

GUÍA DE TRABAJO FISICO MOTOR

ÁREA /SUBSECTOR: Físico motor/ psicomotricidad

OBJETIVO: Desarrollar Esquema corporal

Fortalecer musculatura intrínseca de mano

CONTENIDO: Descarga de peso, partes del cuerpo

HABILIDAD: Coordinación óculo manual, conoce partes del cuerpo

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____

CURSO: Laboral 1A

PROFESORA: Lidia Calfuñanco Garrido

Para desarrollar esta guía necesitamos ropa cómoda y música ambiental del gusto e interés del o la estudiante.

1. Bailar mover el cuerpo al ritmo de la música, caminar o correr, tratar en lo posible de mover cada parte del cuerpo y ayudarlo (a) a hacer movimientos.
2. Para comenzar los ejercicios junte las palmas de sus manos con la de su hijo a la altura del pecho y aplique fuerza entre las palmas abriendo y cerrando con mayor y menor fuerza, pídale al estudiante que también haga fuerza con sus manos repita 10 veces (cuente hasta 10 mirando a los ojos al o la estudiante).
3. Retomando la actividad anterior, utilice objetos con forma y peso diferente para que traslade peso desde un lugar a otro. Utilice diferentes distancias, si puede invite a un familiar para crear competencias o para que al trasladar entregue en la mano del familiar el objeto para que esta actividad tenga un propósito o significado para el estudiante.
4. Aplique un poquito de crema sobre diferentes partes del cuerpo de él o la estudiante y pida que las nombre o las indique según instrucción verbal o bien usted les pone la crema le dice ivamos a poner crema en el brazo, o manos, piernas etc.!
5. luego pida a él o la estudiante que según indicación dada le aplique crema a usted en diferentes partes del cuerpo ya sea gruesa y o fina reforzando la el conocimiento de ese segmento del cuerpo. Apóyelo tome su mano y aplíquese crema indíquele la parte del cuerpo en la cual están trabajando.
6. Para terminar los ejercicios llamaremos a la calma, recostados sobre colchoneta realizan ejercicios de respiración por 10 segundos, levantando una pierna luego la otra, un brazo luego el otro, masajee su cabeza las yemas de sus dedos de las manos y pies. Puede incluir música de relajación.

1. bailar y moverse al ritmo de la música



2. Realizar ejercicios con las palmas de preferencia de pie frente al estudiante.



3. Trasladar diferentes objetos de un lugar a otro.



4 y 5. Realizar masajes en el cuerpo. usted al estudiante y luego el estudiante a usted. recuerde nombrar e indicar la parte del cuerpo que este aplicando crema.



6. Finalmente llame a la calma por medio de trabajo de relajación en colchoneta



Mamita: cada ejercicio debe realizarlo junto al o la estudiante al menos 2 veces **Los días que realizara este circuito son lunes y jueves**

A continuación, mamita luego de cada día complete la siguiente planilla.

Cómo evaluar:

Escriba debajo de cada día la evaluación que estime sea la que su hijo (a) logró

A: si desarrolla de forma autónoma la actividad

AP: apoyo parcial, si requiere de apoyo verbal para realizar la actividad

AFP: apoyo físico parcial: si requiere de apoyo físico en algún momento de la actividad

AFT: apoyo físico total, si requiere de apoyo físico toda la actividad.

CONDUCTA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Identifica partes gruesas del cuerpo en si misma					
Identifica partes finas del cuerpo en si misma					
Identifica partes gruesas en otro					
Identifica partes finas en otro					
Realiza traslado de peso					
Realiza resistencia con ambas manos					
Sigue instrucciones					



Colegio
Ricardo Olea
COMUN RANCAGUA

OBSERVACIONES:

¡Gracias por su trabajo!