



Taller de comprensión lectora y creatividad 2: Autodeterminación, inclusión social y participación laboral

TEXTOS PARA EL ALUMNO



Colabora:



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN, CULTURA
Y DEPORTE

Taller de comprensión lectora y creatividad 2: Autodeterminación, inclusión social y participación laboral

TEXTOS PARA EL ALUMNO

Equipo de trabajo y coordinación de la edición:
DOWN ESPAÑA: Mónica Díaz Orgaz,
Adriana González- Simancas Sanz, Agustín Matía Amor
DOWN HUESCA: Elías Vived Conte
DOWN LLEIDA: Eva Betbesé Mullet

Fotografías:
DOWN ESPAÑA. Todos los derechos reservados.

Edita:
DOWN ESPAÑA con la colaboración del Ministerio de
Educación, Cultura y Deporte

Depósito Legal: M-31229-2012

Impreso en papel FSC



Presentación

La comprensión lectora es, hoy en día, uno de los principales problemas, y por ende, uno de los mayores retos de la educación. La mayor parte del fracaso escolar está propiciado por un inadecuado aprendizaje del proceso lector. Tradicionalmente, este proceso se ha centrado en el decodificado de los textos sin prestar la atención necesaria a la comprensión de los mismos. La consecuencia directa es que, de esta forma, se anula el sentido comunicativo de la lectura y se imposibilita que la persona pueda acceder directamente a las fuentes de información escritas, con la consiguiente merma en su capacidad de aprendizaje y sus posibilidades comunicativas.

En el caso de las personas con síndrome de Down, el proceso de desarrollo de la comprensión lectora se alarga hasta la edad adulta, planteándose además un problema añadido: la escasa oferta de textos en formato de Lectura Fácil lo suficientemente contextualizados. El presente material -Talleres de Comprensión Lectora y creatividad 2- se incluye en la “Colección formación para la autonomía y la vida independiente” de DOWN ESPAÑA y es fruto del trabajo de un grupo de expertos en educación pertenecientes a entidades fedradas a DOWN ESPAÑA.

El principal valor de estos talleres, está en aunar, de un lado, estrategias para el desarrollo de la comprensión lectora y, de otro, contenidos que potencian las habilidades básicas personales y sociales, a través de unos textos expresados en formato de lectura fácil, y adaptados a la realidad de los jóvenes con síndrome de Down.

Así, en cada lectura, el joven con síndrome de Down se plantea una serie de objetivos y tiene la oportunidad de reforzar su habilidad de comprensión lectora a la vez que traslada las habilidades básicas trabajadas en el texto a su propia realidad.

Desde DOWN ESPAÑA confiamos en que este material, que plantea una nueva estrategia de aprendizaje adaptada a las necesidades de los jóvenes con síndrome de Down, contribuya a su desarrollo personal.

Para la realización de las actividades que van a ser precisas para la comprensión lectora y para otros objetivos vinculados con la autodeterminación, la inclusión social y la participación laboral es conveniente consultar otros materiales didácticos (orientaciones didácticas, materiales de evaluación y seguimiento etc.) que encontrarán en la página web de DOWN ESPAÑA: www.sindromedown.net, área de Publicaciones.

José Fabián Cámara
Presidente de DOWN ESPAÑA

Contenidos

Textos de comprensión lectora: autodeterminación, inclusión social y vida independiente.

Unidad 1	EL TRABAJO EN EQUIPO	8
Unidad 2	EL TIEMPO LIBRE	14
Unidad 3	ALTERNATIVAS DE OCIO	21
Unidad 4	COMPORTAMIENTO CÍVICO	26
Unidad 5	HERRAMIENTAS DE TRABAJO	32
Unidad 6	TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS LABORALES	40
Unidad 7	RESPONSABILIDADES EN EL HOGAR	47
Unidad 8	MANIFESTACIONES AFECTIVAS EN PÚBLICO	54
Unidad 9	SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO	61
Unidad 10	TAREAS EN LA COCINA	66

El trabajo en equipo

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** participar en las responsabilidades de las tareas domésticas vinculadas con la alimentación (preparar bocadillos, platos sencillos, desayuno, ensaladas, etc.). Lavarse los dientes sin necesidad de recordárselo.
- **Habilidades para la participación social:** trabajar en equipo compartiendo contenidos y responsabilidades, aprendiendo a comunicarse, a cooperar, a ser solidario y a respetar las reglas del grupo.
- **Habilidades para la participación laboral:** valorar la importancia de ser responsable en el trabajo y aceptar las órdenes de los superiores.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: AMIGAS

Marta y Mónica son dos buenas amigas.
Se conocen desde los primeros años de la secundaria.
Juntas habían comenzado la Educación Secundaria Obligatoria en el Instituto Ramón Acín.
En el primer curso de secundaria se hicieron muy amigas.
Ahora están en el programa de formación profesional.
Y están a punto de concluir sus estudios.
Saldrán del instituto y tratarán de encontrar un empleo, aunque hoy en día, la cosa del empleo no está fácil.

Marta y Mónica viven juntas en un piso que está situado en una calle céntrica de la ciudad.
Viven con dos amigos más.

El trabajo en equipo

Éste es el primer año que están viviendo en ese piso,
y están muy contentas.

Los padres de Marta viven en un pequeño pueblo de la montaña
y los padres de Mónica también viven en un pueblo
cercano a la ciudad.

Hasta este año las dos tenían que viajar a la ciudad
desde sus pueblos todos los días.

Pero este curso decidieron alojarse en el piso
para no tener que estar todos los días viajando.

En el piso están aprendiendo muchas cosas:
hacer la cama, recoger la ropa en el armario,
escobar el suelo, fregar, limpiar el polvo de los muebles,
utilizar el lavavajillas, poner y quitar la mesa,
preparar las comidas, hacer la compra y muchas cosas más.

Algunas de estas tareas ya las realizaban en sus casas,
cuando vivían con sus padres,
pero ahora están aprendiendo a hacer las cosas ellas solas,
con autonomía y responsabilidad.

Sus compañeros de piso les ayudan en algunas de estas tareas
y poco a poco van adquiriendo las habilidades
para realizar todas las actividades sin ayuda.

Marta y Mónica están, con otros amigos,
aprendiendo un oficio en el instituto.
Están llevando a cabo un programa
que se llama de Cualificación Profesional Inicial.
Es un programa de Hostelería,
para poder trabajar en cafeterías, restaurantes u hoteles.

El trabajo en equipo

Las profesoras les enseñan los contenidos de este programa y ponen mucho interés en que los alumnos aprendan a trabajar en equipo.

Las profesoras les repiten que es necesario saber trabajar en grupo, apoyarse unos en otros y colaborar entre ellos, compartiendo tareas y responsabilidades.

Los alumnos ya saben que para poder colaborar en el grupo es necesario aprender a comunicarse con los compañeros, a cooperar y a ser solidarios.

También es importante respetar las reglas del grupo.

Y es que cuando un grupo realiza una determinada actividad o está practicando un juego o un deporte, mantiene una serie de normas o reglas que es necesario conocer y respetar.

Marta y Mónica están aprendiendo a colaborar también en las tareas del piso y ya conocen los beneficios de mantener un buen grado de cooperación entre las personas.

Las profesoras les han comentado que en cualquier trabajo es importante tener una buena disposición a la colaboración y al apoyo entre los trabajadores.

La colaboración permite mantener una mejor relación entre las personas y también ayuda a desarrollar las tareas con mayor eficacia.

Los estudiantes de este programa de formación profesional saben que van a tener que realizar prácticas laborales en algunas empresas.

El trabajo en equipo

Y en la realización de estas prácticas tendrán también que mostrarse colaboradores con otros trabajadores de la empresa. Tendrán que aprender las diferentes tareas del puesto de trabajo.

En la realización de esas tareas irán desarrollando la responsabilidad en el trabajo. Y un apartado importante de esa responsabilidad es seguir las indicaciones u órdenes que les dan los encargados de la empresa u otros superiores. En realidad, es muy parecido a cuando tienen que seguir las indicaciones de los profesores del instituto para aprender algunas cuestiones importantes del programa educativo.

Marta y Mónica están muy contentas con el programa de formación profesional. Se están preparando para poder trabajar después, cuando salgan del instituto. Y saben que esto es importante. Por eso quieren ser responsables en el trabajo y se esfuerzan por hacer las tareas lo mejor que pueden.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto

- 1 ¿Cómo se llaman las amigas?
- 2 ¿Qué estudian ahora?
 - a) Educación Secundaria Obligatoria.
 - b) Un programa de formación profesional.
 - c) Sexto de primaria.

El trabajo en equipo

- 3 Cuando salgan del instituto, ¿qué quieren conseguir?
 - a) Un trabajo.
 - b) Comprar un coche.
 - c) Poder pasear por la ciudad.
- 4 ¿Dónde viven las dos amigas?
 - a) En casa de sus padres.
 - b) En una residencia.
 - c) En un piso con otros amigos.
- 5 Díme algunas cosas que están aprendiendo en el piso.
- 6 Los compañeros de piso de Marta y Mónica les ayudan en algunas tareas del piso, ¿verdadero o falso?
- 7 El programa de formación profesional que están aprendiendo, ¿es de jardinería, hostelería o carpintería?
- 8 Cuando terminan el curso de hostelería, ¿en qué empresas podrán trabajar?
 - a) En hoteles, restaurantes y cafeterías.
 - b) En parques y jardines.
 - c) En oficinas.
- 9 ¿Qué piden los profesores a los alumnos que tienen que aprender: trabajar mucho, trabajar seguros o trabajar en equipo?
- 10 Para colaborar en grupo es necesario aprender a comunicarse con los compañeros y a ser solidarios, ¿verdadero o falso?

El trabajo en equipo

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 Y tú, en tu casa, ¿participas en las tareas domésticas?. ¿Qué sueles hacer en tu casa?
- 2 ¿Qué opinas de vivir en un piso con otros amigos?. ¿Te gustaría vivir a tí de esa manera?
- 3 ¿Cuál es el programa de formación profesional que estás aprendiendo?
- 4 Con el oficio que estás aprendiendo, ¿en qué empresas podrías trabajar?
- 5 ¿Con quiénes te comunicas normalmente?
- 6 ¿Qué significa ser solidario?. ¿Te consideras una persona solidaria?. ¿Cómo podemos aprender a ser más solidarios?
- 7 Un aspecto importante para trabajar en grupo es: ¿respetar las normas del grupo, conocer dónde vive cada uno o ir al cine juntos?
- 8 Díme algunos juegos o deportes que se practican en grupo
- 9 ¿Puedes decirme algunas normas de algún deporte que se practica en grupo?
- 10 Díme algunas actividades o tareas que podemos hacer en grupo
- 11 ¿Puedes decirme algunas normas de alguna tarea que se practica en grupo?
- 12 ¿Es necesario seguir las indicaciones de los profesores?. ¿Por qué?
- 13 En un trabajo, ¿es necesario seguir las indicaciones u órdenes de un encargado?. ¿Por qué?

El tiempo libre

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** planificar y emplear el tiempo libre en actividades que interesen al alumno.
- **Habilidades para la participación social:** respetar las normas, tanto en el contexto familiar como en el contexto social, aceptando las consecuencias del incumplimiento de las mismas.
- **Habilidades para la participación laboral:** respetar las normas de uso y conservación de los materiales de trabajo, identificando distintas herramientas.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: QUEDAMOS ESTA TARDE

A Marta y a Mónica les gusta mucho vivir en un piso con Miguel y Guillermo. Los cuatro mantienen una buena relación y no suele haber problemas entre ellos. Organizan bien las tareas entre los cuatro. Esta tarde les toca limpiar la cocina y el comedor a Mónica y Miguel. Lo harán después de comer. Guillermo y Marta se encargan de hacer la cena.

Marta y Mónica llevan una vida activa. Por las mañanas al instituto, desde las 8,30 a las 14 horas. Por las tardes realizan muchas actividades, los martes y miércoles van a la Asociación Down. Un par de horas cada día.

El tiempo libre

Allí hacen gimnasia, manejan el ordenador,
mantienen conversaciones con otros amigos y amigas
sobre diferentes temas que ellos eligen
y participan en un programa de música.

Los lunes por la tarde acuden a la universidad de su ciudad,
allí se juntan con otros compañeros
y participan en un curso de lectura y creatividad.

Los jueves van a natación
y también colaboran en un programa de radio.
Una vida muy activa
para conseguir el mayor desarrollo de sus capacidades.

No les queda mucho tiempo libre
y por eso tienen que planificar bien el tiempo
que les queda libre por las tardes.

Marta y Mónica suelen salir
con sus compañeros del piso alguna tarde
y algún día cenar en un restaurante chino
que hay cerca de su casa.

Los viernes por la tarde suelen quedar con Luis, Daniel y Loreto
y algunos más, que son sus amigos del instituto.
Son amigos desde que se juntaron en el instituto
para hacer 1º de la ESO.

Ahora Luis, Daniel y Loreto estudian formación profesional,
un módulo de mecánica del automóvil.
A los tres les gustan mucho los coches
y manipular las piezas del motor.

El tiempo libre

Conocen muchas herramientas
para poder reparar las averías de los coches
y han aprendido a utilizarlas
y a conservarlas para que duren
y estén en las mejores condiciones de uso.

Hoy es viernes
y han quedado los cinco amigos para ir al cine.
Han consultado la cartelera
para ver las películas que ponen
y han buscado cuál es el mejor horario para ellos.
Entre todos deciden qué película van a ver.
Han decidido ir a la sesión de las 8,
así que se dirigen a sacar las entradas.
El cine está cerca del barrio
en el que viven todos los amigos.

Una vez dentro del cine,
Luis ha empezado a reírse muy fuerte
y un espectador le ha llamado la atención
porque estaba molestando a las demás personas.
Luis lo ha comprendido
y ha decidido ver el resto de la película callado
para no molestar.

A la salida del cine
deciden ir a tomar un refresco en un bar cercano.
Loreto está indecisa,
sus padres le han pedido
que volviera a su casa al acabar el cine
pero a ella le apetece mucho tomar algo con sus amigos.
Al final decide quedarse con ellos.

El tiempo libre

A la mañana siguiente,
Loreto cuenta a sus amigos
que sus padres le regañaron
por no avisar que iba a llegar tarde.
Sus amigos le hacen ver
que es importante cumplir las normas
que se ponen en la familia
y que si no avisó a sus padres
estarían preocupados por su tardanza.
Estos comentarios hacen reflexionar a Loreto,
que comprende que si sus padres se enfadaron
es porque estaban preocupados por ella.

Marta y Mónica están muy contentas
porque pasaron la tarde del viernes estupendamente
gracias a la amistad que mantienen
con Loreto, con Luis y con Daniel
y también gracias a su buena planificación del tiempo libre.
Marta es una joven de 20 años con síndrome de Down
y Mónica es una joven de 21 años con discapacidad intelectual.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 Marta y Mónica viven en un piso con...
 - a. Luis y Lucas.
 - b. Juan y María.
 - c. Miguel y Guillermo .
- 2 ¿Dónde van Marta y Mónica los martes y los miércoles por la tarde?
 - a. A la Asociación Down.
 - b. A la Universidad.
 - c. Al cine.

El tiempo libre

- 3 ¿Recuerdas algunas de las actividades que realizan Marta y Mónica por las tardes?
- 4 Mónica y Marta tienen mucho tiempo libre, ¿verdadero o falso?
- 5 Mónica y Marta tienen más libre la tarde de los viernes, ¿con quiénes suelen quedar?
- 6 ¿Qué van a hacer el viernes?
 - a. Ir de paseo.
 - b. Ir al cine.
 - c. Ir a tomar algo.
- 7 Los amigos de Marta y Mónica se llaman Luis, Daniel y Loreto, ¿verdadero o falso?
- 8 ¿Qué tipo de formación profesional estudian estos amigos?
 - a. Hostelería.
 - b. Jardinería.
 - c. Mecánica del automóvil.
- 9 Cuando los amigos estaban en el cine, Luis se reía muy fuerte y molestaba a los espectadores, ¿quién le ha llamado la atención?
 - a. Un espectador.
 - b. El acomodador.
 - c. Un amigo.
- 10 ¿A quién han regañado los padres, a Loreto, a Luis o a Daniel? ¿Por qué?

El tiempo libre

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 ¿Qué actividades haces por las tardes?. ¿Por qué haces estas actividades?
- 2 ¿Qué otras cosas te gustaría hacer?
- 3 ¿Tienes mucho tiempo libre?. ¿Qué horas tienes libres cada día?
- 4 ¿Qué sueles hacer en tu tiempo libre?
- 5 ¿Planificas tu tiempo libre antes de salir de casa?
- 6 Luis, Daniel y Loreto conocen muchas herramientas y otros materiales de trabajo, ¿recuerdas el nombre de algunas herramientas que conozcas?
- 7 Señala algunas normas de uso con respecto a alguna de las herramientas
- 8 ¿Crees que es importante conservar los materiales de trabajo?. ¿Por qué?
- 9 ¿Hay normas en el cine?. ¿Podrías señalar alguna?
- 10 ¿Por qué hay que conocer y respetar las normas que hay en las salas de cine?
- 11 ¿Qué puede ocurrir si no se respetan algunas de estas normas?
- 12 El cine constituye un contexto o situación social donde se juntan varias personas, ¿puedes recordar otros escenarios o contextos sociales en los que se junten varias personas para hacer algo?

El tiempo libre

- 13 Vamos a recordar algunas de las normas de algunos contextos sociales que se han señalado (p.e., tienda o comercio, una exposición, un museo, un pabellón deportivo, etc.).
- 14 ¿Por qué es importante respetar las normas?
- 15 Y en el contexto familiar, ¿también hay normas?, ¿puedes señalar alguna?
- 16 ¿Respetas las normas de tu familia?, ¿quién pone las normas en la familia?
- 17 ¿Qué ocurre si no se respetan las normas en la familia?

Alternativas de ocio

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** conocer distintas posibilidades de ocio que ofrece el entorno para poder elegir mejor y seleccionar alternativas para llevarlas a cabo en el tiempo libre.
- **Habilidades para la participación social:** salir con los amigos en el tiempo libre (de paseo por las calles o por el parque, cine, deporte, etc.), participando en actividades de grupo con otros.
- **Habilidades para la participación laboral:** valorar la importancia de hacer bien las tareas asumiendo la responsabilidad que comporta.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: SALGO CON LOS AMIGOS

Marta y Mónica han realizado prácticas en la cocina de su instituto de secundaria.

Han estado preparando todos los platos de entremeses que había hoy en el menú del día.

En cada plato tenían que colocar una rodaja de tomate, una loncha de jamón, otra de chorizo y otra de salchichón, medio huevo duro, una empanadilla y olivas verdes.

Después de 3 horas de trabajo han concluido con su tarea y se encontraban muy satisfechas por la labor realizada.

– Habéis hecho una buena tarea, os felicito
- les había dicho la encargada de la cocina.

Alternativas de ocio

Y en efecto, las amigas habían trabajado con responsabilidad, sabían que tenían que organizar bien los platos, que no hubiera ninguno que se quedara sin embutido o sin tomate; que todos los componentes del plato estuvieran bien colocados. Y se tomaron la tarea muy en serio, demostrando que podían cumplir correctamente con las normas de buen funcionamiento.

Terminadas las clases de la mañana, las amigas se vieron con Luis, Daniel y Loreto y juntos fueron al comedor. Suelen juntarse casi todos los días para comer juntos. Los 5 se quedan a comer en el comedor del instituto y después de comer van a sus casas.

– ¿Sabéis quién ha preparado estos platos de entremeses?
- preguntó Mónica a sus amigos cuando estaban en el comedor y se disponían a coger los platos en el mostrador del autoservicio.

– ¿Habéis sido vosotros? Enhorabuena, porque tienen una pinta estupenda - contestó Loreto.

Durante la comida hablaron de varias cosas, pero finalmente se centraron en la tarde y en determinar dónde iban a ir para estar juntos por la tarde.

– Mirad, he traído la revista del ocio, donde se indican todas las actividades que hay programadas en el mes. Podemos mirar las cosas que hay programadas para esta tarde - comentó Daniel.

Alternativas de ocio

Los amigos fueron leyendo las cosas
que anunciaba la revista para esa tarde:
competición de ajedrez en un instituto,
exposición de fotografías en una sala de la Diputación,
presentación de un grupo de música
en el salón de actos del centro cultural.

– A mí me gustaría ver ese grupo musical,
me han dicho que es muy bueno - dijo Luis.

Y todos los demás estuvieron de acuerdo.
Acordaron verse a las 6 de la tarde,
ya que el concierto comenzaba a las seis y media.

A las 6 en punto, los 5 amigos se juntaron en la plaza de Navarra
y se dirigieron al Centro Cultural,
con el fin de llegar pronto
y poder coger un buen lugar
para ver y escuchar al grupo musical.
Se sentaron en las primeras filas
y disfrutaron de la música durante más de una hora.
Después del concierto,
pasearon por las calles del centro
hasta que entraron en una cafetería
y comentaron lo que les había parecido la actuación del grupo.
A todos les había gustado mucho la música
que habían interpretado.

Alternativas de ocio

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 ¿Dónde habían realizado las prácticas Marta y Mónica?
 - a. En el comedor de un hospital.
 - b. En la cocina de su instituto.
 - c. En la cocina de un hotel.
- 2 ¿Qué tuvieron que hacer en la cocina?
 - a. Preparar los platos de entremeses.
 - b. Escobar el suelo.
 - c. Preparar el postre.
- 3 ¿Qué tenían que colocar en cada plato?
- 4 ¿Realizaron las 2 amigas la tarea correctamente, con responsabilidad?
- 5 ¿Con quiénes se juntaron los tres amigos después de las clases?
- 6 ¿De qué hablaron durante la comida?
 - a. De los exámenes.
 - b. Del tiempo que hace y de las vacaciones.
 - c. De dónde iban a ir para estar juntos por la tarde.
- 7 ¿Dónde conocieron lo que había programado para ese día en su ciudad?
 - a. En el periódico.
 - b. En una revista de ocio.
 - c. En un libro.
- 8 Señala alguna de las actividades que había programada para la tarde.
- 9 ¿Dónde decidieron ir por la tarde?

Alternativas de ocio

- 10 ¿A qué hora quedaron: a las 5, a las 6 ó a la 7?
- 11 ¿Dónde se sentaron para ver el grupo musical: en las primeras filas, al final o no encontraron sitio?
- 12 Después del concierto, pasearon por las calles del centro, ¿verdadero o falso?

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 ¿Crees que es importante hacer bien las tareas en las prácticas laborales?
¿Por qué?
- 2 ¿Conoces alguna publicación en tu ciudad que trate del ocio?
- 3 ¿Sueles quedar con tus amigos?. ¿Cuándo quedas con ellos?
- 4 ¿En qué actividades participas con tus amigos?

Comportamiento cívico

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** adquirir mayores niveles de autonomía en los desplazamientos por la ciudad, minimizando los riesgos.
- **Habilidades para la participación social:** comportarse cívicamente en diferentes lugares y actos públicos y familiares.
- **Habilidades para la participación laboral:** valorar la importancia de preguntar antes de emprender una tarea, si se tienen dudas sobre la misma.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: NOS DESPLAZAMOS CON AUTONOMÍA POR LA CIUDAD

Los padres de Marta y los padres de Mónica no viven en Huesca, que es la ciudad en la que estudian las dos amigas.

Los padres de Marta viven en un pequeño pueblo del Pirineo.

Allí vivió Marta toda su vida hasta los 14 años.

A esa edad fue a la ciudad, a casa de su tía Lidia,

una hermana de su padre

que llevaba viviendo en Huesca más de 20 años.

Por su parte, Mónica es de un pueblo que se llama Monzón.

Allí viven sus padres.

Mónica vivió en Monzón hasta los 14 años.

Cuando terminó la educación primaria fue a estudiar al instituto Pirámide de Huesca.

Allí conoció a Marta.

Comportamiento cívico

Todos los fines de semana Mónica vuelve a su pueblo;
a ella le gusta mucho volver al pueblo,
abrazar a sus padres
y encontrarse con sus amigas y amigos de toda la vida.
En Huesca, antes de empezar a vivir en el piso con sus compañeros,
fue a vivir a casa de su tía Felisa,
que es hermana de su madre.

Al principio a las dos amigas les resultaba difícil
moverse por la ciudad, porque no la conocían.
Las dos amigas iban dos tardes a la Asociación Down
y una de las actividades que realizaban
era un programa de educación vial.
Con este programa aprendían a desplazarse
con autonomía por la ciudad,
conocían las normas peatonales,
aprendían el nombre de las calles
y de las plazas más importantes de la ciudad
y también conocieron los edificios más distinguidos,
los centros cívicos, las bibliotecas, los museos,
las salas de exposiciones, algunas administraciones públicas,
los cines, las cafeterías, las tiendas, etc.

Un aspecto importante que también aprendieron
fue a minimizar los riesgos
cuando se desplazaban solas por la ciudad,
para ello tenían que respetar todas las normas peatonales
y aprender a manejarse con personas desconocidas.

Comportamiento cívico

Ahora las dos amigas,
gracias a ese programa de educación vial
y también gracias a los paseos
que hacían con sus tías y con sus amigas,
funcionan con total autonomía
en sus desplazamientos por las calles de la ciudad
y lo hacen con una gran seguridad.
Conocen la ciudad muy bien
y disfrutan de sus calles y pasean por ellas.
A veces solas, a veces con otras amigas van a ver
algunos de los actos públicos que se organizan en la ciudad,
pueden ser actos deportivos, culturales o sociales.
Marta y Mónica son ciudadanas muy participativas.
Ayer por la tarde estuvieron escuchando un concierto musical
que habían organizado los alumnos del Conservatorio de Música.
Su comportamiento en estos actos públicos
siempre ha sido extraordinario
porque en cualquier lugar en el que se encuentren
respetan las normas de convivencia.

Ha pasado ya mucho tiempo
desde que Marta y Mónica llegaron a la ciudad.
Ahora se encuentran en el final de sus estudios,
en la última etapa de su recorrido escolar.
Después de haber pasado por la ESO,
se encuentran en la formación profesional de hostelería.
Ahora están haciendo prácticas en un hotel de Huesca.
Allí conocen diferentes puestos de trabajo
y las actividades que se realizan en cada uno de ellos.
Han pasado por el puesto de camarero de restaurante
y están aprendiendo a montar las mesas,
a servir diferentes tipos de comidas y de bebidas.

Comportamiento cívico

Un aspecto importante que están aprendiendo es a preguntar cuando no conocen cómo hay que hacer algo nuevo o cuando tienen dudas sobre cómo hacerlo. Esta mañana han tenido que limpiar los cristales del restaurante y el encargado les ha explicado cómo tenían que hacerlo. Como Marta no podía llegar a la parte más alta de los cristales, ha preguntado al encargado si había una escalera en el hotel. El encargado les ha acercado la escalera y han podido realizar la tarea correctamente. En el hotel están muy contentos de cómo están realizando las diferentes tareas que les proponen cada día.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 La ciudad en la que viven Marta y Mónica se llama...
 - a. Huesca.
 - b. Zaragoza.
 - c. Monzón.
- 2 Los padres de Marta viven en Huesca, ¿verdadero o falso?
- 3 ¿Dónde vivió Marta cuando llegó a la ciudad?
 - a. En casa de sus abuelos.
 - b. En una residencia.
 - c. En casa de su tía.

Comportamiento cívico

- 4 Las dos amigas acudían a la Asociación Down, ¿recuerdas cómo se llamaba el programa que llevaban a cabo para aprender a desplazarse por la ciudad?
 - a. Conocimiento de las calles.
 - b. Educación vial.
 - c. Educación social.
- 5 ¿Qué aprendieron con el programa de Educación Vial?
- 6 Marta y Mónica suelen participar en actos públicos que se organizan en su ciudad. ¿Qué fueron a ver ayer por la tarde?
 - a. Un partido de fútbol.
 - b. Un concierto musical.
 - c. Una exposición de pintura.
- 7 ¿Cómo es su comportamiento en los actos públicos?
- 8 Ahora Marta y Mónica están haciendo una formación profesional de hostelería, ¿dónde están haciendo prácticas laborales?
 - a. En un hotel.
 - b. En un albergue.
 - c. En una cafetería.
- 9 Actualmente realizan prácticas de camarera de restaurante, ¿verdadero o falso?
- 10 ¿Qué aprenden con las prácticas de camarera de restaurante?
- 11 Cuando tienen dudas sobre sus tareas, ¿qué suelen hacer?

Comportamiento cívico

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 ¿Te desplazas con autonomía por la ciudad?, ¿tienes algunas dificultades?
- 2 ¿Quién te enseñó a manejarte con autonomía en los desplazamientos?
- 3 ¿Qué peligros puede haber cuando uno se desplaza por las calles de la ciudad?
- 4 ¿Puedes decirme a qué actos públicos sueles asistir?
- 5 ¿Cómo es tu comportamiento en esos lugares públicos?
- 6 Piensa en diferentes lugares públicos, ¿recuerdas algunos?
- 7 Vamos a recordar normas de comportamiento en algunos de estos lugares públicos (p.e., bibliotecas, centro de salud, sala de exposiciones, museo, tienda de ropa, etc.)
- 8 En todos estos lugares vemos que hay normas de funcionamiento que ayudan a regular nuestro comportamiento. Y en la familia, ¿hay normas de funcionamiento?. ¿Puedes indicar algunas?. ¿Las cumples?
- 9 ¿Has realizado prácticas laborales en alguna empresa?
- 10 ¿Sueles preguntar sobre tus tareas laborales?. ¿A quién preguntas?

Herramientas de trabajo

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** incrementar la participación en actividades de la ciudad (espectáculos, conciertos,...).
- **Habilidades para la participación social:** desarrollar y conseguir un autoconocimiento de sí mismo, la identidad personal y el autoconcepto.
- **Habilidades para la participación laboral:** identificar y utilizar adecuadamente los diferentes materiales, útiles, herramientas y máquinas.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: DE VISITA A UN SUPERMERCADO

En el instituto, casi todos los viernes se planifican visitas a diferentes empresas. Es una buena manera de conocer cómo es el mundo laboral. Este viernes toca visitar un hipermercado que se encuentra a las afueras de la ciudad. El grupo de alumnos que estudian el PCPI de Hostelería salen del centro en un pequeño microbús, van acompañados de 2 profesores.

Cuando llegan al hipermercado, les recibe el gerente y pasan a una sala donde, después de presentarse todos, el gerente les explica muchas cosas de la empresa: cuándo se fundó, cómo funciona, el horario que llevan, el número de trabajadores que hay, etc.

Herramientas de trabajo

Una vez concluidas las explicaciones,
el gerente les acompaña por las secciones de la gran tienda:
carnes, pescados, embutidos, frutas y verduras,
textil, papelería, bricolage, plantas, lácteos, congelados, etc.
En cada una de estas secciones,
el gerente presenta a la trabajadora encargada de la sección
y ésta les explica cómo se ordenan los diferentes productos
y las funciones que tiene en la empresa.

Cuando han terminado de ver todas las secciones,
se dirigen al almacén
y allí ven cómo se guardan las mercancías
para sacarlas luego a la tienda.
Hay una gran nevera
donde se guardan los productos frescos,
para que se conserven.

En el recorrido por el almacén,
Marta observa un panel
donde hay una gran cantidad de herramientas:
martillos, alicates, llaves inglesas de diferentes tamaños,
destornilladores, lijas, tenazas, taladros,
cajas con diferentes tipos de tornillos, tacos y clavos, etc.

– ¿Para qué se utilizan todas esas herramientas?
- pregunta Marta al gerente.

– Allí están las herramientas
que utilizamos para el mantenimiento de la tienda.
Hay una persona encargada de reparar los desperfectos
que hay en las instalaciones o también en algún producto.

Herramientas de trabajo

Y esas herramientas las utiliza para realizar las reparaciones
- contesta el gerente.

– Muy interesante tu pregunta, Marta
- comenta uno de los profesores.

Ten en cuenta que en cada empresa
hay una serie de materiales, herramientas y máquinas
con las que se realizan las diferentes tareas de la empresa.

El gerente sigue explicando algunas de las máquinas
que hay en el hipermercado:

congeladores, cajas registradoras,
máquinas de limpieza de los suelos, etc.

Y también explica que los materiales
que en esta empresa se utilizan
son los diferentes productos que se venden.

Ese mismo día, por la tarde
hay un concierto de música clásica
en el salón de actos del Conservatorio de Música.
La hermana de Mónica toca la flauta travesera
y participa en el concierto,
así que Mónica ha invitado a sus amigos a escuchar el concierto.

A las 7 de la tarde se juntan en la entrada del Conservatorio
Mónica, Marta, Luis, Daniel y Loreto.

A las 7,30 horas comienza el concierto,
que resulta muy entretenido.

Los amigos disfrutan de la música interpretada
y aplauden con energía a la hermana de Mónica
y a todos sus compañeros de la orquesta por su actuación.

Herramientas de trabajo

Cuando salen del Conservatorio
van a tomar un refresco a una cafetería próxima.

– ¡Cómo me gustaría tocar la flauta travesera!
- comenta con resignación Marta.

– Pero eso es muy difícil,
se necesitan muchos años para aprender a tocarla.
Mi hermana lleva ya 6 años tocando
y todavía le faltan algunos más
- contesta Mónica, tratando de animar a Marta.

– ¿Es que yo no puedo aprender
porque soy una persona con síndrome de Down?
- pregunta un poco enfadada Marta.

– Tú no sabes tocar la flauta, Marta y yo tampoco,
y creo que Loreto y Luis tampoco saben.
Tiene razón Mónica, son muchos años de estudio
y ese aprendizaje es complejo - comenta Daniel.

– Ya, pero a las personas con síndrome de Down
nos cuesta un poco más aprender las cosas.
Y si el aprendizaje dura tantos años, ni te cuento
- dice Marta.

– Tienes razón, Marta, pero aprendemos muchas cosas.
A mí también me cuesta aprender algunas cosas,
pero con esfuerzo, un poco de apoyo, algo más de tiempo
y muchas ganas, podemos aprender muchas cosas.
Eso ya lo sabes tú - contesta Mónica.

Herramientas de trabajo

– Es verdad, Mónica.

Hay muchas cosas que aprendemos,
las cosas más importantes de la vida
las estamos aprendiendo bien - comenta Marta.

– Además, todos tenemos que saber
que muchas cosas no vamos a conocer,
por ejemplo, yo no pilotaré nunca un avión,
ni viviré en la jungla,
ni trabajaré de médico - dice Luis.

– Bien dicho, aunque uno puede ver otras alternativas.
A lo mejor no puedo trabajar como cocinero,
pero sí como ayudante de cocina.
A lo mejor no puedo trabajar como médico,
pero sí como auxiliar de medicina.
Puede ser que no aprendamos a tocar bien la flauta travesera,
pero quizá podamos emitir algún sonido conocido en una flauta dulce
- explica Loreto.

Y así siguió la animada conversación de nuestros amigos,
centrada en lo que uno es capaz de aprender y lo que no,
pero asegurando que cada uno tiene grandes capacidades
y que para desarrollarlas necesita oportunidades y apoyos.

Herramientas de trabajo

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 ¿Qué fueron a ver los alumnos este viernes?
- 2 ¿Cuántos profesores les acompañan?
- 3 ¿Qué persona les recibe en el centro de trabajo: el gerente, el encargado o un trabajador?
- 4 ¿Qué les explica el gerente en la primera reunión?
- 5 Una vez concluidas las explicaciones, el gerente les acompaña a tomar un refresco en la cafetería, ¿verdadero o falso?
- 6 Trata de recordar algunas de las secciones de la tienda.
- 7 En el recorrido por el almacén, Marta observa un panel donde hay una gran cantidad de herramientas, ¿recuerdas alguna?
- 8 ¿Para qué se utilizan todas esas herramientas en el hipermercado?
- 9 Recordar algunas máquinas que se utilizan en el hipermercado.
- 10 ¿Dónde van por la tarde: al Conservatorio de Música, al cine o de paseo?
- 11 ¿Qué instrumento musical toca la hermana de Mónica?
- 12 ¿Dónde fueron después del concierto?
- 13 A Marta le gustaría aprender a tocar la flauta travesera, pero cree que no puede porque es una persona con síndrome de Down, ¿verdadero o falso?

Herramientas de trabajo

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 Vamos a recordar distintas empresas que conocemos. Recordar las empresas en las que trabajan vuestros familiares. ¿Habéis estado en estas empresas?
- 2 ¿Podrías decirme cuál es la función principal del gerente?
- 3 Recordar algunas máquinas que se utilizan en el hipermercado.
- 4 Mirar en Internet las imágenes correspondientes a las máquinas y herramientas señaladas. Se pueden imprimir y escribir una descripción de cada elemento.
- 5 Veamos otros tipos de empresa y vamos a decir los materiales, las herramientas y las máquinas que se utilizan en ellas. También se pueden mirar en Internet las imágenes correspondientes, con sus descripciones. Si se imprimen se puede iniciar un breve diccionario sobre las empresas, de modo que en cada tipo de empresa se indiquen los materiales, las herramientas y las máquinas que se utilizan.
- 6 Vamos a mirar en el ordenador una imagen de la flauta travesera y de otros instrumentos musicales. Compara la flauta travesera con otros tipos de instrumentos de viento, especialmente con la flauta dulce.
- 7 Marta, Mónica y sus amigos suelen participar en numerosos espectáculos, conciertos y otros actos que se organizan en su ciudad. ¿Tú también participas en este tipo de acontecimientos?
- 8 ¿Qué actos públicos se pueden organizar en una ciudad?
- 9 ¿Por qué es importante acudir a este tipo de acontecimientos?

Herramientas de trabajo

- 10 ¿Crees que a las personas con síndrome de Down les cuesta aprender más algunas cosas?
- 11 A lo largo de la conversación se comenta que hay muchas cosas que se pueden aprender bien: las cosas más importantes de la vida. ¿Cuáles son, según tu opinión, las cosas más importantes de la vida?
- 12 Vamos a decir aspectos positivos de nuestros amigos. Como alternativa se pueden escribir en distintas cartulinas descripciones positivas de una persona y cada uno selecciona una o dos que coincidan con la descripción del amigo que se está comentando.
- 13 Vamos a decir aspectos positivos de nosotros mismos.
- 14 Identifiquemos ahora algunas dificultades que tenemos en nuestra vida.
¿De qué modo se pueden ir resolviendo?
- 15 ¿Por qué es importante tener un concepto positivo de uno mismo?

Técnicas y procedimientos laborales

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** potenciar el interés hacia las relaciones personales y hacia el mundo que le rodea, a través del establecimiento de relaciones afectivas.
- **Habilidades para la participación social:** expresar de forma adecuada los sentimientos hacia otras personas y responder adecuadamente ante los sentimientos de otras personas hacia él.
- **Habilidades para la participación laboral:** conocer y aplicar técnicas y procedimientos con los que afrontar la ejecución de tareas.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: APRENDEMOS TAREAS LABORALES

La mañana de Marta y Mónica había transcurrido con normalidad.

A las 8 de la mañana habían acudido,
como todas las mañanas
desde que comenzaron las prácticas laborales,
al hotel donde realizaban las prácticas de hostelería.
Habían concluido ya sus aprendizajes
en el restaurante como camareras
y ahora se encontraban aprendiendo las tareas
del servicio de habitaciones.

Los trabajadores de este servicio
se encargaban de dejar todas las habitaciones,
que se habían utilizado el día y la noche anterior,
arregladas y limpias.

Lo primero que hacían era abrir la ventana
para que se ventilara la habitación.

Técnicas y procedimientos laborales

Después hacían la cama, limpiaban el baño y reponían el jabón o el champú si se había utilizado. Finalmente quitaban el polvo de los muebles, limpiaban la papelera, pasaban la aspiradora y fregaban el suelo.

Ahora están aprendiendo nuevas técnicas y procedimientos laborales para realizar las tareas que tienen que hacer con mayor rapidez y eficacia. Por ejemplo, han aprendido una técnica nueva para hacer las camas correctamente, con las sábanas bien ajustadas y estiradas, dejando la colcha perfectamente, sin ninguna arruga y en la posición adecuada. Ellas saben que tienen que aprender esas técnicas para hacer las tareas bien hechas. Cada tarea tiene un procedimiento más adecuado y esto es lo que están aprendiendo. Con respecto a la tarea de limpiar la bañera saben qué líquido deben echar, cuánta cantidad, extienden un poco de ese líquido en una bayeta y pasan la bayeta por toda la bañera. Han aprendido también que después deben aclararla y qué paño deben pasar al final para dejar la bañera totalmente limpia y seca. Y así con todas las demás tareas.

Por la tarde han quedado con sus amigos Luis, Daniel y Loreto, sus amigos del instituto. Ellos viven en el mismo barrio. Los tres viven con sus respectivas familias.

Técnicas y procedimientos laborales

Daniel y Loreto nacieron en Huesca
y allí siguen viviendo.

Luis vino de Rumania hace cinco años.

Desde entonces vive con sus padres en Huesca.

El padre de Luis encontró trabajo en la construcción
y la madre trabaja de jardinera.

Luis es un inmigrante

y desde que comenzó a ir al instituto

se hizo amigo de Marta y Mónica

y también de Daniel y Loreto.

– ¿Qué tal estás Luis?

- saluda Marta cuando llega con Mónica a la plaza de Navarra,
que es el lugar donde habían quedado.

– Hola Marta, hola Mónica - responde Luis,
que se alegra de ver a sus amigas.

– ¿Dónde vamos a ir esta tarde? - pregunta Mónica.

– A mí me gustaría ir al cine,
pero me da igual ir a cualquier sitio
con tal de estar con mis amigos.
Es lo que más me gusta: estar con los amigos.

Marta comienza a expresar sus emociones hacia Luis.

Marta es una persona muy franca

que no tiene ninguna dificultad en mostrar sus sentimientos
hacia las personas que quiere.

Técnicas y procedimientos laborales

– Contigo me encuentro muy bien,
me pongo muy contenta cuando estamos juntos.
Eres un buen amigo y te quiero mucho.
¡Ojalá que nuestra amistad dure mucho tiempo!

– ¡Claro que durará!,
yo también me encuentro muy bien contigo
y con Mónica y con el resto de la cuadrilla.
Sois unos amigos excelentes - respondió Luis a Marta.

Para Marta las relaciones personales son muy importantes.
Se encuentra muy bien con su familia
y es muy afectiva con todos sus familiares,
especialmente con su madre y con su hermano.
También los amigos ocupan un lugar importante en su vida.
Para ella tener unos buenos amigos
es una de las cosas fundamentales en la vida.
Es muy cariñosa con todos ellos
y expresa con sus palabras y con sus gestos
la alegría que experimenta
cuando está con sus amigas y amigos.

Además del interés que Marta tiene por su familia y por sus amigos,
también se preocupa de sus vecinos
y de sus compañeros del instituto.
Ahora también conoce a los compañeros del hotel
y con ellos está iniciando una buena relación.
Marta es una persona que suele caer bien a todo el mundo.

Vive en una pequeña ciudad
y las cosas que pasan allí le interesan,
quiere estar bien informada de las noticias que hay en Huesca.

Técnicas y procedimientos laborales

Algunos días lee el periódico,
sobre todo las noticias de su ciudad,
aunque también suele leer alguna noticia de España y del mundo.
Algunas de ellas le aburren
y en ocasiones tiene que preguntar a sus amigos
algunas cuestiones sobre lo que lee.
Le gusta conocer lo que pasa a su alrededor.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 ¿Qué están aprendiendo ahora Marta y Mónica en el hotel?
 - a. Camareras de restaurante.
 - b. Servicio de habitaciones.
 - c. Ayudante de cocina.
- 2 ¿Qué tareas hacen los trabajadores del servicio de habitaciones?
- 3 Marta y Mónica están aprendiendo técnicas y procedimientos laborales para realizar las tareas que tienen que hacer con mayor rapidez y eficacia. ¿Puedes indicarme los procedimientos que utilizan para limpiar la bañera?
- 4 Por la tarde, Marta y Mónica han quedado con...
- 5 ¿Cómo se llama el amigo inmigrante?
 - a. Daniel.
 - b. Luis.
 - c. Loreto.
- 6 A Marta le cuesta mucho expresar sus sentimientos hacia otras personas, ¿verdadero o falso?

Técnicas y procedimientos laborales

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 Díme el nombre de algunas tareas laborales que hayas realizado.
- 2 Vamos a elegir una de estas tareas. Explica el procedimiento que se sigue para realizar esa actividad. Haz lo mismo con otras tareas. (Se trata de ir repasando los procedimientos utilizados en el desarrollo de cada actividad).
- 3 Explica el procedimiento que se sigue para la realización de algunas tareas domésticas (como hacer la cama, preparar la lista de la compra, preparar un plato sencillo, limpiar una habitación, etc.)
- 4 A Marta, ya lo hemos comentado, le cuesta mucho expresar sus sentimientos hacia otras personas. Y a tí, ¿te cuesta expresar tus sentimientos hacia otras personas?. ¿A qué personas sueles expresar tus sentimientos?
- 5 ¿Qué sentimientos podemos expresar a otras personas?
- 6 Cuando alguien expresa una emoción de simpatía hacia tí, ¿cómo respondes?
- 7 Y si expresa una emoción de amistad o amor, ¿cómo respondes?
- 8 Cuando alguien expresa una crítica hacia tí o está enfadado contigo, ¿cómo respondes?
- 9 Si algún amigo tuyo está triste, ¿cómo respondes?
- 10 A Marta le interesa mucho las relaciones interpersonales, la amistad es muy importante para ella. Y para tí, ¿son importantes los amigos?. ¿Por qué?

Técnicas y procedimientos laborales

- 11 Además de la relación con los amigos, ¿qué otras relaciones personales tenemos?
- 12 A Marta también le interesan las noticias de su ciudad y de España. ¿Te interesan a tí las noticias de tu ciudad?. ¿Y las de España?. ¿Y las del mundo?
- 13 ¿Puedes decirme una noticia que hayas visto o leído últimamente relacionada con tu ciudad o con España?

Responsables en el hogar

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** participar en las responsabilidades de las tareas domésticas, vinculadas con la limpieza de su habitación y del piso (escobar o pasar la aspiradora, limpiar el polvo, fregar las habitaciones, incluidas la cocina y el baño).
- **Habilidades para la participación social:** conocer, saber interpretar y hacer uso de la comunicación verbal y no verbal, manteniendo conversaciones, respetando los turnos e interesándose por situaciones personales de amigos, familiares..., desarrollando la empatía.
- **Habilidades para la participación laboral:** aplicar los conocimientos y habilidades adquiridas en la realización de las tareas y en los trabajos sencillos, favoreciendo la relación y generalización entre los distintos aprendizajes.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: LIMPIAMOS EL PISO

Marta, Mónica, Miguel y Guillermo habían terminado de comer.
Miguel y Guillermo, los dos compañeros de piso de Marta y Mónica, están estudiando Magisterio.
Hoy habían preparado judías verdes con patata y de segundo, un filete de ternera a la plancha.
La comida la habían preparado Guillermo y Marta.
A Miguel y Mónica les toca esta semana limpiar el piso.
Cada semana van turnando las tareas y cambiando las parejas.
Después de comer y de haber reposado un poco la comida, Miguel y Mónica plantean hacer la limpieza general del piso.
Un día a la semana limpian el comedor, el pasillo, la terraza, los 2 baños y la cocina.

Responsables en el hogar

Éstas son tareas que hacen en pareja.

Además, cada uno debe limpiar y ordenar su habitación.

– ¿Nos ponemos a limpiar el piso, Mónica?

Ahora tenemos un par de horas libres

y podemos hacer la limpieza del piso - comenta Miguel.

– Por mí, de acuerdo - contesta Mónica.

Los jueves, Marta y Mónica preparan un programa de radio.

Se juntan a las 6 de la tarde,

así que quedaba suficiente tiempo para hacer la limpieza.

– Yo me encargo de pasar la aspiradora

y tú puedes fregar el suelo y limpiar el polvo de los muebles,

¿te parece bien? - pregunta Mónica,

animada para comenzar la tarea.

– Me parece bien, vamos a la tarea - responde Miguel.

Mónica saca del armario la aspiradora

y comienza a limpiar el comedor,

sigue por el largo pasillo del piso.

Después se desplaza a la terraza

y continúa por la cocina.

Mónica va moviendo el brazo de la aspiradora con destreza,

de manera ordenada

para no dejar ningún espacio sin limpiar.

Concluye con los dos baños.

Cuando ella ha terminado de pasar la aspiradora por una habitación,

Miguel limpia el polvo de los muebles

y friega el suelo con rapidez.

Responsables en el hogar

Los dos terminan en los baños,
limpiando un baño cada uno.

Al finalizar la limpieza del piso,
Mónica y Marta se van a preparar el programa de radio.
En este programa de radio participan
más de 15 personas con discapacidad
y en él abordan diferentes temas de actualidad,
a través de noticias que buscan relacionadas con el tema elegido,
de entrevistas que hacen a personas vinculadas con la temática,
y de una tertulia entre los participantes en el programa.
También tienen una sección musical
y otra para exponer sus poesías, cuentos, relatos, opiniones, etc.

A la llegada al centro,
Marta ve a Alberto, una persona que tiene dificultades para moverse
a consecuencia de una parálisis cerebral.
Lleva dos muletas para poder desplazarse.

– Hola Roberto, ¿qué tal ha ido tu semana? - se interesa Marta,
mientras le da dos besos.

– Hola Marta, estoy muy bien.
Otra vez a preparar el programa.
Hoy tratamos el asunto de la crisis económica.
Y tú, ¿qué tal estás? - le pregunta Roberto.

Responsables en el hogar

– Estoy muy bien. Un poco cansada,
esta mañana hemos tenido mucho trabajo en el hotel
- comenta Marta mientras se pasa la mano derecha por la frente
y sacudiéndola posteriormente,
como indicando el sudor
que ha experimentado esa mañana en el hotel.

– ¿Te gusta el trabajo que haces en el hotel?

– Sí, me gusta mucho.
Todo lo que voy haciendo me gusta,
pero lo que más me gusta
es servir la comida en el restaurante.

Alberto y Marta siguieron conversando
hasta que ya llegaron todos los miembros del equipo de la radio.
Y comenzó la preparación del programa
sobre la crisis económica
que emitirán mañana a las 12 de la mañana.

A la mañana siguiente,
como hace ya varios días,
Marta y Mónica siguen trabajando
en el servicio de habitaciones del hotel.
Ya llevan una semana haciendo prácticas en este servicio
y cada día realizan mejor sus tareas.
Del instituto se desplaza un profesor
y les apoya en sus tareas,
pero cada vez lo necesitan menos.

Responsables en el hogar

Todo lo que habían aprendido en el instituto
(hacer la cama, limpiar el polvo, fregar,
pasar la mopa o el aspirador,
limpiar los espejos y los cristales,
utilizar diferentes productos de limpieza, etc.)
ahora lo están aplicando en la limpieza de las habitaciones del hotel.
Y están comprobando cómo lo que se ha aprendido,
con interés y esfuerzo, ahora resulta eficaz
aplicando los aprendizajes a otras tareas y situaciones.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 ¿Recuerdas qué habían comido hoy los 4 amigos?
 - a. Judías verdes y un filete de ternera a la plancha.
 - b. Macarrones y lomo de cerdo.
 - c. Paella de marisco.
- 2 ¿A quiénes les toca limpiar el piso esta semana, a Guillermo y Marta o a Miguel y Mónica?
- 3 Cada uno tiene que limpiar su habitación, y por parejas, ¿qué partes del piso tienen que limpiar?
- 4 ¿Dónde van Mónica y Marta después de haber acabado con la limpieza del piso: a natación, a preparar un programa de radio o a ver la televisión?
- 5 A la llegada al centro, Marta se encuentra con Alberto, ¿qué le pasa a Alberto?
- 6 Marta y Mónica siguen trabajando en el servicio de habitaciones del hotel, ¿verdadero o falso?

Responsables en el hogar

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 Y tú, ¿limpias tu habitación?, ¿qué hay que hacer para limpiar la habitación?, ¿cuándo limpias tu habitación?, ¿necesitas algún tipo de ayuda?
- 2 ¿Limpias el resto del piso?
- 3 Explica cómo limpias el comedor.
- 4 Explica cómo hay que limpiar la cocina.
- 5 Explica cómo hay que limpiar el baño.
- 6 Marta y Alberto conversan sobre sus situaciones personales, ¿sobre qué temas podemos conversar con los amigos?
- 7 Además de con los amigos, ¿con qué otras personas podemos conversar?
- 8 En la conversación que mantienen Marta y Alberto, cuando Marta le explica el trabajo en el hotel, hace un gesto con la mano, indicando que ha trabajado mucho y que ha sudado. La comunicación verbal suele ir acompañada de gestos. Vamos a repasar algunos de estos gestos: adiós, querer comer, querer beber, tener sueño, ha salido bien, no oigo bien, dinero, sorpresa, detente, te quiero, etc.
- 9 En el instituto habían aprendido a hacer la cama, limpiar el polvo, fregar, pasar la mopa y el aspirador, limpiar los espejos y los cristales, utilizar diferentes productos de limpieza, etc. Ahora todos esos aprendizajes los están aplicando en la limpieza de las habitaciones del hotel, ¿en qué otras situaciones pueden aplicarse esos aprendizajes?

Responsables en el hogar

- 10 El aprendizaje del manejo del dinero, ¿en qué situaciones se puede aplicar?
- 11 El aprendizaje de servir comidas, ¿en qué situaciones y en qué empresas los podemos aplicar?
- 12 A la hora de servir comidas en un restaurante, trabajando como camarero son necesarias habilidades de montar la mesa, habilidades para servir diferentes tipos de alimentos y bebidas, pero también son precisas habilidades de relación y de comunicación con otras personas, habilidades de cuidado personal y de autonomía personal, etc. Vemos, por tanto, la importancia de relacionar habilidades en el desempeño de los trabajos. Vamos a pensar en las habilidades que son necesarias para trabajar en una cocina de un hotel.
- 13 ¿Qué habilidades son necesarias para trabajar en el servicio de habitaciones de un hotel?
- 14 ¿Qué habilidades son necesarias para trabajar como jardinero?

Manifestaciones afectivas en público

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** participar en las responsabilidades de las tareas domésticas, vinculadas con las actividades relacionadas con las compras (planificación de las compras, adquisición de los productos necesarios, organización de los productos adquiridos, etc.).
- **Habilidades para la participación social:** discriminar conductas sexuales y manifestaciones afectivas propias de la intimidad de aquellas que pueden ser expresadas públicamente según el contexto social en el que se presenten.
- **Habilidades para la participación laboral:** adquirir hábitos personales relacionados con el trabajo, que posibiliten y potencien la autonomía personal.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: UN BESO EN LA CALLE

Marta y Mónica siguen con las prácticas en el hotel.

Todas las mañanas, a las 8 en punto de la mañana, entran en el hotel y después de cambiarse de ropa, comienzan su jornada laboral.

Mónica hace sus prácticas en el servicio de habitaciones y cada mañana debe ordenar y limpiar las habitaciones que le han distribuido.

Marta está ahora haciendo prácticas en el servicio de restaurante. Cuando llega al comedor, se encuentra con algunos clientes del hotel que ya han entrado a desayunar.

El desayuno se sirve desde las 7 de la mañana hasta las 10 horas.

Un compañero de Marta

atiende el comedor desde las 6,30 de la mañana.

Manifestaciones afectivas en público

Cuando se cierra el comedor,
después del desayuno,
se recoge toda la vajilla utilizada que queda
y se coloca en el lavavajillas,
se guardan los alimentos no utilizados en los frigoríficos
y se limpia el comedor, se pasa la mopa y la fregona.
Y cuando el suelo se ha secado,
se comienzan a preparar las mesas para la comida.
En el hotel no se para,
después de finalizado un trabajo, comienza otro.

Mónica y Marta están aprendiendo bien el trabajo
y han desarrollado buenos hábitos personales
que les permiten tener una buena autonomía personal.
Las dos son muy puntuales
y nunca han llegado tarde al trabajo.
Las dos se han aprendido bien todas las estancias del hotel
y se mueven por las diferentes plantas con gran habilidad
y eso no es fácil porque el hotel es muy grande,
tiene 100 habitaciones repartidas en 5 plantas.
Otro hábito importante que han desarrollado
es el respeto a los horarios,
a las 9 horas tienen un descanso de media hora
para comerse el bocadillo
y a la hora convenida ya están trabajando.
A las 12,30 horas paran para comer
y a las 13,30 horas ya están las dos en el comedor
para ayudar a servir la comida a los clientes.

Manifestaciones afectivas en público

Nunca salen antes de las 4 de la tarde,
que es cuando acaban su jornada laboral en prácticas.
Esos buenos hábitos personales que han desarrollado
les han permitido manejarse con gran autonomía personal
y necesitan menos supervisión,
porque hacen su trabajo con buena eficacia.
Cuando llegan a casa, descansan un poquito
y se preparan para realizar las actividades de las tardes:
un día van a natación,
otro día van a preparar un programa de radio en el que colaboran,
otro día acuden a la Facultad de Educación
para realizar un curso de Lectura y creación literaria.

Hay también dos días que quedan con sus amigos
para estar juntos, charlar y divertirse,
algunas veces quedan en casa de ellas o de otro amigo
y otras veces quedan en algún lugar de la ciudad.
Los lunes por la tarde suelen ir a comprar para la semana.
Como han planificado el menú de cada día de la semana,
organizan las compras
en función de lo que van a necesitar esa semana.
Suelen ir a un hipermercado que está cerca de su casa,
allí se compra bien de precio
y hay buena calidad de los productos.
Además allí hay de todo lo que necesitan.
Como han organizado la lista de la compra por secciones,
no les cuesta mucho tiempo comprar.
Después de pagar
y de cargar todos los productos en el carro de la compra,
de nuevo a casa.

Manifestaciones afectivas en público

Al llegar, organizan lo que han comprado en los distintos lugares, en el frigorífico, en los armarios, etc.
Cada cosa en su sitio.

A Miguel y Guillermo,
los compañeros de piso de Marta y Mónica,
les toca hoy preparar la cena.
Ellas ya han comprado.
Preparan una tortilla de patatas y ensalada abundante,
una cena sabrosa y ligera.
Después de cenar,
los cuatro se acomodan en el sofá y en los sillones del salón
y se entregan a una animada conversación.

– Hoy he visto a una pareja
que se estaba dando un beso en la calle
- comenta Marta.

– Nada de particular tiene eso, Marta.
Cantidad de personas se besan en la calle
- responde Miguel.

– Tienes razón, pero el beso de esta pareja era un poco especial.
No sé el tiempo que llevarían antes,
pero desde que los vi a lo lejos
hasta que pasé por delante de ellos
no pararon de besarse en todo el tiempo.
Y cuando ya me encontraba un poco lejos de ellos
giré la cabeza y todavía estaban besándose
- siguió explicando Marta.

Manifestaciones afectivas en público

– Eso es que llevaban mucho tiempo sin besarse y tenían mucho deseo - sentenció Mónica.

– Seguro que sí, pero allí en la calle, no sé, me parece que no es el lugar más adecuado - contestó Marta.

– ¿Por qué no? Ellos están bien y no se meten con nadie. Y es solo un beso. Creo que no sería correcto otro tipo de manifestación sexual expresada en público, pero un beso me parece que es una bonita manifestación de cariño - expresó Guillermo.

Y así siguieron un buen rato hablando de las distintas manifestaciones de conducta sexual, tratando de encontrar algún criterio que clarificara qué conductas se puede expresar en público y cuáles son de obligada manifestación en la intimidad.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 ¿A qué hora entran en el hotel para hacer sus prácticas Marta y Mónica, a las 8, a las 9 o a las 10 de la mañana?
- 2 ¿En qué servicio realiza sus prácticas Mónica?
- 3 ¿En qué servicio se encuentra Marta?
- 4 Mónica y Marta están aprendiendo bien el trabajo y han desarrollado buenos hábitos personales que les permiten tener una buena autonomía personal. ¿Puedes señalar algunos de estos hábitos personales?

Manifestaciones afectivas en público

- 5 ¿Recuerdas algunas de las actividades que hacen Marta y Mónica por las tardes?
- 6 ¿Qué día de la semana suelen hacer la compra: los lunes, los martes o los jueves?
- 7 Miguel y Guillermo son los compañeros de piso de Marta y Mónica, ¿verdadero o falso?
- 8 Miguel y Guillermo se encargan de preparar la cena, ¿qué han preparado hoy?
- 9 Después de la cena los cuatro amigos conversan. Marta comenta que hoy ha visto a una pareja que se estaba dando un beso en la calle. ¿Qué opina Marta de darse besos en lugares públicos?

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 ¿Qué tenemos que hacer para desarrollar hábitos personales positivos relacionados con el trabajo?
- 2 En las prácticas laborales que has realizado, ¿tienes buenos hábitos personales? ¿Eres puntual?. ¿Sigues las indicaciones del encargado?. ¿Conoces los diferentes lugares de la empresa?. ¿Respetas los horarios de la empresa?
- 3 ¿Crees que es importante conocer lo que se va a comer durante la semana antes de ir a comprar?. ¿Por qué?
- 4 ¿Sueles ir a comprar?. ¿Qué productos compras?
- 5 ¿Haces tú la lista de la compra?

Manifestaciones afectivas en público

- 6 Vamos a realizar un ejercicio de planificación de la compra. Primero acordemos el menú de un día (desayuno, comida, merienda y cena) y después veamos los ingredientes que se van a necesitar para la elaboración de ese menú.
- 7 Además de los alimentos, ¿qué otros productos solemos comprar y que son necesarios en la casa?
- 8 ¿Quién paga en la tienda cuando vas a comprar?
- 9 ¿Dónde guardamos los alimentos y otros productos de la compra?
- 10 ¿Qué opinas tú de besarse en la calle?
- 11 ¿Qué manifestaciones sexuales crees que pueden manifestarse en lugares públicos?
- 12 ¿Qué manifestaciones sexuales se pueden llevar a cabo solo en la intimidad?

Seguridad e higiene en el trabajo

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** planificar actividades para realizar en el entorno social.
- **Habilidades para la participación social:** hacer ejercicio físico habitualmente en contextos sociales (gimnasios, polideportivos, parques, etc.) y dormir por la noches las horas suficientes.
- **Habilidades para la participación laboral:** conocer y valorar los efectos que sobre la salud y seguridad personal y colectiva tiene el respeto a las normas de seguridad e higiene, contribuyendo activa y responsablemente al orden y a la consecución de un ambiente seguro y agradable.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: ¡QUÉ DIVERTIDO ES HACER DEPORTE!

A Mónica le gustaba mucho salir a pasear por el parque, sobre todo en la época de primavera y verano, porque así puede disfrutar de los olores de las flores, el canto de los pájaros, ver a todos los niños corriendo por el parque, gente paseando y todo el ambiente es mucho más alegre.

Una de las tardes, Mónica invitó a sus amigos del instituto a que le acompañasen al parque, que juntos se dieran un paseo y disfrutaran del hermoso paisaje.

Esa tarde todos los amigos se lo pasaron muy bien, disfrutando de una actividad al aire libre.

Y decidieron quedar un par de tardes a la semana para ir a correr.

Seguridad e higiene en el trabajo

Se habían fijado que por el parque corría mucha gente y ese deporte es muy saludable y beneficioso para su salud.

Los amigos planificaron la actividad para la tarde de los lunes y los miércoles y establecieron que se juntarían en casa de Marta y de Mónica a las 5 de la tarde.

A partir de entonces todas las tardes del lunes y del miércoles los amigos acudían a casa de Marta y Mónica, con el chándal puesto y con zapatillas deportivas, dispuestos a correr por el parque.

No siempre llegaban todos, pero siempre había un grupo de 5 a 7 amigos dispuestos a sudar un poco.

Al llegar al parque no estaban todo el tiempo corriendo, a veces se paraban y caminaban, manteniendo conversaciones animadas.

Otras veces se sentaban en un banco y descansaban tranquilamente.

Estos días de deporte en el parque, nuestras amigas llegaban cansadas a su casa, se duchaban y poco después de cenar se acostaban rápidamente porque el cansancio y el sueño se apoderaban de ellas.

Marta y Mónica solían dormir muy bien, tenían hábitos bien establecidos y casi todos los días, entre las 11 y las 12 de la noche, se iban a la cama.

Dormían hasta las 7 de la mañana y se levantaban bien descansadas y con gran energía.

Seguridad e higiene en el trabajo

Uno de los días de los que quedaban para ir a correr al parque, Mónica comentó a sus amigos que cerca de su casa había una obra en construcción, y que todos los trabajadores de la obra llevaban cascos y guantes.

– Es más - continuó Mónica -, si alguna vez entra una persona a la obra lo primero que le piden es que se ponga un casco.

– Es que los albañiles deben llevar cascos, guantes, gafas y otros utensilios para estar seguros, mientras realizan su trabajo - explicó Marta.

– Todas esas cosas se utilizan para evitar accidentes - sentenció Luis.

– En realidad, en todos los trabajos hay normas de seguridad e higiene que hay que conocer y respetar para mantener una buena seguridad - siguió comentando Daniel.

Un aspecto importante de los aprendizajes laborales lo constituyen las normas de seguridad e higiene. Han aprendido cómo manejar herramientas que pueden resultar peligrosas, materiales que hay que manejar con protección, productos químicos con los que hay que tener mucho cuidado, etc. Respetar esas normas permite mantener un buen grado de seguridad personal y también contribuye a la seguridad de otras personas.

Seguridad e higiene en el trabajo

Los amigos siguieron comentando algunas cuestiones relativas a las normas de seguridad de diferentes trabajos y que habían aprendido en el instituto. Juntos disfrutaban las tardes en el parque corriendo, paseando y charlando. Iban incluyendo en sus vidas el deporte, ya que habían comprobado que era algo divertido y saludable.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 ¿Qué le gustaba a Mónica?
 - a) Ir de compras.
 - b) Salir a pasear por el parque.
 - c) Dibujar.
- 2 ¿Qué época del año prefiere Mónica para realizar paseos por el parque?
- 3 ¿Qué deporte realizan Mónica y sus amigos?
 - a) Fútbol.
 - b) Balonmano.
 - c) Correr en el parque.
- 4 Los amigos de Mónica planificaron correr en el parque, ¿dos o tres días a la semana?

Seguridad e higiene en el trabajo

- 5 ¿A qué hora se levantaban Marta y Mónica?
- 6 ¿Qué tiene Mónica cerca de su casa, que les cuenta a sus amigos: una tienda de animales, una obra de construcción o una farmacia?
- 7 ¿Qué llevaban los trabajadores de la obra?

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 ¿Qué actividades podemos realizar en el parque?
- 2 ¿Qué cosas podemos planificar?
- 3 Vamos a planificar la preparación de una merienda, las actividades de un día habitual, una compra, una excursión de fin de semana, una fiesta de cumpleaños, una tarde con los amigos, etc.
- 4 Si tú fueras amigo de Mónica, ¿Le acompañarías a hacer deporte al parque?. ¿Te gusta hacer deporte?. ¿Qué deportes te gustan practicar?
- 5 ¿A qué hora te levantas?. ¿A qué hora te acuestas habitualmente?. ¿Cuántas horas sueles dormir?
- 6 ¿Te despiertas por las noches?
- 7 Además del casco, dime otros utensilios que pueden utilizar los trabajadores de una obra, o de cualquier otro oficio para estar seguros en su trabajo.
8. Vamos a señalar otros trabajos en los que hay normas de seguridad e higiene. Sería interesante que el profesor pudiera aportar algún documento sobre normas de seguridad e higiene de algunos trabajos.

Tareas en la cocina

Revisa los objetivos siguientes:

- **Habilidades de autodeterminación:** participar en las responsabilidades de las tareas domesticas, vinculadas con la limpieza de vajillas y otros enseres de la cocina (fregar, secar y recoger la vajilla, limpiar la cocina de gas, horno...)
- **Habilidades para la participación social:** adquirir hábitos correctos de alimentación (higiene en el manejo de alimentos, uso adecuado de los cubiertos, realizar de 3-5 comidas diarias, tipo de alimentación equilibrada, evitar el exceso de bollería...etc.).
- **Habilidades para la participación social:** valorar los sentimientos de satisfacción que produce la realización y terminación del trabajo, contribuyendo así al ajuste personal, superando dificultades y aceptando las limitaciones personales.

Lectura del siguiente texto:

El contenido del texto está relacionado con los objetivos anteriores.

Título: LA CONVIVENCIA ENTRE AMIGOS

Miguel y Guillermo son los compañeros de piso de Mónica y Marta. Los dos quieren ser maestros y estudian Magisterio en Huesca. Llevan ya tres años de estudio universitario y tres años viviendo en pisos con otros amigos. El curso pasado conocieron a Marta y Mónica y este curso conviven con ellas. Miguel y Guillermo son amigos desde niños, los dos son del mismo pueblo y estudiaron en la misma escuela. Ellos se conocían desde que eran muy pequeños y siempre se habían llevado muy bien, se apreciaban muchísimo.

Tareas en la cocina

Los dos querían ser maestros
y decidieron matricularse en la Universidad.
Así que después de recibir la noticia
de que tenían plaza en la Facultad de Educación,
empezaron a buscar pisos
para poder convivir los dos juntos.
Y así lo hicieron el primer año,
el segundo año estuvieron con otros dos amigos
y este tercer año conviven con Marta y Mónica.

El primer año fue el más complicado,
porque era la primera vez
que salían de la casa familiar durante tanto tiempo.
Pero también fue el año más excitante,
porque todo era nuevo.
Tuvieron nuevos amigos, nuevos estudios,
nuevos profesores, nueva ciudad que conocer.
También tenían que aprender a convivir
y a realizar todas las tareas del hogar:
comprar, cocinar, limpiar, lavar la ropa, etc.

Cuando llegó septiembre
ya habían encontrado piso
y poco a poco se fueron instalando en él.
Lo primero que hicieron al llegar al piso,
fue poner una serie de normas
que se debían cumplir.

Tareas en la cocina

Luego organizaron las tareas del hogar,
llegando al acuerdo
de que las tareas las harían entre los dos
y distribuirían los trabajos:
uno limpiaría la cocina y el otro se encargaría del baño,
uno iría a comprar y el otro prepararía la comida,
uno escobaría el suelo de las habitaciones y limpiaría el polvo
y el otro fregaría el suelo, etc.

Guillermo era un chico muy responsable
y muy atento con las demás personas.
Cuando llegaban los dos de la Universidad,
Guillermo preparaba la comida.
Así era al principio
porque Guillermo sabía cocinar muchos platos,
sin embargo Miguel no tenía ni idea,
nunca había cocinado.
Cada día de la semana
Guillermo preparaba una comida diferente y variada.
Aunque le gustaba muy poco el pescado, igual lo cocinaba
ya que es esencial para una buena alimentación.
Guillermo siempre hacía algo de deporte
para estar en buena forma.

Sin embargo, Miguel era un poco despistado con las tareas del piso,
no le interesaban, era desordenado
y no ponía mucha atención
en lo que le decía Guillermo
para que fuera aprendiendo.

Tareas en la cocina

Cuando aprendió a cocinar un poco
y le tocaba a él preparar la comida,
siempre hacía lo mismo, macarrones y pollo con patatas fritas
porque era lo que más le gustaba.
Guillermo siempre comía sentado en la mesa del comedor,
sin embargo Miguel se ponía a comer,
en muchas ocasiones,
echado en el sofá, viendo la tele.
A veces la comida se le caía al suelo o al sofá
porque el plato no se sujetaba en un lugar firme.
Por las tardes, Guillermo siempre se comía una fruta.
Miguel siempre merendaba bollos rellenos de chocolate.
Algunos días comía tantos bollos
que no cenaba porque no tenía hambre.

Un día, al llegar del instituto,
Miguel notó a Guillermo un poco extraño, como enfadado,
apenas le hablaba
y le contestaba con las palabras justas y muy serio.

– ¿Qué te pasa? - preguntó Miguel.

– No sé si podré aguantar mucho tiempo en esta casa,
solo yo me encargo de las tareas del hogar.
Tú no has limpiado desde que llegamos al piso
hace ya dos meses, ni has cocinado,
ni has puesto una lavadora.
Lo poco que haces te lo tengo que recordar constantemente
- contestó Guillermo, con voz seca y fuerte.

Tareas en la cocina

Y era verdad, Guillermo le había avisado muchas veces, dándole varios consejos tanto de limpieza como de alimentación, pero apenas le hacía caso.

– Mira Miguel, yo te aprecio mucho, somos amigos desde niños y por eso te voy a dar una última oportunidad. Si en los próximos días no hay un cambio por tu parte y haces las tareas del piso que tienes que hacer yo me iré de esta casa
- siguió hablando Guillermo.

– Pero Guillermo, ¿qué me estás diciendo? Ya sabes que no sé fregar, ni poner el lavavajillas, ni la lavadora, ni cocinar
- contestó inquieto Miguel.

– Yo te ayudaré para que aprendas a manejar todos los electrodomésticos y también a cocinar. Pero tienes que asumir tus responsabilidades y colaborar.

– Creo que tienes razón, tengo que cambiar y participar más en casa. Voy a cambiar, ya verás, Guillermo. No tendrás que enfadarte más conmigo. Yo quiero seguir viviendo contigo y que sigamos siendo buenos amigos
- concluyó Miguel, convencido de que tenía que cambiar su conducta.

Tareas en la cocina

En poco tiempo Miguel aprendió todas las tareas de la casa y empezó a gustarle preparar la comida. Guillermo le ayudaba al principio, pero cuando ya se manejaba con cierta habilidad, realizaba las tareas solo y si tenía algún problema lo seguía intentando, superando poco a poco las dificultades que le iban surgiendo.

Pasaron tres semanas, ambos estaban muy felices. Guillermo se encontraba muy orgulloso de su amigo ya que había cambiado, cumpliendo con sus promesas. Y Miguel estaba muy agradecido con la ayuda de su amigo y muy satisfecho consigo mismo. Realizaba todas las tareas con mucho interés, quería hacer las cosas bien. Y se sentía muy contento cuando la comida que había preparado le salía sabrosa, cuando el piso se veía limpio después de haber dedicado un tiempo a su limpieza. A veces tenía que preguntar a Guillermo algunas cosas que no sabía, pero no le importaba. Sabía que estaba aprendiendo y tenía que aceptar sus limitaciones en tareas que no había realizado antes.

Responde a las preguntas sobre el contenido del texto:

- 1 Miguel y Guillermo se conocieron hace muy pocos días, ¿verdadero o falso?
- 2 ¿Qué estudiaban los dos amigos: Magisterio, Periodismo o Derecho?

Tareas en la cocina

- 3 ¿Qué es lo primero que hicieron Guillermo y Miguel cuando llegaron al piso?
 - a. Ver la tele y echarse en el sofá.
 - b. Cenar y organizar las habitaciones de la casa.
 - c. Poner una serie de normas y distribuir las tareas del hogar.
- 4 Guillermo participaba en las tareas de la casa, ¿verdadero o falso?
- 5 Miguel participaba en las tareas de la casa, ¿verdadero o falso?
- 6 ¿Qué solía cocinar Miguel todos los días cuando le tocaba a él?
- 7 ¿Por qué se enfadó Guillermo con Miguel?
- 8 Miguel cambió de actitud y comenzó a participar en las tareas de la casa, ¿verdadero o falso?
- 9 ¿Qué hacía Miguel si tenía algún problema en la realización de las tareas del hogar?
 - a. Lo seguía intentando, superando poco a poco sus dificultades.
 - b. Lo dejaba.
 - c. Enseguida le pedía a Guillermo que hiciera él la tarea porque no sabía.
- 10 Una vez que había cambiado, Miguel realizaba todas las tareas con mucho interés, quería hacer las cosas bien y se sentía muy contento cuando terminaba su trabajo, ¿verdadero o falso?
- 11 Miguel no aceptaba sus limitaciones en algunas tareas y se enfadaba, ¿verdadero o falso?

Tareas en la cocina

Responde a las preguntas sobre aspectos relacionados con el texto:

- 1 Y a tí, ¿qué te gustaría estudiar en el futuro?
- 2 Guillermo y Miguel tuvieron que aprender a convivir y a realizar todas las tareas del piso, ¿qué tareas son esas?
- 3 ¿Qué opinas sobre poner normas en el piso?. ¿Crees que es necesario?. ¿Podrías decirme alguna norma que tú pondrías en un piso si tuvieras que convivir con otros amigos?
- 4 ¿Hay normas en tu casa?. ¿Las cumples?. ¿Quién pone las normas?
- 5 ¿Qué opinas de la conducta de Miguel?
- 6 Y tú, ¿participas en las tareas de tu casa?. ¿Qué tareas haces?
- 7 Vamos a repasar algunas de las tareas que se realizan en la cocina.
- 8 ¿En cuáles de las tareas que hemos nombrado de la cocina participas? ¿En qué otras podrías participar?. ¿Tendrías que aprender algunas tareas?. ¿Quién te enseñaría? (Es importante hacer un cuadro de doble entrada con las diferentes tareas de la cocina, indicando en cada una de ellas si se realiza habitualmente o no se realiza. En esa misma hoja se anota la o las tareas que el alumno se compromete, con la mediación del profesor, a realizar y a aprender en las siguientes semanas. Esta hoja la mostrará el alumno a sus padres para su conocimiento y para que ellos también colaboren en el proceso de aprendizaje de su hijo).
- 9 ¿Crees que es buena alimentación comer todos los días la misma comida?. ¿Por qué?

Tareas en la cocina

- 10 Es importante tener unos buenos hábitos de alimentación. Vamos a señalar comportamientos que son positivos para mantener una alimentación equilibrada. También vamos a señalar conductas positivas relacionadas con la alimentación
- 11 ¿Qué crees que es llevar una alimentación correcta?. ¿Crees que tú la llevas?. ¿Por qué?
- 12 ¿Crees que Guillermo se enfadó con razón con Miguel?. ¿Por qué?
- 13 En las mismas circunstancias, ¿qué hubieras hecho tú?
- 14 Cuando tienes algún problema, ¿pides ayuda al compañero o pides que te hagan ellos la tarea directamente?
- 15 ¿Cómo crees que debe ser la relación entre compañeros de piso?
- 16 ¿Te gustaría vivir con un amigo o amiga o con varios amigos o amigas en un piso o preferirías seguir viviendo con tus padres?
- 17 Cuando Miguel realizaba todas las tareas se sentía muy contento cuando terminaba su trabajo. ¿Te ocurre a ti algo parecido?, ¿estás satisfecho cuando te has esforzado en hacer algo?
- 18 A veces Miguel tenía que preguntar algunas cosas que no sabía a Guillermo, pero no le importaba. Y a tí, cuando no te sale alguna cosa o tienes dificultades en alguna tarea, ¿sueles pedir ayuda?, ¿a quién?
- 19 Miguel no aceptaba sus limitaciones en algunas tareas y se enfadaba. ¿Aceptas tus limitaciones en la realización de algunas tareas?. ¿Puedes poner algún ejemplo de tarea en la que se manifiesten dificultades en su realización?

Taller de comprensión lectora y creatividad 2: Autodeterminación, inclusión social y participación laboral

TEXTOS PARA EL ALUMNO



www.sindromedown.net

ANDALUCÍA: Down Andalucía · Down Almería Asalsido · Down El Ejido · Down Cádiz Lejeune · Besana Asociación Síndrome de Down Campo de Gibraltar · Down Barbate Asiquipu · Asodown · Cedown · Asociación Down Jeréz Aspanido Fundación Down Jeréz Aspanido Down Córdoba · Down Granada · Down Huelva Aones · Down Jaén y Provincia · Down Málaga · Down Ronda y Comarca · Asidoser Asociación Síndrome de Down de Sevilla y Provincia · Aspanri-Down · Asociación Síndrome de Down de Sevilla **ARAGÓN:** Down Huesca Down Zaragoza **ASTURIAS:** Down Principado de Asturias **BALEARES:** Asnimo Asociación Síndrome de Down Baleares · Down Menorca Fundación Síndrome de Down de las Islas Baleares **CANARIAS:** Down Las Palmas · Down Tenerife Trisómicos 21 **CANTABRIA:** Fundación Síndrome de Down de Cantabria **CASTILLA Y LEÓN:** Down Castilla y León · Down Ávila · Fundabem · Asociación Síndrome de Down de Burgos · Down León Amidown · Down Palencia · Asdopa Down Salamanca · Down Segovia Asidos · Down Valladolid · Down Zamora **CASTILLA-LA MANCHA:** Down Castilla la Mancha · Down Ciudad Real Caminar · Down Cuenca · Down Guadalajara · Down Toledo Asociación Valdepeñas ADOWN **CATALUÑA:** Down Catalunya · Fundació Projecte Aura · Down Sabadell Associació Andi · Down Girona Astrid 21 · Down Lleida · Down Tarragona · Fundación Talita Barcelona · Fundación Catalana Síndrome de Down · Barcelona Down **CEUTA:** Down Ceuta **EXTREMADURA:** Down Extremadura · Fundhex · Iberdown de Extremadura **GALICIA:** Down Galicia · Down Coruña · Down Ferrol Teima Asociación Down Compostela · Fundación Down Compostela · Down Lugo · Down Ourense · Down Pontevedra “Xuntos” · Down Vigo **MADRID:** Apadema · C.E.E. María Corredentora · Fundación Apracor · Prodis **MURCIA:** Down Murcia Aynar · Fundown · Asido Murcia Águilas Down · Asido Cartagena **NAVARRA:** Down Navarra **PAÍS VASCO:** Down Álava Isabel Orbe · Aguidown Asociación Guipuzcoana para el Síndrome de Down **LA RIOJA:** Arside Down Rioja **C. VALENCIANA:** Asindown Asociación Síndrome de Down de Valencia Fundación Asindown · Down Alicante · Asociación de Padres de Niños con Síndrome de Down de Castellón · Fundación Síndrome de Down de Castellón

Síguenos en:

