Colegio Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

PLANIFICACIÓN SEMANAL DE ACTIVIDADES

Curso: Laboral 3B
Docente: Constanza Ortiz Pichun

PANORAMA SEMANAL

ASIGNATURA	SOCIAL	VOCACIONAL	FÍSICO-MOTOR	COGNITIVO FUNCIONAL
CANTIDAD DE TIEMPO SEMANAL	90 MINUTOS	90 MINUTOS	90 MINUTOS	90 MINUTOS

HORARIO SUGERIDO

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

FÍSICO-MOTOR

- Objetivo de la clase: Liberar pulsión motriz a través de diferentes ritmos musicales.

- Habilidades a trabajar: Coordinación motriz

Realizar 2 veces por semana, por 45 minutos.

PICTOGRAMA DE LA ACTIVIDAD

ESCUCHAR MÚSICA

BAILAR

FÍSICO-MOTOR

- **INSTRUCCIONES:**

1. Buscar en YouTube canciones con diferentes ritmos: Salsa, Reggaeton, Romántica, Clásica.
2. Realizar movimientos en base al ritmo de la canción, distinguiendo:

   - Ritmo rápido: Movimientos rápidos y cortos (Ejemplo: Círculos pequeños y rápidos con los brazos, con las manos, hombros)

   - Ritmo lento: Movimientos lentos y largos. (Ejemplo: Círculos grandes y lentos con los brazos, con las manos, hombros)

NIVEL DE INTENSIDAD DE APOYO

El/ la joven debe intentar realizar los movimientos de manera autónoma.

En caso de requerir apoyo, el/la adulto/a puede acompañar el movimiento iniciado por el/la estudiante.

Si el/la estudiante no inicia el movimiento, el/la adulto/a debe motivar el inicio del movimiento, tomando las extremidades, sin ejercer presión o exceso de fuerza.

SUGERENCIAS GENERALES

- Acompañar el proceso durante todas las actividades.
- Resaltar logros de manera verbal.
- Evitar resaltar el error de manera verbal o gestual.
- Si usted observa que el/la estudiante es capaz de realizar la actividad de manera autónoma, supervise y brinde el espacio.
- Observar en modo de evaluación cada actividad. (Ejercicio para actividades posteriores)

Recuerda que…

Nada es un error, todo es aprendizaje.