



Nombre unidad: "Móvamonos"

Asignatura: Fisico - Motor

Docente: María Natalia Lillo Arroyo

curso: Laboral 2B

Objetivo de aprendizaje: Realizar ejercicios de reeducación postural y disociación segmentaria

Contenido: coordinación Dinámica

Habilidad: Seguimiento de instrucciones , habilidades motrices

Semana N° : 30



HORARIO SUGERIDO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)
FÍSICO-MOTOR (45 MINUTOS)	COGNITIVO FUNCIONAL (90 MINUTOS)		VOCACIONAL (90 MINUTOS)	FÍSICO-MOTOR (45 MINUTOS)

HORARIO CLASES ONLINE

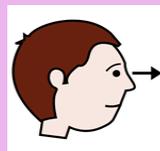
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)	SOCIAL (20 MINUTOS)
FÍSICO-MOTOR 14:30 a 15:30	14:30 a 15:45 COGNITIVO FUNCIONAL		14:30 a 15:45 VOCACIONAL	SOCIAL 11:00 a 12:00

MOMENTOS DE LA CLASE:

❑ AGENDA DE ANTICIPACIÓN



❑ OBJETIVO DE LA CLASE



❑ DESARROLLO DE LA CLASE



❑ CIERRE DE LA CLASE Y DESPEDIDA





NORMAS DE LA CLASE



SILENCIAR MICROFÓNOS AL COMENZAR LA CLASE



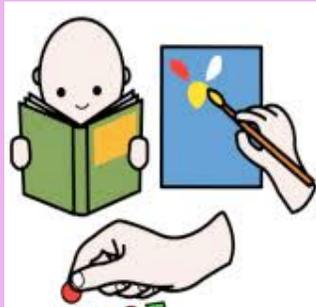
NO USAR PIJAMA



RESPONSABILIDADES

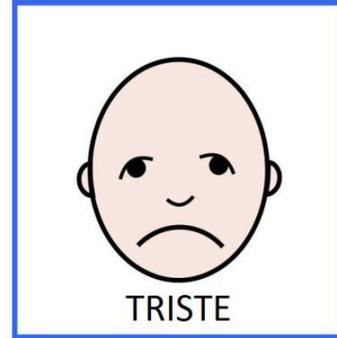
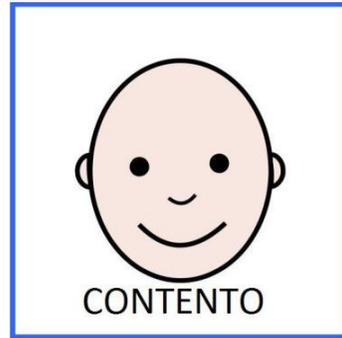
✓ CUMPLIR CON LOS MATERIALES SOLICITADOS PARA LA CLASE

✓ PARTICIPAR Y REALIZAR LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS

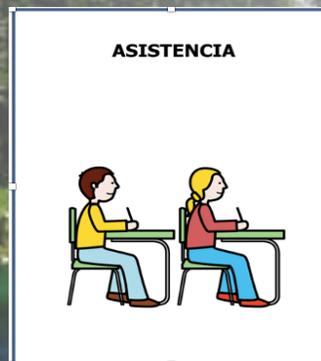
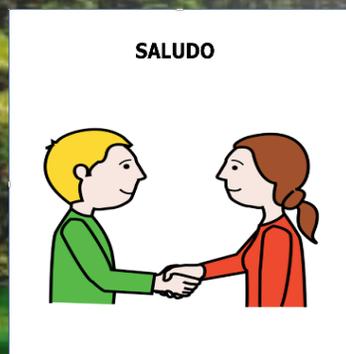




¿Cómo me siento para la actividad de hoy?



AGENDA DE ANTICIPACIÓN





Colegio
Ricardo Olea
COMUNA RANCAGUA

Asistencia

JOSÉ CAMPOS





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCA GUA

Asistencia

NATALIA PLAZA





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Asistencia

CONSTANZA PURAN





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Asistencia

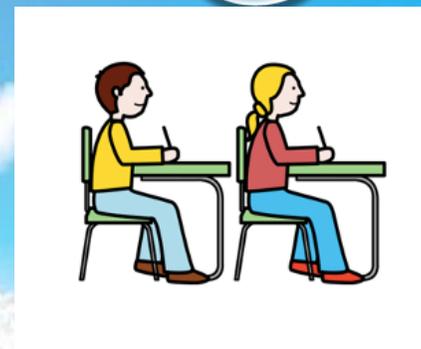
TAMARA POZO





Colegio
Ricardo Olea
CORMUNIRANCA GUA

Asistencia



DANIELA NEGRETE

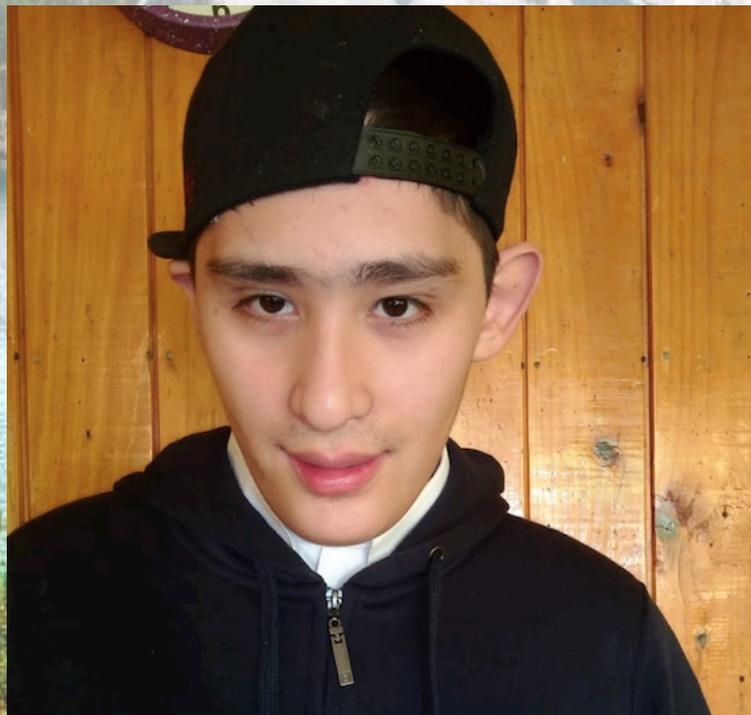




Colegio
Ricardo Olea
C. RANCAGUA

Asistencia

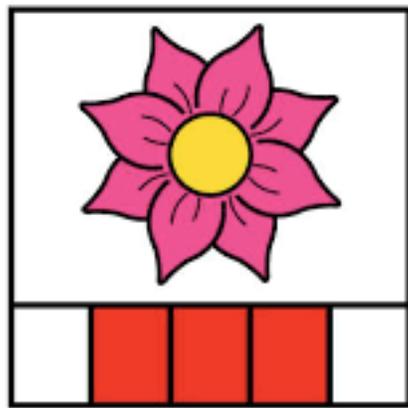
MARTIN IBÁÑEZ





Colegio
Ricardo Olea
COMUNA RANCAGUA

ESTADO DEL TIEMPO



La primavera





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Calendario

Noviembre 2020

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	
						1	
2 X	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30							<small>#MichelZbinden.com</small>

Calendarios Michel Zbinden / 48LD



Colegio
Ricardo Olea
@DIRMUN RANCAGUA

ACTIVIDAD N° 1

INSTRUCCIONES : MOVER EL CUERPO A TRAVÉS DE UNA CANCIÓN

ESCUCHAR MÚSICA



BAILAR





Colegio
Ricardo Olea
@DIRMUN RANCAGUA

ACTIVIDAD N°2





Colegio
Ricardo Olea
COMUN RANCAGUA

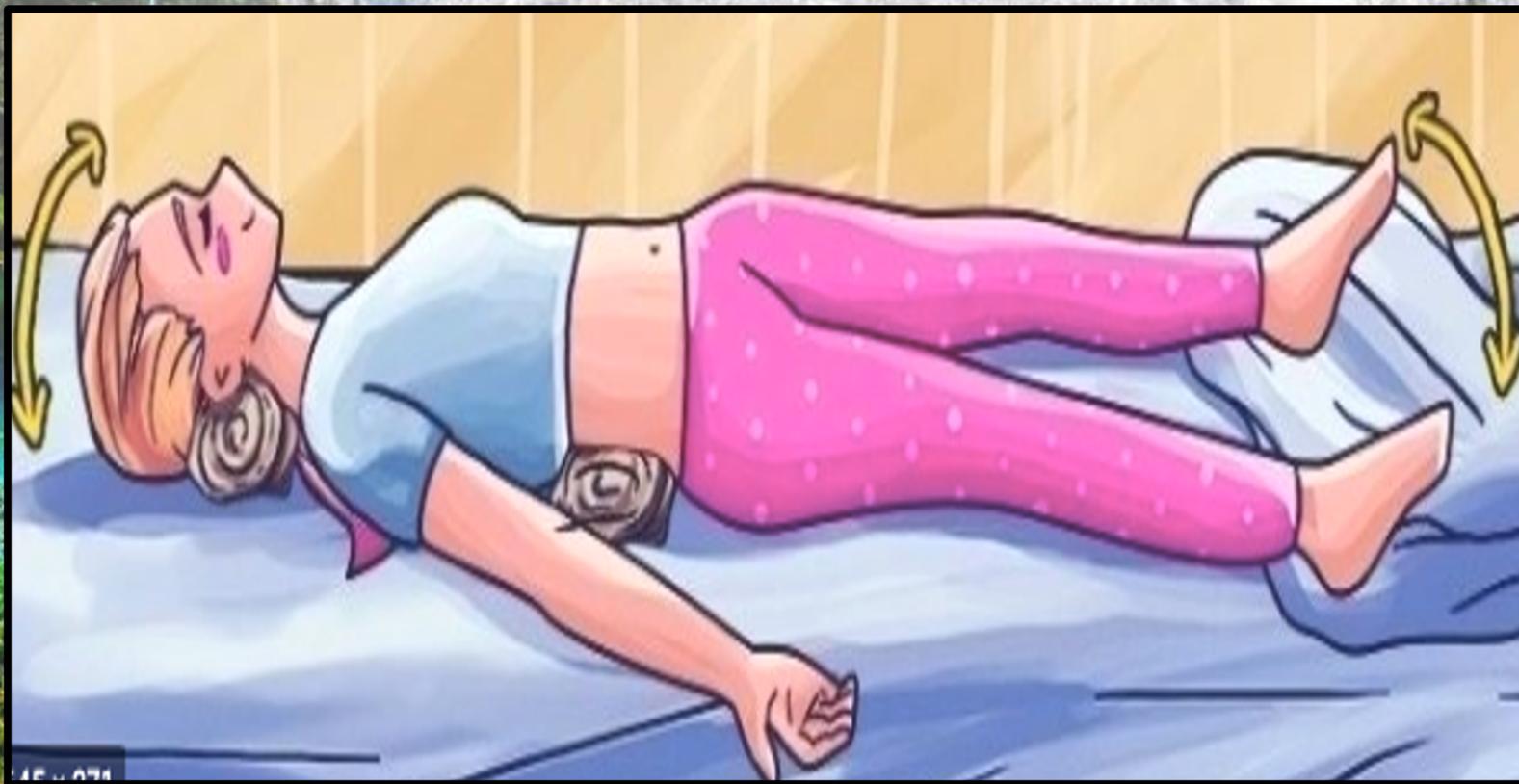
¿QUÉ NECESITAMOS?



OBJETIVO DE LA CLASE

EJERCICIO NÚMERO 1 :

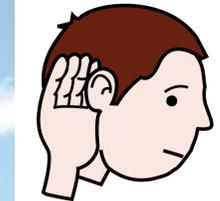
ACOSTAR AL ALUMNO EN LA COLCHONETA O ALFOMBRA



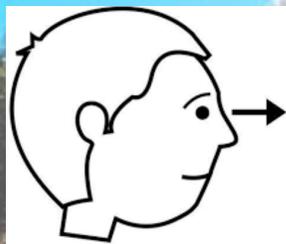


Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

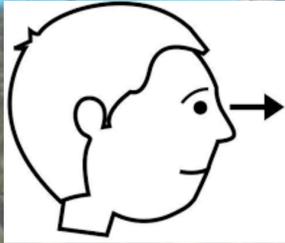
EJERCICIO N°2

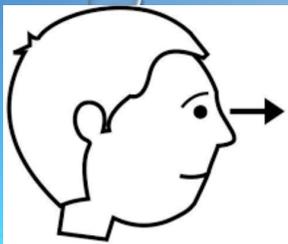


LEVANTAR LOS BRAZOS SIMÉTRICAMENTE



2. LEVANTAR LOS BRAZOS ASIMÉTRICAMENTE ,ASÍ:

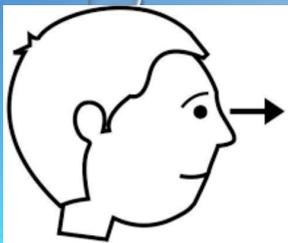




EJERCICIOS DE DISOCIACIÓN SEGMENTARIA FINA

APLAUDIR





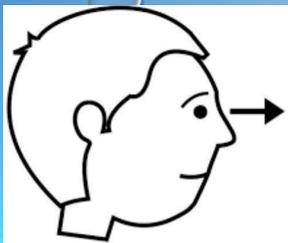
EJERCICIOS DE DISOCIACIÓN SEGMENTARIA FINA

ABRIR Y CERRAR LA MANO





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA



EJERCICIOS DE DISOCIACIÓN SEGMENTARIA FINA

MOVER LOS DEDOS COMO "PIANO"

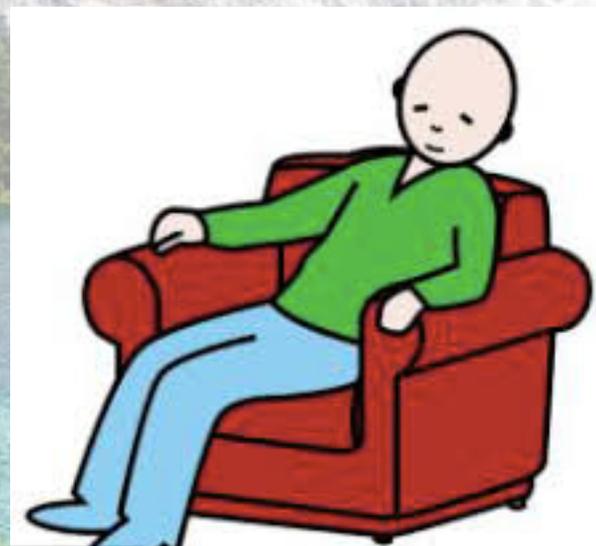




Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

CIERRE DE LA CLASE

PARA FINALIZAR, DESCANSEMOS UNOS MINUTOS Y TOMEMOS UN POQUITO DE AIRE





Colegio
Ricardo Olea
COMUN RANCAGUA

DESPEDIDA

