

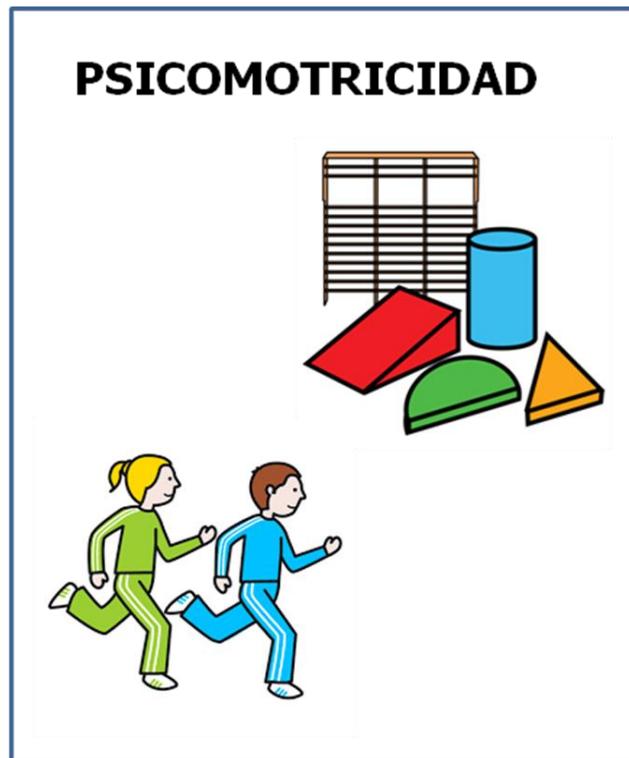
GUÍA DE TRABAJO FISICO MOTOR

Área/Subsector: Físico Motor / Psicomotricidad	
Docente: Lidia Calfuñanco Garrido	Curso: Laboral 1 A
Objetivo de Aprendizaje: Desarrollar coordinación simple. Reforzar esquema corporal.	
Contenido: Equilibrio dinámico general	
Habilidad: Mantener postura correcta en el ejercicio.	
Semana N°: 17 (Lunes 27 de julio al viernes 31 de julio)	

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____



Estimado (a) estudiante y apoderada: Esta semana trabajaremos **vía Meet** el día **Lunes 27 de julio a las 15:00 horas**, se solicita conectarse a la hora a la clase para no atrasarnos y respetar el horario de comienzo de la clase. Recuerden tener los elementos de trabajo para llevar a cabo los ejercicios y que los estudiantes puedan usar un buzo o ropa cómoda para esta actividad. Desde ya espero verlos a todos y a todas.





Paso a paso

Ejercicio 1

✓ _ Con apoyo de la apoderada los estudiantes mueven el tronco hacia la izquierda y derecha, 10 veces contando en voz alta.

✓ _ Bajan y suben el tronco 5 veces contando voz alta.

Ejercicio 4

Ejercicio 2

✓ _ Con apoyo de la apoderada, levantan un brazo y luego el otro, 10 veces contando en voz alta.

Finalización

✓ _ Para volver a la calma la profesora los invita realizar estiramientos globales al ritmo de música suave.

Ejercicio 3

✓ _ Con apoyo de la apoderada giran sobre su propio eje con todo el cuerpo moviendo los brazos 5 veces contando en voz alta.

Éxito

Mamitas para el éxito de esta actividad sugiero poner énfasis en los siguientes aspectos:

ANTES DE LA CLASE

- ❖ El o la estudiante le ayudan a prepara el lugar de trabajo, trayendo elementos de trabajo.

DURANTE LA CLASE

- ❖ El o la estudiante realiza los ejercicios junto a la apoderada.
- ❖ El o la estudiante imita algunos movimientos que realiza la apoderada.
- ❖ El o la estudiante sigue instrucciones con una orden verbal.

❖ DESPUES DE LA CLASE

- ❖ El o la estudiante le ayuda a guardar los elementos de trabajo.

