring brack my Bonnie to me
To me, Bring back, bring back, oh! bring brack my
Bonnie to me

3. Last night as I lay on my pillow,-
Last night as I lay on my bed;
Last night as I lay on my pillow,-
I dreamed that my Bonnie was dead.

4. The winds have blown over the ocean,
The winds have blown over the sea;
The winds have blown over the ocean,
And brought back my Bonnie to me.

2. JUANITA

Soft o'er the fountain, ling'ring falls the southern moon; Far o'er
the mountain,

Breaks the day too soon! In thy dark eyes splendor, where the
warm light loves to dwell, weary looks, yet tender, Speak their
fond farewell! Nita! Juanita!

Ask thy soul if we should part! Nita! Juanita! Be my own fair bride!

When in the dreaming, moons like these shall shine again, and
day light beam-ing, Prove thy drams are vain. Wilt thou not,
relating, for thane absent lover sigh, in thy heart consenting to a
player bone by? Nita Juanita!

Let me linger by thy side! Nita! Juanita! Be my own fair bride!

Spirituals

The Little Brown Church

There's a church in the valley by the wild wood, no Valier place in the dale,
no spot is so dear to my childhood as the little brow church in the vale.

Chorus.. oh, come, come, come, come, come, come, come, come,
come, come, come, come, come, come, come, come, come, come, no
spot is so dear to my childhood, as the little brown church in the vale.

How sweet on a clear Sabbath morning to list to the clear ringing bell; its
tones so sweetly are calling, oh come to the church in the vale.

There close by the church in the valley, lies one that I loved so well; she
sleeps, sweetly sleeps 'neath the willow, disturb not her rest in the vale.
There close by the side of that loved one, Neath the tree where the wild
flowers bloom, when the farewell hymn shall be chanted, I shall rash' by her
side in the tomb.

Final activity

- form a choir group.

SEGUNDA UNIDAD



BAILANDO NUESTRAS DANZAS
ESTAMOS ALEGRES

DANZA

Comentemos

- ¿Qué entendemos por danza?

- ¿A qué se le llama folklore?

¿Conoces algún tipo de danza?

Concepto

Danza es la sucesión de posiciones y pasos ejecutados según ritmo musical. Folklore es el conjunto de tradiciones populares y costumbres relativas a la cultura y civilización de un país o región.

Lo típico de Nicaragua es el baile folklórico que se ejecuta en noches culturales u otras actividades, esta danza típica se caracteriza por el son de la marimba y se baila en parejas o grupo de muchachas. La mayoría de estas canciones tienen nombres de animales tales como: el sapo, el zopilote, el garañón, la culebrita. En Nicaragua solamente 3 zonas del pacífico tienen trajes típicos: Masaya, Boaco y Matagalpa

Significado de algunas danzas de la región del pacífico y central

En Somoto municipio del Departamento de Madriz, en las comunidades rurales todavía hay expresiones de bailes como polka y mazurca, los que se bailan acompañados por instrumentos musicales de cuerda (guitarra, violín, etc.), pero ésta se va perdiendo poco a poco debido a la invasión de culturas foráneas y a los avances tecnológicos mundiales, pero se hace necesario rescatar nuestros valores culturales.

En algunas regiones de Matagalpa, las danzas son mono rítmicas, es decir, de un solo ritmo. El sonido de los tambores es monótono, es decir el mismo tono, la melodía lograda, con sus pitos es aguda en su totalidad y de persistente repetición. En sus danzas utilizan las guitarras, guitarrillas, y violines.

¿Cuál es el origen de la mazurca?

La mazurca fue traída desde Europa, junto con la Polka, por italianos y españoles.

Originariamente, era un baile de salón que pasó a convertirse en una danza de las clases populares.

¿Cómo se baila la mazurca?

La mazurca es una danza colectiva donde las parejas van cogidas por las puntas de los dedos y con los brazos estirados. En el transcurso de la danza, dan tres diminutos saltos a la izquierda del hombre y otros tres de regreso.

Siempre de frente, uno del otro, se sueltan los dedos, y con los brazos en alto, vuelven a iniciar los tres pequeños saltos, pero en sentido contrario, para volver a quedar uno frente al otro. Luego se hacen dos giros cogidos de las manos a la altura de los hombros, dando pasos al compás de la música, para quedar en la posición inicial y así sucesivamente.

El arte de esta danza es:

Primero se colocaban las parejas cogidas como para valsear, en cualquier parte de la sala, tras eso, avanzaban lateralmente hacia la derecha de los hombres, con seis pasos.

A continuación, los hombres avanzan por su izquierda con cinco pasos alrededor de la mujer, mientras ellas giraban retrocediendo.

Por último, los hombres retrocedían linealmente y las mujeres avanzaban durante otros cinco pasos. Y así bailaban hasta que la música terminara.

La gigantona y el enano cabezón

- ¿Cuál es el origen de la gigantona?
- ¿Qué representa la gigantona?
- ¿Qué representa el enano cabezón?

El indio esculpió la gigantona, como una manera de representar a la mujer española, de una forma burlesca, satírica, que a pesar de su belleza, de su estatura y sobre todo de su color blanco, ellos, los indios la hacen bailar al son de los tambores y la detienen cuando el coplero declama.

Por este motivo el indio se siente superior a la española ya que la hacen bailar al son que le toquen. El indio se representó en el enano cabezón, pequeño de estatura pero grande de cerebro.

El enano cabezón es un personaje que forma parte del equipo que acompaña a la altiva y bellísima gigantona.

El revive al indio, del mestizo subvalorado y sometido frente a la superioridad del colonizador.

¿Cuál es la relación entre la gigantona y el enano cabezón?

La relación del enano cabezón y la gigantona es un reflejo de la naciente y más encarnizada lucha entre las distintas clases sociales.

¿Qué significado tienen las coplas?

Mediante las coplas el enanito pone en evidencia su sufrir ante el gran amor que esta bella y hermosa mujer ha despertado en él y que ella no es capaz de corresponder.

El coplero a través de sus intervenciones manifiesta su mala suerte, más bien su frustración ante el rechazo que recibe de esa blanca, radiante e idealizada mujer.

Orgullosamente el enano representa a un indio pequeño de tamaño y por lo grande de su cabeza, representa la inteligencia del hombre nicaragüense.

El baile de la gigantona

La Gigantona es una figura de mujer que mide de dos a tres metros de alto, formada sobre una armazón hueca de madera donde se coloca un hombre para conducirla y hacerla bailar, tiene una amplia cabellera que le cubre los hombros y le llega casi a la cintura, sus ojos, nariz y boca son tradicionalmente iluminados desde el interior de la cabeza por una luz de candil o de vela, sus brazos penden hacia abajo, agitándose luego con gran flexibilidad cuando se ejecuta la danza.

Viste de blusa y falda larga amplia y es ataviada con sombreros, diademas, coronas, brazaletes y toda clase de chechereques.

Esta "Señorona" suele ir acompañada por el Enano Cabezón y por un paje. El enano cabezón viste de traje parchado en los codos y rodillas, la cabeza extremadamente grande, es elaborada



con varas flexibles (por lo general de jícaro o de bambú) y es forrada con tela y papel.

El atuendo del paje es simple pues no lleva más que un saco (o chaqueta), un cucurucho en la cabeza, una máscara, y en sus manos un bastón adornado que le sirve para ordenar silencio a la banda de tambores para iniciar recitaciones.

A intervalos de tiempo, el paje ordena silencio y recita versos o "bombas" este personaje desempeña un papel muy importante y que del repertorio de sus poesías, de la gracia con que las declame y de su ingenio, depende en gran parte el éxito de todo el conjunto.

Generalmente las recitaciones inician con un verso que hace lo que puede llamarse "la presentación del baile" tras la cual siguen versos o "bombas" de diferentes temas y para finalizar el paje versa "la despedida".

La banda de tambores está compuesta por "bombos" y "redoblantes". El son que se ejecuta con los tambores ofrece dos variantes: una para acompañar el paso de la Gigantona y su paje mientras caminan por las calles y otra para la realización propiamente del baile o danza. La primera es de ritmo pausado y bastante repetidor, algo así como un "terenguen -tenguen... terenguen -tenguen...", la otra es mucho más movida y con diversidad de matices obtenidos por los redoblantes.

Al romper el son de los tambores, la Gigantona con gran agitación avanza y retrocede al compás del ritmo ejecutado; luego de una media vuelta hacia la derecha y otra hacia la izquierda, extendiendo los brazos en toda dirección, simultáneamente, el Enano Cabezón con su típico brincadito baila el mismo compás, yendo y viniendo a uno y a otro lado de la Gigantona, hasta que el paje ordena silencio a los tambores y declama sus versos mientras la Gigantona permanece quieta, reanudándose el baile al terminar la recitación.



1. Converse con sus compañeros sobre la diferencia entre un piano y una guitarra.
2. Simulando tener una guitarra, practique con sus compañeros la forma de colocar la guitarra.
3. Practique los movimientos de los dedos.

4. Explique qué tenemos que hacer para afinar la guitarra

5. Complete el siguiente esquema:

Nombre	Significado
	Fue traída desde Europa, junto con la polka por italianos y españoles.
	En las comunidades rurales todavía hay expresiones de bailes como polka y mazurca.
	Danza colectiva
	Las danzas son monorítmicas. El sonido de los tambores es monótono.

6. Después de haber estudiado cómo se baila la mazurca, formen parejas y practiquen los pasos

7. Explique quién hizo la gigantona y qué representa.

8. Explique el significado del enano cabezón

9. Explique el significado de las coplas

10. Con sus compañeros haga un sociodrama imitando el baile de la gigantona y el enano cabezón.

Bibliografía

Internet

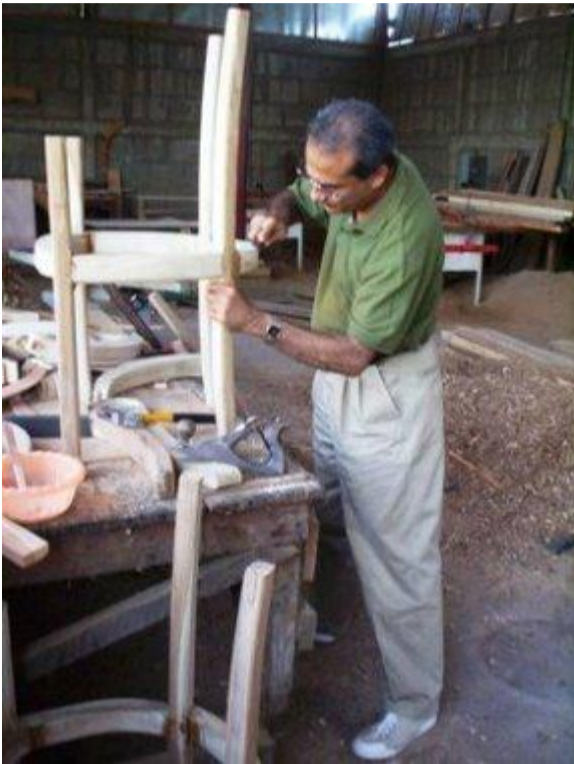
Vargas Dengo, Ana Isabel. Música en la Educación Primaria volumen 35. Costa Rica

Moravian Fellowship Songs

Index

- 1) Introduction
- 2) Types of Wood
- 3) Uses of Wood
- 4) Dimension of Lumber
- 5) Defects in Lumber
- 6) How to use a Hammer
- 7) Hand saw and its parts.
- 8) How to saw with a hand saw
- 9) How to use a crosscut hand saw
- 10)How to work wood
- 11)Project
- 12)Costura

HANDI CRAFT





Wood

Wood surface, showing several features

Wood is a hard, fibrous tissue found in many plants. It has been used for centuries for both fuel and as a construction material for several types of living areas such as houses, known as carpentry. It is an organic material, a natural composite of cellulose fibers (which are strong in tension)

People have used wood for millennia for many purposes, primarily as a fuel or as a construction material for making houses, tools, weapons, furniture, packaging, artworks, and paper. Wood can be dated by carbon dating and in some species by dendrochronology to make inferences about when a wooden object was created.

Types of Wood

The materials for most projects will fall into three categories: softwood, hardwood and manufactured panels such as plywood.

What you use for any given project depends on various factors: strength, hardness, grain characteristics, cost, stability, weight, color, durability and availability. Usually beginning woodworkers start out with a softwood such as pine. It's soft and easy to work so you don't need expensive tools to get good results. It is readily available at local lumberyards and home centers. It has its limitations in furniture making, it is a soft wood and will damage easily.

Softwood Lumber

Softwood is from an evergreen or coniferous (cone-bearing) tree. Common varieties are pine, fir, spruce, hemlock, cedar and redwood. These woods are mostly used in the home construction industry. Cedar and redwood are excellent choices for outdoor projects, while pine is often used for "Early American Country Style" furniture.

Pine and most other softwoods will absorb and lose moisture more than hardwoods so are not as stable. Purchase the lumber at least two weeks before starting your project and keep it indoors. Place stickers (small pieces of scrap wood) between the boards to permit good air circulation around each piece of stock. This will allow the wood to reach and equilibrium with the indoor environment which reduces the likelihood of dramatic wood movement after a project is complete.

Hard and soft woods

There is a strong relationship between the properties of wood and the properties of the particular tree that yielded it. For every tree species there is a range of density for the wood it yields. There is a rough correlation between density of a wood and its strength (mechanical properties). For example, while mahogany is a medium-dense hardwood which is excellent for fine furniture crafting, balsa is light, making it useful for model building. The densest wood may be black ironwood.

Hardwood Lumber

Hardwood lumber comes from deciduous trees, the ones that shed their leaves annually. Popular domestic species are oak, maple, cherry, birch, walnut, ash and poplar. Of these common native hardwoods, only red oak and poplar are usually stocked in home centers and lumberyards, the others have to be obtained from speciality stores. The material stocked at home centers and lumberyards is usually sold in similar dimensions to softwood and by the lineal foot as well.

At speciality stores the thickness of hardwood lumber is specified in quarters of an inch, measured when the wood is in a rough state. The available is $1\frac{6}{4}$, representing 4 in. Rather than being milled to specified dimensions, like pine, hardwoods are sold in random widths and lengths.

Hardwoods are sold by the board foot, which is defined as a square foot of rough lumber that is 1 in. thick. If a board is thicker than 1 in., the dealer multiplies the square footage by the thickness to arrive at the sale price. An $8\frac{4}{4}$ board will therefore cost twice as much as a $4\frac{4}{4}$ board of the same size.

Working with hardwoods is quite different from working with pine, you cannot drive a screw through hardwood lumber without first boring a pilot hole. Cutting and planing hardwoods requires extremely sharp tools. thinnest stock is $4\frac{4}{4}$,

Uses of Wood

Fuel

Main article: [Wood fuel](#)

Wood has a long history of being used as fuel, which continues to this day, mostly in rural areas of the world. Hardwood is preferred over softwood because it creates less smoke and burns longer. Adding a woodstove or fireplace to a home is often felt to add ambiance and warmth.



Wood can be cut into straight planks and made into a [wood flooring](#).

Wood has been an important construction material since humans began building shelters, [houses](#) and [boats](#). Nearly all boats were made out of wood until the late 19th century, and wood remains in common use today in boat construction.

Wood to be used for construction work is commonly known as [lumber](#) in [North America](#). Elsewhere, *lumber* usually refers to felled trees, and the word for sawn planks ready for use is *timber*.

New domestic housing in many parts of the world today is commonly made from timber-framed construction. [Engineered wood](#) products are becoming a bigger part of the construction industry. They may be used in both residential and commercial buildings as structural and aesthetic materials.

In buildings made of other materials, wood will still be found as a supporting material, especially in [roof](#) construction, in interior doors and their frames, and as exterior cladding.

Furniture and utensils

Wood has always been used extensively for furniture, including [chairs](#) and [beds](#). Also for tool handles and cutlery, such as [chopsticks](#), [toothpicks](#), and other utensils, like the [wooden spoon](#).

In the arts



[Artists](#) can use wood to create delicate [sculptures](#).



Stringed instrument bows are often made from [pernambuco](#) or [brazilwood](#).

Wood has long been used as an [artistic medium](#). It has been used to make [sculptures](#) and [carvings](#) for millennia.

Certain types of [musical instruments](#), such as those of the [violin family](#), the [guitar](#), the [clarinet](#) and [recorder](#), the [xylophone](#), and the [marimba](#), are

made mostly or entirely of wood. The choice of wood may make a significant difference to the tone and resonant qualities of the instrument, and tonewoods have widely differing properties, ranging from the hard and dense african blackwood

Despite their collective name, not all woodwind instruments are made entirely of wood.

Many types of sports equipment are made of wood, or were constructed of wood in the past. For example, cricket bats are typically made of white willow. The baseball bats which are legal for use in Major League Baseball are frequently made of ash wood or hickory, and in recent years have been constructed from maple even though that wood is somewhat more fragile. In softball, however, bats are more commonly made of aluminium (this is especially true for fastpitch softball).

In January 2010 Italian scientists announced that wood could be harnessed to become a bone substitute. It is likely to take at least five years until this technique will be applied for humans.^[12]

List of woods

This is a **list of woods**, in particular those commonly used in the timber and lumber trade.

Softwoods (conifers)

- Cedar (*Cedrus*); also applied to a number of woods from trees in the Cypress family mainly in North America, see Red Cedar, Whitecedar and Yellow-Cedar in Softwoods, and to woods from some relatives of the mahogany, see Spanish-cedar and Australian Red Cedar in Hardwoods.
- Pine (*Pinus*; Many woods are incorrectly called "Pine". See Araucaria and Douglas-fir above)

Hardwoods (angiosperms)

- Eucalyptus (*Eucalyptus*)
 - Mahogany eucalyptus, (New South Wales) (*Eucalyptus*)
- Mahogany
- Rose wood

Hardwoods (monocotyledons)

- Bamboo (a number of species in Tribe: Bambuseae)
- Coconut timber (*Cocos nucifera*) is 'new' wood source that is increasingly being used as an ecologically-sound alternative to endangered hardwoods.

Lumber



Timber in storage for later processing at a sawmill



Lumber or **timber** is wood that is used in any of its stages from felling through readiness for use as structural material for construction, or wood pulp for paper production. (The distinction between the two terms is discussed below.)

Lumber is supplied either rough or finished. Besides pulpwood, *rough lumber* is the raw material for furniture-making and other items requiring additional cutting and shaping. It is available in many species, usually hardwoods. *Finished lumber* is supplied in standard sizes, mostly for the construction industry, primarily softwood from coniferous species including pine, fir and spruce (collectively known as Spruce-pine-fir), cedar, hemlock, but also some hardwood, for high-grade flooring.

In the United Kingdom and Australia, *timber* is a term also used for sawn wood products (that is, boards), whereas generally in the United States and Canada, the product of timber cut into boards is referred to as *lumber*. In the United States and Canada, timber often refers to the wood contents of standing, live trees that can be used for lumber or fibre production, although it can also be used to describe sawn lumber whose smallest dimension is not less than 5 inches (127 mm)^[1] such as the large dimension and often partially finished lumber used in timber-frame construction. In the United Kingdom the word lumber has several other meanings including unused or unwanted items.

Dimensional Lumber



Example of 2×4 x 8.

Dimensional lumber is a term used for lumber that is finished/planed and cut to standardized width and depth specified in inches. Examples of common sizes are 2×4 (pictured, also *two-by-four* and other variants, such as *four-by-two* in the UK, Australia, New Zealand), 2×6, and 4×4. The length of a board is usually specified separately from the width and depth.

2x2x6

2x2x8

2x2x10

2x2x12

1x4x6

1x4x8

1x4x10

1x4x12

4x4x6

4x4x8

4x4x10

4x4x12

Defects in Lumber

Defects occurring in Timber are grouped into the following *five* divisions:

Defects due to conversion

During the process of converting timber to commercial form, the following defects may occur:

1. Chip mark: this defect is indicated by the marks or signs placed by chips on the finished surface of timber
2. Diagonal grain: improper sawing of timber
3. Torn grain: when a small depression is made on the finished surface due to falling of some tool
4. Wane: presence of original rounded surface on the finished surface

Defects due to fungi

Fungi attacks timber when these conditions are all present:

1. The timber moisture content is above 25%
2. The environment is warm enough
3. There is air

Wood with less than 25% moisture remains free of fungi for centuries. Similarly, wood submerged in water will not be attacked by fungi because of absence of air.

Fungi timber defects:

1. Blue stain
2. Brown rot
3. Dry rot
4. Heart rot
5. Sap stain
6. Wet rot
7. White rot

Defects due to insects

Following are the insects which are usually responsible for the decay of timber:

1. Beetles
2. Marine Borers (Barnea similis)
3. Termites
4. Carpenter ants

Defects due to natural forces

There are two main natural forces responsible for causing defects in timber: *abnormal growth* and *rupture of tissues*..

Defects due to seasoning

Defects due to seasoning are the number one cause for splinters and slivers.

Preservatives



Timber or lumber may be treated with a preservative that protects it from being destroyed by insects, fungus or exposure to moisture. Generally this is applied through combined vacuum and pressure treatment. The preservatives used to pressure-treat lumber are classified as pesticides. Due to potential hazards to humans and the environment, some are being phased out. Many newer preservatives are free of metallic compounds altogether, and are instead based on biodegradable organic chemistry. Treating lumber provides long-term resistance to organisms that cause deterioration. If preservatives are applied correctly, they extend the productive life of lumber by five to ten times. If left untreated, wood that is exposed to moisture or soil for sustained periods of time will become weakened by various types of fungi, bacteria or insects.

CARPENTRY TOOLS



The Tools of Construction

Making the task easier and more efficient is the goal of every construction tool; and today, tools of all...



•
"This is a hammer, a most common hammer that you would have around the household. It is a claw hammer. It's called that because it has a claw on the back of it. There are other types of hammers but this is the most common one for nailing wood and stuff and the claws for removing nails. This is a hammer that's got a metal handle with a rubber grip on it which is very good if you are going to be doing a lot of framing. It isolates the vibration better so your hand does not get as tired. This is a wood one which a lot of people prefer the feel of it. Now one of the big differences between these two particular ones is this is a much steeper curve to the claw part. You can get a wood handle with any type of claw. Some of them come straight back but the handle can be on any type of head. It's just a different type of handle system. So what the claw is used for is for pulling nails. You can pull the nail out. Now one thing that I wanted to point out was when you are pulling a nail out, the least force to pull it out is going to be straight up and down and if you start pulling it to the side, how that can happen is with the claw itself. If you have a claw here and you are grabbing the nail way up here, once you pull it up part way it really goes at an angle. So what you are doing is you are bending the nail and pushing it into the wood at the same time. Ideally you pull it straight up but you don't get a lever action by pulling it completely straight up. So the thing to do is when you are pulling a nail, is you go down when it is low you pull it up some and see it is starting to go sideways. What you want to do is take a hammer, a piece of wood, stick it underneath and grab the nail again. So you are pulling more straight up with it and that way the nail will be easier to withdraw from the wood."

How to Use a Hammer Safely

Don't damage the workpiece - or yourself - when using a hammer. Play it safe and follow these simple instructions.

Instructions

Things You'll Need:

- Ball-peen Hammers
- Curved Claw Hammers
- Drywall Hammers
- Straight Claw Hammers
- Tack Hammers

- 1) Use the right hammer for the [job](#).
- 2) Grip the hammer by the handle firmly.
- 3) Keep your wrist straight and use your whole forearm to lift and drop the tool.
- 4) Let the hammer do most of the [work](#), using its weight to drive the nail, rather than pounding on it with your full force.
- 5) Angle nails against the grain for better holding power and stagger them to avoid splitting the wood.
- 6) Protect finished wood surfaces by placing a piece of pegboard over the nail before hammering. Then use a nail set to drive the nail even with the work surface.



Parts of a Hand Saw

Handsaws have been around for thousands of years. There is evidence of handsaw use in ancient Egypt, as heiroglyphics of handsaws have been found. Now, many centuries later, we are still using handsaws with the same basic design as the Egyptians did so many years ago.

Handle

1. The handle is traditionally made of wood, but can be made of plastic, composite or metal as well. The blade slides into a slot in the handle and is fastened in place with screws, typically four but less expensive models may use as few as two. The screws are called saw nuts.

Most saw handles come in the standard D-shape which have a hole in the middle to insert your fingers while getting a strong grip on the handle. Other styles include the pistol grip and the straight grip, which is usually a cylindrical piece of wood protruding from the back of the saw. These last two handle types typically are only found on the smaller back saws and not the larger rip or crosscut saws.

Blade

2. The other part of the saw, the metal part that contains the saw teeth, is referred to as the blade. Blades are made of steel, although some of the finer specialty saws made today are made of a metal-titanium mixture.

Back

3. The back of the saw is simply the top of the blade. Back saws typically have an additional piece of reinforcing wrapped over the back of the saw. This reinforcing helps prevent the saw blade from bending during use. Rip and crosscut saws have no reinforcement as they are designed to cut through large pieces of lumber and reinforcing metal wouldn't fit through the saw kerf.

Teeth

4. Located along the bottom edge of the blade, the saw teeth do the actual cutting. The teeth of the saw are also called the front of the saw. Saws are rated according to teeth-per-inch (TPI) and their use is determined by their TPI. Saws with a low TPI, in 6-10 range would be considered rip saws, with saws in the 10-14 range considered multi-purpose saws and anything above 14 would be considered a crosscut saw.

Originally, teeth were offset from one another with one tooth bent slightly to the right and the next slightly to the left and so on and the teeth were able to be sharpened with a file. This offset is known as pitch. Today's hand saws tend to come with cryogenically hardened or fire tempered teeth which allow them to stay sharper than previous hand saws for a much longer time frame. The only drawback is that they cannot be sharpened by hand.

Gullets

5. Gullets are the spaces in between the teeth. The speed at which a saw can cut wood is directly related to the size of the gullet. Saws with smaller gullets remove smaller pieces of cut wood and therefore take longer to cut. Larger gullets are able to remove larger pieces of cut wood and allow the saw to cut deeper on each stroke, reducing the amount of time needed to cut through a piece of wood.

Toe/Heel

6. The toe of the saw is the front section of the saw blade and the bottom section of the blade is referred to as the heel.

Decorative Elements

7. Better made saws feature an etching of the company logo on the left side of the blade, known as the etch. The medallion is also a feature on better made saws. It is simply an enlarged saw nut with the company name or logo stamped on it. Some older saws had a bump on the saw back near the toe of the saw called a nib. It had no real

purpose other than decoration and has disappeared from modern handsaws.

How to Use a Handsaw

Using a handsaw isn't as much [work](#) as people make it out to be. Follow these directions for relatively pain-free sawing.

Difficulty: Moderately Easy

Instructions

Things You'll Need:

- Work Gloves
- Work Gloves
- Measuring Tapes
- Pencils
- Pencils
- Dust Masks
- Handsaws
- Safety Goggles
- Sawhorses
- Safety Goggles
- Pencils

- 1) Mark a line where you will be cutting.
- 2) Support both sides of the work on a bench or sawhorse.
- 3) Take time to get comfortable before you start sawing.
- 4) Make sure that the teeth of your saw are sharp. Dull teeth make more work and a less precise cut.
- 5) Line up your wrist, elbow and shoulder with the saw blade.
- 6) Remember that you will lose about 1/8-inch of wood with the cut due to the width of the blade, so cut on the outside of the line.
- 7) Apply slight pressure on the push strokes and relax on the pulls.
- 8) Saw with a steady, easy rhythm.
- 9) Keep in mind that the more acute the degree, the faster and rougher the cut. Hold the saw at a 90-degree angle for a quick, raw cut; 45 degrees for smooth cuts; and 15 to 20 degrees for very fine cuts.

How to Saw Wood With a Handsaw

A clean cut depends on a steady hand. Follow these steps for cutting wood safely with a handsaw.

Difficulty: Easy

Instructions

Things You'll Need:

- Sawhorses
- Work Gloves
- Measuring Tapes
- Handsaws
- Clamps For Woodworking
- Safety Goggles
- Dust Masks
- Portable Vacuums

1.



Measure the wood with a tape measure and mark it with a straight edge for cutting. Draw a line along the desired cut - this is your "cutline."

2.



Clamp the wood to a workbench or sawhorse with the area to be cut easily accessible.

3.

Rest a handsaw on the far edge of the cut line, with most of the teeth past the wood. Angle the saw's tip down slightly. The handle should be slightly above the level of your elbow.

4.



Grasp the saw's handle with one hand; maintain a firm but relaxed grip.

5.

Hold the wood steady with your other hand, keeping your hand a safe distance from the saw - this will be your guide hand.

6.

Loop the thumb of your guide hand over the top of the wood.

7.



Pull the saw toward you once, pressing down firmly. Pick up the saw, replace it in your original position, and pull toward you a second time.

8.

Repeat until you have cut a notch in the wood's edge.

9.



Level the saw slightly and continue sawing back and forth.

10.

Press down less heavily as you come to the end of the task to avoid splintering the wood.

How to Use a Crosscut Handsaw



Crosscut handsaws are made for cutting against the wood's grain.

Crosscut handsaws are made for cutting wood against the grain, which is called making a crosscut. If you wish to cut down a small tree or cut long pieces of wood or logs into shorter pieces, for example, a crosscut saw is appropriate. Using the proper sawing technique will help you get the most efficient use out of your crosscut handsaw.

Difficulty: Moderately Easy

Instructions

Things you'll need:

- Measuring tape
- Pencil
- Small ax
- Leather work gloves

1.

Measure the wood, if applicable, to determine where you want to make the cut. Mark this with a pencil. If bark is in the way, chip it off carefully with a small ax.

2.

Put on leather [work](#) gloves to protect your hands. Grip the handle of the crosscut hand saw with your dominant hand.

3.

Hold the wood steady with your other hand. Place the blade of the saw, close to the handle, slightly to the side of your pencil mark. Cutting just outside the mark helps prevent cutting the piece too short, suggests the [Art](#) of Manliness.

4.

Place the thumb of your hand holding the wood lightly against the blade to guide it for the first few cuts, advises the Art of Manliness. Pull the saw back, drawing it along the wood to make the first cut. Lift up the saw and make the same back cuts two to three more times so you have a good groove established.

5.

Pull the saw off the wood and place it once again on the cut mark, this time angling the saw at a 45 degree angle to the wood. Saw in a straight, even, back and forth motion. Don't try to force the blade if it gets caught up and won't move -- if this occurs, gently pry the blade out of the wood before you saw again from a slightly different angle

Carpentry tools



How to work Wood

Objective	Contents	Indicator of evaluation
Recognize the importance's and uses of plants in our lives Use carpentry tools and lumber making small project	<ul style="list-style-type: none"> ● Wood ● Type of Lumber ● Basic carpentry tools ● Small project 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Investigation ✓ Respect ✓ Honesty ✓ Tools ✓ Partisipation ✓ Friendship

Beginning Activities

- Make an exploration with the students to see what knowledge they have about wood, lumber and carpentry tools.

Develop activities

- Talk to the students about the importance of wood and lumber.
- Explain the different types of lumber.
- Ask the students to investigate at home about the different types of wood and lumber that exist in our region
- Have students present the investigation to the class.

Beginning activities

- Organize students in group and ask them to talk about carpentry tools (Each group talk about two items).
- Ask each group to present its comments to the class.

Develop activities

- Show to the class different carpentry tools.
- Invite a carpenter from the community to the class room.
- Ask students to bring carpentry tools to school to be used.

Final activities

- Organize the students in group of three and ask them to work on small project like: Repair desk, chair, bench and table at school make vase.

2

UNIDAD

Con creatividad y entusiasmo aprendemos a Coser



1. Costura

- Concepto e importancia

- Reglas de seguridad

Este contenido está relacionado con la importancia que tiene esta enseñanza para nuestra educación integral ya que no solo desarrolla una actividad normal sino el estímulo y afán de crear las habilidades y destrezas motoras y psicomotoras que los alumnos poseen, las cuáles deben ser ejercitadas y desarrolladas en función de adquirir nuevos conocimientos y reafirmar los que ya poseen, con el fin de aplicarlos en situaciones concretas de su vida o de su entorno.



Actividades Iniciales

El profesor (a) debe tomar en cuenta la competencia propuesta, los recursos humanos de la comunidad que puedan contribuir para desarrollar estos contenidos (sastre, costurera) el lugar o contexto donde va a desarrollar la actividad y también las diferencias individuales de los niños y niñas dentro del grupo.

Despierte en los niños(as) interés por cada actividad que realice. Motíuelos a que expresen a través de una lluvia de ideas lo que sepan acerca del tema, para lo cual puede hacerles preguntas como las siguientes:

- ¿Quiénes cosen en su comunidad?

- ¿Quién les cose su ropa?

- ¿Quiénes de ustedes tienen en su casa máquinas de coser?

- ¿Qué entiendes por costura?
- ¿Cómo se llaman las personas que confeccionan vestidos?
- ¿Cómo se llaman las personas que confeccionan pantalones?
- ¿Cuando cosemos qué instrumentos utilizamos?
- ¿Podemos coser nuestra ropa a mano?
- ¿Cómo cosen su ropa nuestros abuelos o padres?

Actividades de desarrollo

Después de haber explorado los conocimientos previos, el Profesor le explicará a los niños(as) que es Costura y cuales son las normas de seguridad que se deben tener al coser.

Para dar esta explicación puede auxiliarse de la información que se le presenta a continuación o de otra que usted tenga a su alcance.

Concluye el tema, pidiéndoles a los alumnos que en su cuaderno conteste las siguientes preguntas.

- ¿Les gustaría aprender a Coser?
- ¿Qué le gustaría aprender a Coser?

Información

La costura es un arte que toda persona puede aprender sin embargo hace muchos años se manejaba el siguiente concepto:

La Costura es un arte que toda mujer debe aprender; o sea que se definía como un oficio exclusivamente de la mujer, pero actualmente sabemos que no hay oficios exclusivos de hombres y mujeres. Este arte de Coser puede ser aprendido tanto por hombres y mujeres.

En nuestra sociedad se le llama costurera a la persona que confecciona trajes femeninos y sastre a la persona que confecciona trajes, especialmente de varones:

Sin embargo existen también hombres y mujeres que se dedican a coser o confeccionar trajes tanto de hombres como de mujeres, estas personas se dedican al oficio de coser.

Sin embargo, cuando las personas alcanzan mayor experiencia se les llama modista y su trabajo se clasifica como alta moda por su diseño de las cuales se deriva la palabra diseñadores de alta costura. Según la definición del diccionario: Coser es unir con hilo dos o más pedazos de tela, cuero u otro material.

El saber coser, además de la importancia que tiene para toda persona dentro de su educación, tiene su valor en los siguientes aspectos.

- a. Como medio de expresión

- b. Como equilibrio en la educación intelectualista

- c. Como medio de preparación para la vida

d. Como medio de inserción en el campo laboral

e. Como ocupación del tiempo libre

La costura se puede hacer a máquina o a mano en caso de que no se disponga de este instrumento.

La costura, no solo trata de desarrollar una actividad manual sino de que estas enseñanzas sirvan para la educación integral de la persona, además de estímulo al afán de crear.



Reglas de Seguridad

Cuando se trabaja en costura se debe tener en cuenta reglas de seguridad para evitar que ocurra algún accidente ya que generalmente se trabaja con máquina o equipo manual con el que puede surgir problemas.



- Evite ponerse los alfileres y agujas en la boca
- Corte sobre la mesa sin levantar la tela.
- Evite tocar con las manos mojadas la máquina
- Corte el hilo con la tijera
- Evite dar bromas con alfileres y tijeras
- Evite dar bromas cuando esté operando la máquina porque puede penetrar la aguja en sus dedos.
- Mantenga una buena postura en la silla para evitar molestias en la espalda.

1.1 Instrumentos para el trabajo de la costura

En este subcontenido se describen los instrumentos de costura que toda persona que realiza estas labores debe conocer y poseer así como también las funciones de cada uno y las formas como usarlos.

Actividades Introdutorias

- Presente a los niños(as), ilustraciones o instrumentos que representen.

Converse con ellos sobre cada uno de los instrumentos presentados.

Actividades de desarrollo



- Motive a los niños(as) para que se organicen en equipo, dibujen los instrumentos presentados y escriban sus funciones.
- Oriente que en plenario presenten los resultados de los trabajos en equipo.
- Complete la información de los niños(as), ampliando, aclarando o explicando lo que haga falta. Para ello puede utilizar la información que aparece al final del tema.

El profesor(a), concluye esta explicación pidiéndoles a los niños(as) que dibujen en su cuaderno los instrumentos para el trabajo de la costura así como la máquina y sus partes.

Información

Para realizar las labores de costura se necesita tener dos clases de equipo:

- Un equipo manual compuesto por: Alfileres, agujas, dedal, las tijeras, la cinta métrica, La regla, el lápiz, el rodo y papel de envolver.
- Un equipo grande compuesto por: Máquinas y mesas

En caso de no disponer de máquinas de coser, la costura se puede realizar a mano.

Las agujas: Utensilio primordial en la costura, la forma correcta de enhebrar es tomando la aguja en la mano izquierda y la hebra en la mano derecha. El grueso de esta debe ser apropiado a la clase de telas e hilos con que se va a trabajar.

Las agujas deben usarse en una almohadilla para su conservación, a fin de evitar que se pongan sarrosas o se pierdan.

El Dedal: Se usa en el dedo tercero de la mano derecho y sirve para empujar las agujas evitando maltratar el dedo.

Los Hilos: Se usan de acuerdo con el color y calidad de la tela. Existen diferentes números y clases. Los números indican el mayor o menor grueso de la hebra y las clases las hay de seda, algodón o lana.

Las Tijeras: Las hay de diferentes dimensiones y diversas configuraciones. Para el corte se usan generalmente de tamaño regular, más finas y pequeñas, para trabajos delicados.



La Cinta métrica: En costura la cinta métrica es la base de las medidas. Tiene un metro y medio de longitud y está dividido en centímetros en una cara y por el otro lado en pulgadas.



Es costumbre de las personas que trabajan en labores de costura, llevarlo en el cuello para tenerlo a mano en todo momento ya que es útil en las diversas oportunidades.

Existen una gran variedad de cintas métricas; de papel, tela, plásticas, etc. Las cintas métricas no se deforman porque tienen metal en la punta, esto ayuda que se extiendan planas, sin deshilarse en las puntas.

La cinta métrica debe ser de buena calidad. Al tomar las medidas usaremos la cinta métrica donde esté marcado en centímetros pero a veces nos veremos precisados a usar las pulgadas ejemplo: Cuando queremos saber la cantidad de tela necesaria y sus anchos, adornos a utilizar, el zipper adecuado.

Precauciones para tomar medidas:

- a. Cuide que la persona a quien va a tomar las medidas mantenga su posición normal. Debe estar sobre piso plano.
- b. Ejecute usted todos los movimientos, así conseguirá que la persona a quien va a tomar las medidas mantenga su posición normal.
- c. Tome las medidas con exactitud, de preferencia sobre vestidos livianos.



Medidas que se deben tomar al confeccionar una prenda de vestir

1. Ancho de espalda
2. Largo de espalda
3. Largo de frente
4. Sisa o costado
5. Contorno de bustos
6. Contorno de cintura
7. Contorno de cadera
8. Largo de falda
9. Largo de manga y ancho de manga

10. Puño

11. Altura de bustos

12. Separación de busto o distancia de bustos

Así como es importante conocer el uso de los diferentes instrumentos utilizados para el trabajo de la costura, también es importante conocer que medidas se deben de tomar para confeccionar una prenda de vestir y sobre todo como tomar esas medidas.

Las medidas tienen gran importancia en la confección de prendas de vestir y por tal razón deben de ser tomadas con exactitud por la persona que va a coser no es conveniente que uno mismo se tome las medidas porque se pierde la exactitud y no obtendremos una prenda bien confeccionada.



Como tomar las medidas:



1. Ancho de espalda: Se toma de hombro a hombro y colocándose usted detrás de la persona.
2. Largo de espalda: se toma de la base del cuello a la cintura y colocándose usted siempre detrás de la persona
3. Largo de frente: Se toma de la base del cuello, pasando el cinta métrica por la parte mas prominente del busto hasta la cintura, colocándose usted frente a la persona
4. Sisa o costado: Se coloca la cinta métrica en el costado desde la cintura hacia arriba y hasta la unión de la axila.
5. Contorno de bustos: Tomamos la cinta métrica y señalamos hasta el número 50 luego este lo colocamos en el centro de la espalda pasando por la axila y por la parte más prominente del busto dejando la cinta métrica holgada donde alcance tres dedos.
6. Contorno de cintura: Se toma en contorno de la misma dejando la cinta métrica con naturalidad sin apretarla.

7. Contorno de cadera: Se coloca la cinta métrica en contorno de la misma, pasando por la parte más prominente de las posaderas bajando la cinta métrica con naturalidad sin apretarla.
8. Largo de falda: Se pone de pie la persona, dejando un poco abierta las piernas mide desde la cintura, hasta el extremo inferior de la prenda o medida, según el modelo mini, midi, maxi. Usted debe colocarse lateralmente.
9. Largo de manga: Para mangas cortas se toma la medida desde el hombro hasta la parte donde va el largo. Para mangas largas: la medida se toma desde el hombro, en su parte alta pasando por el codo, hasta más abajo del grueso de la muñeca, esta medida se hace con el brazo doblado ligeramente y usted tiene que ponerse lateralmente.
10. Ancho de manga: se mide alrededor de la parte más ancha del brazo sin tensar la cinta métrica o centímetro.
11. Ancho de Puño: Se mide la abertura poniendo la mano abierta y los dedos juntos.
12. Altura de bustos: Se toma desde la base del cuello pasando por la parte más prominente de busto.
13. Separación de busto o distancia de bustos: Se mide de la parte más sobresaliente del busto de extremo a extremo.



Uso y manejo de la máquina de coser

La máquina de coser empezó a utilizarse en 1851 hay infinidad de marcas y modelos, unas funcionan por medio de pedal que se acciona con los pies y también están la que funcionan con un motor eléctrico algunos modelos son automáticos que realizan una serie de dibujos y puntos con solo correr una palanca.



Forma de Abrir y Cerrar la Máquina de pedal

Levantamos la tapa o cubierta, luego sacamos hacia atrás la tablita luego el macho hacia fuera y lo colocamos suavemente por encima.

Para cerrarla levantamos el macho hacia atrás y la tablita la ponemos hacia nosotros, luego introducimos el macho. Colocamos nuevamente la tablita y después la tapa o cubierta.

Nos sentamos correctamente con el cuerpo recto echado un poco hacia delante



Partes de la Máquina:

a. La superior

b. La inferior

La Superior: que comprende el soporte de la aguja y el mecanismo que la hace mover verticalmente.

En la parte superior tenemos: porta hilo, devanador de hilo, rueda volante, plancha indicadora de puntas, sujetador de hilos, porta hilo para devanador, pie o prensa tela, prensa hilo para el devanador, pie o prensa tela, barra de la aguja, alzador del pie o prensa tela, plancha para graduar la puntada, discos de tensión, palanca tira hilo, tornillo del devanador.

La Inferior: comprende la bovina, el pedal y la rueda para su movimiento

Como enhebrar la máquina:

En la parte superior se coloca el carrete en un eje de metal, el hilo que sale de el se hace pasar por el corta hilo, luego por los discos de tensión, pasa por el tira hilo, sube a la palanca tira hilo, luego baja a la barra de la aguja, se enhebra tirando después del hilo hasta que sobresalga unos 12cm.



Como devanar:

Colocamos el hilo en el portahilo, le ponemos el hilo al carrete y lo colocamos en el devanador, aflojamos el tornillo de la rueda volante para que no funcione la aguja y se comienza a pedalear hasta que el carrete se llena de hilo, sacamos el carrete y lo colocamos en la bovina, luego sacamos el tornillo de la rueda volante para que vuelva a funcionar.

Forma de regular puntada:

Las puntadas pueden ser largas o cortas dependen de lo que vayamos hacer. En la plancha indicadora de puntadas colocamos la palanca en el número 15 que es la mas usual o sea la puntada no es ni corta ni larga.

Imperfecciones del cosido:

Estas imperfecciones pueden ser por:

Máquina mal enhebrada, aguja o hilo inadecuado a la tela, aguja mal colocada, aguja despuntada o torcida, bobina mal colocada, residuos de tela o trozos de hilo en la bobina, carrete demasiado lleno o mal devanado, dientes bajos etc. Cuando la puntada se frunce por debajo de la tela, indica que está mal enhebrada.

Cuando el fruncido en la tela es encima indica que el carrete está mal colocado en la bobina o está tenso el hilo.

Cuidado de la máquina:

Cuando no se utilice la máquina deberá permanecer tapada con el fin que no le entre polvo, debe evitarse tenerla en lugares húmedos, se debe tener siempre limpia, esta limpieza dependerá de la frecuencia con que se use.

Para limpiarla se le pasa por todas las piezas un paño suave humedecido en aceite especial de máquina y luego secarla con otro. Los dientes y demás rincones se limpiarán con un pincel procurando que no quede pelusa ni hilos metidos, por último se engrasa, echando aceite especial de máquina por todos los orificios.

Para engrasarla se le echa una gota de aceite especial para máquina en todos los huecos y tornillos y se deja un buen rato. Después para sacar el aceite y evitar que se manche la tela que va a confeccionar se cose varios pedazos de tela vieja hasta lograr que salga todo el aceite

2. Manualidades

Este contenido permitirá que los niños(as), continúen desarrollando sus habilidades manuales, Las manualidades se pueden hacer con diferentes tipos de materiales, pero aquí nos limitaremos a realizar trabajos con telas o tuno, tomando en cuenta las características de la región, las necesidades y las utilidades que los niños puedan darles a estos trabajos.



Actividades iniciales

- Presente a los niños(as), ilustraciones o modelos de muestrarios con puntadas de costura a mano y modelos de manualidades elaboradas con telas o tuno, de manera que despierte en ellos interés y entusiasmo por la elaboración de trabajos similares.
- Motívelos a que se organicen en grupos, seleccionen las puntadas que mas les llamen la atención y elijan los trabajos manuales que deseen elaborar u otros que ellos creen necesarios de acuerdo a sus necesidades personales y familiares.

“El trabajo manual debe ser elaborado con verdadero placer”

Actividades de desarrollo

El profesor (a) aclarará que antes de iniciar la elaboración de los trabajos manuales elegidos en grupos, se hará el muestrario con las diferentes puntadas de costura a mano debido a que muchas de ellas serán utilizadas en la elaboración de los trabajos manuales seleccionados.

El muestrario elaborado con la orientación del profesor(a) permitirá adquirir mayor dominio y habilidades manuales y por consiguiente los trabajos se harán con seguridad y calidad.

Las orientaciones para hacer el muestrario se las detallamos a continuación.

Mostrario de Puntadas de Costura a Mano:

Para elaborar este muestrario se debe contar con un trozo de tela en forma cuadrada, hilos de colores, dedal, tijeras, agujas y aro (bastidor) si se tiene y seguir las indicaciones de como elaborar cada puntada. Asegúrese de que todos los alumnos (as) elaboren este muestrario.

Las puntadas de costura a mano pueden ser: de cruz, de ojal, cadenetas, festón, cordón, puntada de atrás, puntada de dobladillos, puntada de orleado, etc.

La puntada de cruz: sirve para los dobladillos de tela gruesa, para adornar labores. Se hacen dando las puntadas hacia atrás cruzando los hilos de izquierda a derecha, cuidando que sean iguales y flojos

Las Puntadas de ojal: Se usan en ciertos remates y por supuesto en los ojales y botones. Se hace metiendo la aguja de atrás hacia delante, al llegar la aguja a la mitad se pasa la hebra de hilo con los dedos haciendo un enlace por la punta de la aguja y se saca la aguja tirando la hebra de hilo para que el nudo quede apretado.

Las Puntadas de cadenetas: Sirven para adornar o para tapar costuras en cada puntada se forma un eslabón al meter la aguja por el revés de la tela se describe una circunferencia con el hilo y se vuelve a meter la aguja por el mismo sitio por el que salio haciéndola avanzar por el revés.

Puntada de festón: Sirve para adornar, se hace de la misma manera que la puntada de cadeneta, pero en lugar de meter la aguja por el mismo sitio de donde salio la aguja se avanza de largo una y otra vez por el derecho.

Puntada de cordón: Se usa en bordados, se hace avanzando de izquierda a derecha sacando la aguja por el sitio donde terminó la puntada anterior, cuidando que quede la puntada de otra igual y al mismo lado de la aguja.

Puntada de atrás: Es un hilván menudo se hace metiendo la aguja por el mismo agujero de la puntada anterior.

Puntada de dobladillo: Se hace con hilo del mismo color de la tela; la tela esconde el nudo entre las dos telas en cada puntada.

3. Proyectos

Los proyectos que aquí sugerimos tienen como propósito proporcionar elementos técnicos que permitan poner en práctica la teoría aprendida en la sub área de habilidades técnicas y prácticas, especialmente la referida a la segunda unidad que lleva como nombre “Con Creatividad y entusiasmo aprendemos a Coser”.

En cada proyecto se dan sugerencias de que hacer y algunos datos posibles de cómo hacerlo, también se presenta ilustraciones con el resultado de cada proyecto.

De esta forma los conocimientos adquiridos en la escuela los alumnos los aplicarán en su vida cotidiana, dando respuesta a necesidades personales, familiares o contribuyendo con la solución de los problemas del entorno.



Factores a considerar en la selección de un Proyecto:

1. Material
2. Costo
3. Fácil de hacer
4. Uso práctico
5. Tiempo
6. Necesidades

Los Botones y los ojales

Es importante que niños(as) aprendan a pegar botones y a hacer ojales, ya que esta práctica les servirá durante toda su vida

Materiales

- a. Pedazos de telas (retazos)
- b. Agujas
- c. Hilo
- d. Tijera o cuchilla
- e. Tiza o lápiz
- f. Alfileres
- g. Dedal



Procedimiento:

Como coser botones:

Para coser botones se puede elegir diferentes maneras, hay botones cosidos en forma de cruz, en forma de zeta, en forma paralela, en forma de cuadro, en forma vertical, en forma de herradura, en forma de equis, y también botones que al coserse llevan el hilo interno.

1. Juntar o poner dos piezas de tela a fin de fijar la posición donde va a ir el botón.
2. Usar alfileres para hacer las fijaciones donde se coserá el botón, con lápiz o tiza se marcará el lugar exacto donde se pegará el botón.
3. coser el botón con doble hebra de hilo, cuatro o cinco veces, dejando flojo el hilo se remata con una puntada.

Como hacer ojales

1. Para hacer el corte en donde va a entrar el botón, se toma la medida del ancho del botón colocando el botón donde va a ir el ojal.
2. Se prende con un alfiler la tela, en cada extremo del botón y luego con una tijera o cuchilla se hace el corte exacto. Si la tela es de tejido flojo debe pasarse unas puntadas a máquina o a mano sobre la línea indicadora de la abertura.
3. Se mete la aguja de atrás hacia delante de la abertura y luego dejando prendida la aguja a la mitad, se toma con los dedos la hebra, para que el nudo del ojal quede apretado, protegiendo así la abertura.

Como Forrar un libro:

Para asegurar la conservación de nuestros libros preferidos, nada mejor que hacerle un forro; este trabajo resulta práctico, bonito y fácil de hacer.

Materiales:

- Tela fuerte
- Hilos de colores
- Aguja gruesa
- Regla y lápiz

Procedimientos:

1. Mida las dimensiones del libro.
 - Largo (a)
 - Ancho (b)
 - Alto o grueso (c) .
2. Marque en la tela el largo (a) del libro; Dos veces el ancho (b) y la altura (c)
3. Al rectángulo formado añádale 100mm por ambos extremos para formar las solapas
4. Añada 10mm. Por cada lado, para el dobladillo
5. Corte la tela por el contorno exterior
6. Doble la pieza obtenida
7. En la parte superior e inferior doble 5mm. y proceda a hacer una puntada mano de las aprendidas
8. En las terminaciones interiores se hará también lo mismo
9. Una vez elaborado el forro Coloque el libro dentro y ya está protegido
10. En la ilustración mostramos algunas variantes para que los forros

Mantelitos Sencillos y Toallitas de Cocina.

Es importante que niños y niñas aprendan a elaborar estas manualidades, que le serán de gran utilidad en su hogar y desarrollarán su espíritu creativo.

Materiales:

- Retazos de tela o ropa de uso
- Hilos o madejas de colores
- Agujas
- Lápiz
- Papel Carbón
- Cinta Métrica
- Tijeras
- Bastidor (si tiene)

Mantelitos Sencillos



Procedimientos:

1. Para elaborar mantelitos sencillos, haga una plantilla o molde de papel con las formas y tamaños que desee (las formas pueden ser cuadrada, rectangulares, ovaladas, etc.)

1. Coloque la plantilla sobre la tela y recorte alrededor de la misma dejando un borde de aproximadamente un centímetro para las costuras.



2. Dibuje en la tela cortada, el motivo deseado (flores, animales, etc.) (si no tiene habilidad para el dibujo páselo con papel carbón).
3. Borde los dibujos utilizando los hilos o madejas de colores y las puntadas de mano aprendidas.
4. Cosa a mano o a máquina si tiene, una bastilla en la orilla del mantelito, esta bastilla puede hacerla con tiras de tela de variados colores.

Toallitas de Cocina

Procedimiento:

1. Para elaborar limpienes o toallitas de cocina, corte los retazos de tela en forma rectangular o cuadrada. El tamaño es opcional y luego corte una tira de 1 ½ de centímetros de ancho por 6 centímetros de largo, haciendo con ella una argollita para colgarla.



2. Dibuje en la tela cortada el motivo del dibujo que los niños(as) deseen.
3. Borde los dibujos, utilizando las puntadas a mano aprendidas.
4. Haga una bastilla con pedacitos de telas de colores en la orilla de las toallitas de cocina.
5. Coser los bordes de la tira voltear la tela y pegarla en una de las puntas de la toallita.



Como hacer una Zapatera

La zapatera es muy útil para proteger nuestros zapatos y evitamos que anden regados por los rincones de la casa, a la vez se inculca en los estudiantes hábitos de orden.

Las zapateras se pueden hacer del tamaño y forma que se desee (cuadrada o rectangular)

Materiales:

- Sacos macen, tela de azulón o bien pantalones que yano se usen.
- Aguja
- Hilo
- Tijera de cortar tela
- Alfileres de cabezas



Procedimiento:

1. Si la zapatera es de saco macen, primero hay que abrirlo todo para que quede extendido.
2. Con la cinta métrica se miden 60cms. de ancho y 60 cms de largo.
3. Recórtelo, le que da un cuadrado.
4. Sacar dos piezas rectangulares que midan 80cms de ancho por 16cm. de largo

5. Colocar estas piezas sobre la pieza cuadrada que ya teníamos lista procurando dejar una distancia de 13cms. en la parte superior (primer pieza), para colocar la segunda pieza dejar una distancia de 13cms. de la primera. Ambas se prensan con alfileres en los extremos.
6. En cada una de las piezas mida 40cms de ancho para que queden divididas en dos partes iguales, luego divida en dos partes iguales los 40cms. quedan dos espacios de 20cms. cada uno (que es donde se pone un zapato) prénselo con alfileres, el espacio para cada zapato debe quedar flojita para que entre el .
7. Cósalo con hilo
8. En los extremos de la parte superior de la zapatera abra dos huecos para poder colgarla en clavos.
9. Para adornarla puede hacerle puntadas de las que aprendió a hacer o bien recorte tiras de tela para hacer ribetes alrededor de la zapatera.

Bolsitos Multiusos

Es importante que niños y niñas demuestren creatividad al elaborar estos bolsitos los cuales le serán de gran utilidad en su vida cotidiana. Estos bolsitos pueden utilizarse para hacer compras, guardar cuadernos, guardar calcetines o bien para guardar ropa interior.

Materiales:

- Retazos de tela, saco o ropa de rehuso.
- Hilos o madejas de colores
- Agujas
- Mecate, manila o cordón de tela



- Lápiz
- Papel carbón
- Cinta métrica (centímetro)
- Tijera
- Alfiler



Procedimiento:

1. Elabore una plantilla de papel con la forma y tamaño que desee darle al bolso.
2. Coloque la plantilla sobre la tela doblada en dos, para que salgan dos piezas, luego recorte alrededor de la plantilla, sin olvidar dejar un borde de 1centimetro para las costuras de los lados. Las piezas cortadas corresponden una a la parte delantera y otra a la parte trasera.
3. Marque en las piezas cortadas el lado superior, el lado inferior y los lados laterales.
4. Junte las dos piezas, hilvánelas o prénselas con alfileres en las orillas de los lados laterales y del lado inferior, dejando libre el lado superior.
5. Corte dos tiras de tela: una con un ancho de 4cm. para coserla en forma de bastilla en la parte superior del bolso que es el lugar donde se va a introducir la manila o mecate para luego jalarla y cerrar el bolso.

La otra tira tendrá un ancho de 3cm. y se coserá en los extremos de la parte trasera del bolso en forma diagonal la cual servirá para ubicarse el bolso en la espalda o en los costados.

6. Finalmente el bolso queda listo y preparado para ser usado una vez que cosa la parte inferior y los costados. El cosido puede hacerse a mano o a máquina.

En la parte delantera del bolso puede calcarle dibujos y bordarlo si lo desea.

Como elaborar una falda recta

I. Falda de corte recto.

Materiales:

- 1 Yarda de tela de 60 pulgadas



- 1 Zipper de 8 pulgadas

- 1 Hilo

- Aguja, alfileres, tijera, centímetro, regla y papel para molde.



Procedimiento:

1. Tomar las siguientes medidas.

Cintura: pase la cinta métrica alrededor de la cintura sin tensar mucho, luego anote la cantidad Ejemplo: 60 centímetros.

Cadera: Se pasa la cinta métrica alrededor de la cadera a unos 10 centímetro después de la cintura tratando de rodear



el estómago y la parte trasera del cuerpo, anote la medida. Ejemplo: 110 centímetros.

Cadera baja: Mida el contorno de la cadera más o menos 10cm. Abajo de la medida anterior anote la medida.

Largo de la falda: Deje caer la cinta métrica en un costado de la cintura hasta la rodilla, debajo de la rodilla o mitad de la pierna según lo desea y anote la medida.



2. Elaboración del molde delantero de la falda.

- Se coloca el papel extendido y se traza sobre él una raya de 1cm. de ancho fíjese en el modelo.
- Se comienza con la medida de la costura doblando la cinta métrica en 4 partes y se marca en el molde luego se aumenta 2cm. más para el espacio que necesitan las sizas y 2cm. mas para la costura.
- Luego se dibuja el contorno de la cintura, después se dibujan las sisas, doblando la cinta métrica en dos con la medida de 17cms. Siendo esta $8 \frac{1}{2}$ cms. Y le damos 6 centímetros de largo a la siza.
- Ahora vamos a dibujar el contorno de la cadera alta primero medimos 10cms. desde la cintura y trazamos una línea horizontal. Luego doblamos la cinta métrica en cuatro partes la cantidad de 110 centímetro y nos da $27 \frac{1}{2}$ centímetros y le aumentamos 2cms. para la costura.
- A continuación dibujemos el contorno de la cadera baja. Se mide a partir de la línea trazada de la cadera alta 10cms más y trace una línea. Luego doble la cinta métrica en 4 partes la cantidad de 112 centímetros y nos da 28 centímetros y le damos 2 centímetros más para la costura.



- Finalmente medimos la cantidad de 60 centímetros que es el largo de la falda a partir del costado de la cintura hacia abajo y le aumentamos 5 centímetros para el ruedo de la falda.
- Para trazar la pretina, medimos 60 centímetros que mide la cintura más 2cm. de costura y 4 centímetros para el espacio que necesita el botón trasero y le damos una altura de 8 centímetros para la costura.
- Para trazar el molde trasero de la falda se utiliza como patrón el mismo delantero, pero se le deja un margen de costura en la parte del centro, para el zipper y la abertura de debajo de la falda, aproximadamente de 4 centímetros.
- Cuando se ha trazado el molde delantero y trasero se recortan los moldes, para luego ponerlos encima de la tela que se coloca doble sobre una mesa.
Fíjese en el modelo.



Cómo hacer una Cepillera

La cepillera es muy importante, porque nos permite proteger nuestros cepillos de bacterias, los cuáles deben estar en un lugar seguro y limpio, ya que los mismos sirven para limpiar los dientes y mantenerlos sanos, evitando las caries y otras enfermedades. Después de cepillar los dientes se debe guardar el cepillo y la pasta de diente en la cepillera.



Materiales:

- Retazos de telas nuevas o de ropa que ya no se usa.
- Hilo
- Aguja
- Tijera de cortar tela
- Alfileres de cabeza

Procedimiento:

1. Corte una pieza de tela de forma rectangular cuyas medidas son: 40 cms de ancho por 20 cms. de largo
2. Corte otra pieza de tela de forma rectangular cuyas medidas son: 40cms. de ancho por 16cms de largo.
3. La segunda pieza colóquela sobre la primera pieza dejando un margen en la parte superior de la primera pieza de 4cms. de largo. Prese ambas piezas en los extremos con alfileres de cabezas.
4. Para hacer las divisiones de la cepillera (para cepillos y pasta), es necesario tomar las siguientes medidas.
5. Con la cinta métrica mida en la segunda pieza 20cms. de ancho, señálelo con lápiz, luego déle 5cms a ambos lados para que quede un espacio para colocar la pasta de dientes, el cual es de 10cms de ancho, para los espacios de los cepillos se les da 5cms a cada uno sujételos con alfileres y después cósalos con hilo y aguja.
6. En los extremos de la parte superior de la primera pieza puede hacer dos argollitas de tela o bien ojales para colgar la cepillera.
7. Puede adornarla con puntadas o ribetes a su alrededor y en a parte superior de la segunda pieza (espacio para cepillos y pasta). También puede hacerle bordaditos.



Como elaborar una blusa sin manga

Materiales:

- 1 ½ yarda de tela de 60 pulgadas
- 5 botones medianos
- 1 tubo de hilo
- Aguja, alfileres, tijera, cinta métrica, regla y papel blanco para el molde.



Procedimiento:

1. Tomar las siguientes medidas.

Espalda: medir con la cinta métrica a lo largo del hombro por la parte trasera y anotar la medida. Ejemplo 38 centímetros le aumentamos 1 centímetro de costura.



Ancho de Espalda: Mida el frente del pecho delantero más arriba del busto y anotar la medida. Ejemplo: 27 centímetro y le aumentamos 1cm. de costura.



Frente: Mida desde el hombro delantero hasta la cintura ejemplo: 45 cm. Ahora mida desde el hombro trasero hasta la cintura. Ejemplo: 43cm.



Sisa: Se mide la cintura hasta la axila 20cm.

Línea del busto: Mida el contorno del busto trate de no tensar la cinta métrica y anote la medida Ejemplo: 122 centímetros y le aumentamos 2 centímetros de costura.



Cintura: Cuando se va a confeccionar una blusa, la medida de la cintura no se mide tan completa como sucede con la falda.

Medimos el contorno de la cintura y nos da 65 cm. entonces le agregamos 2 centímetros más para las sisas delanteras y

3 centímetros más para las costuras



Cadera: Mida el contorno de la cadera baja y se le da una medida más. Ejemplo: 123 centímetros más 2 centímetros para que no quede apretada y 3 centímetros más para las costuras.



Largo de blusa: Medir desde el hombro hasta donde se quiere el largo de la blusa Ejemplo: 65 cm. mas 3 cm. para el ruedo.

Largo de la boca de la blusa: Medir desde el hombro hacia abajo hasta donde se quiere el tamaño de la boca y luego medir la parte del hombro como está en el ejemplo que por lo general se le da 6cm.



Pinza de los bustos: Mida la distancia entre la punta de los senos y anote la medida Ejemplo: 20cm. Luego mida del hombro a una punta del seno para saber el largo. Ejemplo 23cm

Elaboremos el molde de la blusa sin manga

- Vamos primero a trazar un raya que mida 3cm. de altura sobre el papel.
- Sobre esa raya que trazamos vamos a puntear la medida del hombro para hacerlo necesitamos doblar la cinta métrica en dos con la medida de 39 cm. y nos da $19 \frac{1}{2}$ cm. Luego medimos el ancho y largo de la boca.
- Luego vamos a trazar la línea del frente y después medimos de la cintura a la axila para marcar el alto de la boca manga luego marcamos la medida del ancho de espalda a continuación marcamos la medida del busto y la cintura.

1. Altura de frente = 45 (Del hombro a la cintura)

2. Altura de la sisa = 20 (De la cintura a la axila)

3. Ancho de espalda = 28 (Se dobla la cinta métrica en 2 partes)

4. Bustos = 124 (Se dobla la cinta métrica en 4 partes)

5. Cintura = 70 (Se dobla la cinta métrica en 4 partes)

Vamos ahora a trazar la línea de la cadera, el largo de la blusa y las pinzas donde tenemos las siguientes medidas:

Cadera: 128 cm. (se dobla el centímetro en 4 partes)

Largo: 65cm. (Del hombro hasta donde se desea)

Distancia de la pinza: 20cm.

Altura de la pinza: 23 cm.

Para trazar las pinzas del busto de la parte de al lado, se debe aumentar a la boca manga los centímetros que desee profundizar la pinzas.

2. Elaboremos el molde de trasero

Cuando se elabora el molde trasero se realiza las mismas medidas del molde delantero, solo tiene una diferencia que le vamos a explicar.

1. Se le deja al molde 3 centímetros de espacio para los botones.
2. La altura de la boca es de 6 centímetros
3. Las pinzas traseras deben llegar hasta la altura de la axila
4. Para sacar los moldes de la boca manga y el cuello se colocan en un papel el molde del trasero y del delantero y luego recortar siguiendo la forma de la boca y la boca manga

El forro de la boca manga delantera es más angosta que la trasera lo puede observar como lo indica la flecha y es así para evitar las arrugas cuando la blusa lleva manga y cuando no lleva manga se ajustan mejor al contorno del brazo y del busto.

Tengamos presente que los forros de la boca delantero y trasero se unen del lugar que le indica las letras a igual con los forros de la boca manga.

Como colocar el molde en la tela

- Recorte el molde trasero y delantero, recuerde que le dimos las medidas de las costuras.
- La tela se extiende doble en la mesa bien estirada. Recuerde que debe ser de 60pulgadas de ancho por 1pulgada y media de largo.



Como elaborar una Gorra

a. Materiales

- Hilo, regla, tijera, aguja gruesa de mano.
- Tela gruesa
- Un botón
- Papel para el molde



b. Procedimiento

Saquemos las medidas de la gorra.

- Medir el contorno de la cabeza a nivel de la frente, así como se observa en el
- Medir la altura que tendrá la gorra
- Medir el tamaño de la brisera,

c. Elaboremos el molde

- Tracemos un círculo que tenga la altura de la gorra y el contorno de la cabeza.
- Ahora vamos a sacar las piezas que debe ser de la misma medida. Luego recortemos cada pieza y le aumentamos 1 centímetro de costura.
- Tracemos la brisera de la gorra. El largo de la brisera es al gusto de la persona y debe tener esta forma.

d. Coloquemos los moldes en la tela.

e. Cortemos y elaboremos nuestra gorra

Bibliografía

La costura, Jacqueline Maurin y Aline Mbale, Edición Educar Cultural Recreativa S.A. Santa Fe de Bogota Colombia.

Proyectos para trabajo manual de 1º - 6º grado, Dra. Magdalena Rodríguez Ecay y Carbonel; Editor Pueblo y Educación.

Información, documental, internet.

Programa de educación práctica y estética MINED – Nicaragua.