



*Colegio*  
*Ricardo Olea*  
CORMUN RANCAGUA

## Área: Físico Motor

**Docente:** Constanza Ortiz Pichun

**Curso:** Laboral 3B

**Objetivo de Aprendizaje:** Desarrollar dominio de esquema corporal.

**Contenido:** Expresión, Dominio Motriz, Comunicación No Verbal.

**Habilidad:** Realizar trabajo de comunicación no verbal.

**Semana N°:** 9 (Lunes 25 al Viernes 29 de Mayo)

## PANORAMA SEMANAL

<b>ASIGNATURA</b>	<b>SOCIAL</b>	<b>VOCACIONAL</b>	<b>FÍSICO-MOTOR</b>	<b>COGNITIVO FUNCIONAL</b>
<b>CANTIDAD DE TIEMPO SEMANAL</b>	90 MINUTOS	90 MINUTOS	90 MINUTOS	90 MINUTOS

## HORARIO SUGERIDO

<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
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)		

Realizar 2 veces por semana, por 45 minutos.

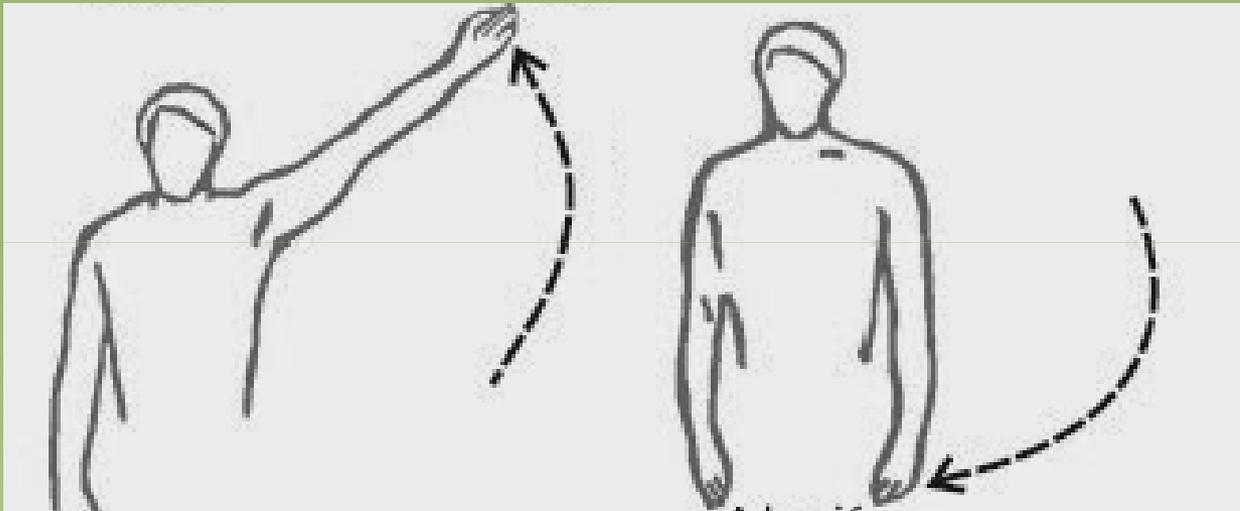
# PICTOGRAMA DE LA ACTIVIDAD

## EXPRESIÓN

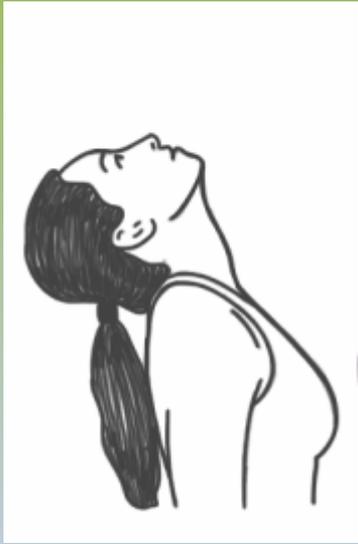


Para **comenzar**, debemos mover nuestras articulaciones principales.

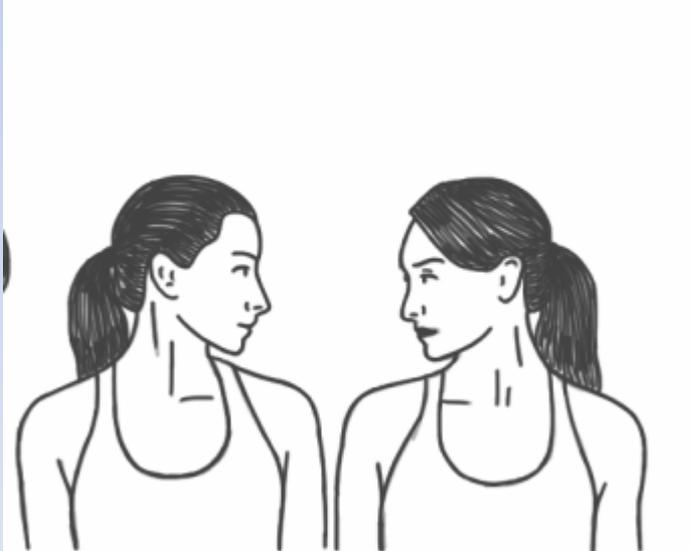
Sigue las imágenes...



Subir y bajar  
hombros hacia el  
lado.  
(5 veces mínimo  
por lado)



Lleva tu cuello suavemente hacia adelante y atrás.  
Repite el movimiento al menos 5 veces.



Lleva tu cuello suavemente hacia ambos lados  
Repite el movimiento al menos 5 veces por lado.

A continuación, el/la adulto/a debe modelar la actividad para el/la estudiante.

1. Posiciónate frente al espejo, e imita las siguientes expresiones

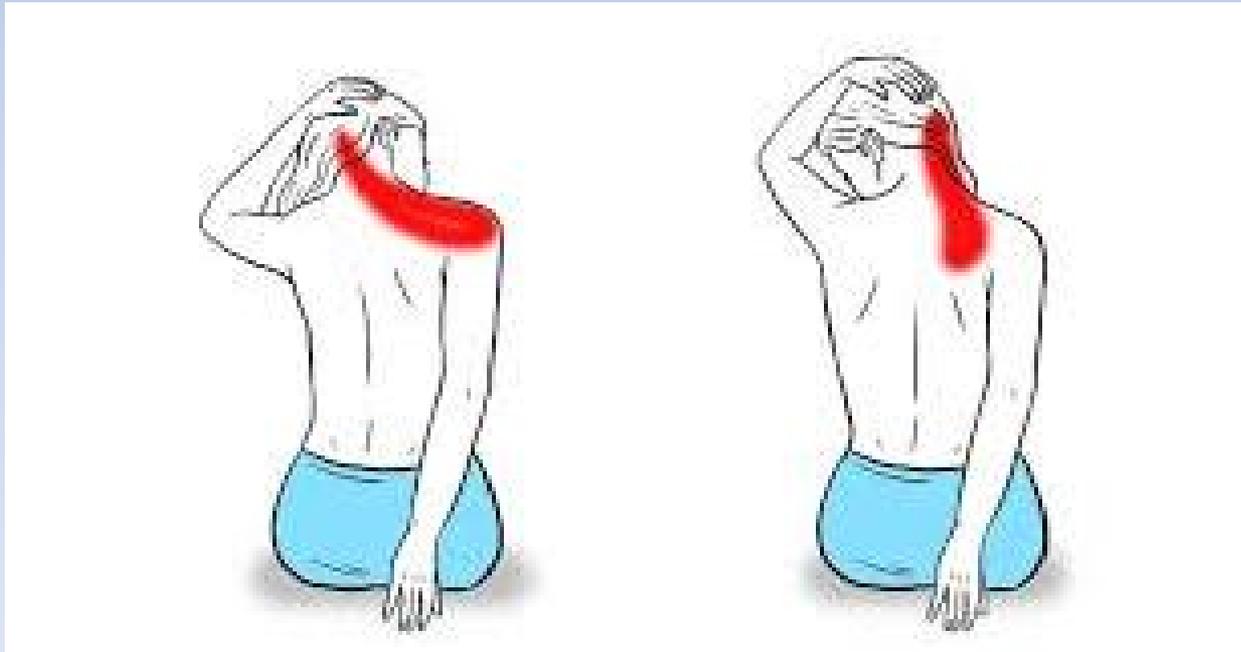


## 2. Repite el ejercicio



**Finalmente,** elongaremos las articulaciones.

1. El/la joven puede escoger una canción para llevar a cabo las elongaciones.
2. Realiza estos movimientos para elongar suavemente.



## NIVEL DE INTENSIDAD DE APOYO

Inicio: Acompañar el proceso verbalizando cada acción.  
Acompañar realizando los ejercicios en conjunto con el/la joven .



Desarrollo: Guiar el proceso verbalizando las instrucciones.  
Realizar frente al estudiante la actividad.



Cierre: Acompañar el proceso verbalizando cada acción.  
Acompañar con frases motivadoras.



**Trascendentales:** Si el/la estudiante no inicia el movimiento, el adulto debe motivar el inicio del movimiento, tomando las extremidades, sin ejercer presión o exceso de fuerza según tolerancia y capacidad física del estudiante.

### **Preguntas para guiar el Registro Anecdótico**

- ¿Visualiza que su hijo/a se predispone para las actividades motrices?
- ¿Realiza las actividades con gusto y agrado?
- ¿El/la joven demuestra aprobación o rechazo por las actividades motrices?
- ¿Qué tan fácil o difícil es para el/la joven realizar las actividades motrices?
- ¿El/la estudiante solicita apoyo, ya sea de manera verbal o gestual?

## SUGERENCIAS GENERALES

- 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.

**“Aprender es descubrir  
que algo es posible”**