
 Liceo Bicentenario Politécnico de Ovalle	Guía de Aprendizaje N°2 HABILIDADES MOTRICES 	Fecha: 16 de Agosto
		Nivel: 3º Medio
Depto. de asignatura Educación Física y Salud.	LA PSICOMOTRICIDAD Y YO.	PORCENTAJE DE LOGRO
Profesor/a: Claudia Rodríguez Rojas. Humberto Tapia Rojas. Jesús Espinosa Rojas	EVALUACIÓN FORMATIVA.	
	FECHA ENTREGA: 11/09	

Nombre: _____ **Curso:** _____ **Nº Lista:** _____

OA(s): 01	Aplicar individual y colectivamente las habilidades motrices especializadas de manera creativa y segura, en una variedad de actividades físicas que sean de su interés y en diferentes entornos.
Indicador de evaluación	Investiga, Aplica Y crea con control y precisión diferentes habilidades motrices especializadas.
Habilidad	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecutan las habilidades motrices especializadas de manipulación, locomoción y estabilidad en variadas manifestaciones. - Pensar con autorreflexión y autonomía para gestionar el propio aprendizaje, identificando las fortalezas y aspectos por mejorar

INTRODUCCIÓN:

“EL DEPORTE TE ENSEÑA A TENER CARÁCTER, A SEGUIR LAS REGLAS, A SABER CÓMO SE SIENTE AL GANAR O PERDER: TE ENSEÑA SOBRE LA VIDA.”
(BILLIE JEAN KING.)

Y llego la hora, de poner en práctica el **“DESARROLLO DEL ESQUEMA CORPORAL A TRAVES DE LOS COMPONENTES DE LA PSICOMOTRICIDAD”**, así que piensa, tercero piensa, **porque ahora eres tú si tú**, quien debe mostrarnos ejercicios que nos ayuden a mejorar nuestro Equilibrio Estático y dinámico, coordinación Óculo-Manual y Óculo-Pedal y Coordinación Tempero- Espacial. Para ello piensa, crea y asocia actividades realizadas en la vida cotidiana, al hacer deporte y en algunas vivencias o tareas realizadas en especialidades


INTRUCCIONES:

Tarea 1:

- Búsqueda y selección de 2 actividades o ejercicios psicomotrices. Donde se vea la ejecución del: Equilibrio Estático y dinámico, coordinación Óculo-Manual y Óculo-Pedal y Coordinación Tempero- Espacial
- Para esta tarea se necesita creatividad e imaginación.

RECUERDE, CREAR SUS PROPIOS EJERCICIOS, PARA ELLO SE LE ENTREGAN LOS SIGUIENTES EJEMPLOS.

Ejemplos de ejercicios o actividades

EQUILIBRIO ESTÁTICO. 	EQUILIBRIO DINÁMICO.
--	-----------------------------

	
<p>EJERCICIOS DE EQUILIBRIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deben ser con distintos apoyos - Un ejercicio Con ojos en un punto fijo - Un ejercicio Con ojos cerrados (vendados) 	
<p>COORDINACIÓN ÓCULO – MANUAL.</p> 	<p>COORDINACIÓN ÓCULO- PEDAL.</p> 
<p>COORDINACIÓN TEMPORO- ESPACIAL (Desplazamiento adelante, atrás, derecha e izquierda) Debe presentar un ejercicio con implemento y otro sin implemento.</p> 	

UTILIZANDO LAS HABILIDADES TICS Y GENÉRICAS.

Tarea 2:

- Debe grabar los ejercicios o actividades en cápsulas, según categoría.
- La cápsula **NO** debe sobrepasar el **tiempo máximo 3 minutos**, recordar que para poder ser enviadas las tareas audiovisuales, por vía correo, WhatsApp no deben ser muy pesadas.
- Presentar, lo que mostrara en la cápsula:
Ejemplo: hola profesora, soy Claudia Rodríguez del 3ºx y estos son mis dos ejercicios de equilibrio estático.
- **Pida ayuda**de algún familiar o amigo para grabar las cápsulas. Ya que debe ser **USTED**, quien ejecute los ejercicios.
- La presentación personal debe ser con **equipamiento deportivo institucional**.
- Puede **ensayar** antes de realizar la grabación final.
- **MENSAJE, A LOS ALUMNOS QUE RECIBEN LAS GUÍAS IMPRESAS, PUEDEN ENTREGAR EN PENDRIVE.**

NO OLVIDAR....

QUE LOS EJERCICIOS O ACTIVIDADES DEBEN SER DISTINTOS A LOS PRESENTADOS COMO EJEMPLO.

FECHA DE ENTREGA: 11 DE SEPTIEMBRE

MEDIOS DE ENTREGA:

Correo electrónico: crodriguez@liceopolitecnicodeovalle.cl

O vía **whatsApp**: al 961244810 (debe presentarse al enviar tarea con nombre y curso).

La Atención para consultas o dudas, deben realizarse según horario de la asignatura.

PAUTA DE COTEJO:

LA PSICOMOTRICIDAD Y YO.

Las cápsulas serán evaluadas con esta pauta de observación, por lo tanto, léala bien y trate de cumplir, todos los indicadores realizando ensayos previos a la grabación final.

Puntaje Total = 43 pts. Puntaje de corte 60 %= 25 pts.

PARA QUE IDENTIFIQUE EL NIVEL DE DESEMPEÑO DE LOS APRENDIZAJES, CONSIDERE LO SIGUIENTE

No Logrado = hasta el 59 % de logros Ptje.= 0 a 24 pts.	Medianamente Logrado = 60% al 69 % de logros Ptje.= 25 a 29 pts	Logrado= 70% al 100% de logros Ptje.= 30 - 43 pts.
--	--	---

CURSO	Nombre: Nº:			
INDICADORES		Ptj	SI	NO
Habilidades saber hacer (Procedimientos)				
1	Ejecuta Equilibrio estático, en 2 ejercicios	2		
2	Presenta ejercicios de Equilibrio dinámico. 2 ejercicios.	2		
3	Aplica Coordinación óculo – manual. En 2 ejercicios	2		
4	Aplica Coordinación óculo- pedal, en 2 ejercicios	2		
5	Presenta Coordinación espacialidad (adelante, atrás, derecha e izquierda) con o sin implemento. En 2 ejercicios	2		
Habilidad saber ser.(actitudinal)				
6	Cumple con fecha de entrega máxima indicada.	3		
7	Muestra compromiso con la asignatura, al cumplir con equipamiento deportivo institucional	4		
8	Muestra confianza al presentar los ejercicios.	4		
9	Demuestra ejercicios y actividades creativas	4		
10	Respeto, no repetir los ejercicios utilizados de ejemplo.	3		
Habilidades TICs y genéricas				
11	Presenta 5 cápsulas con todos los ejercicios.	5		
12	Cumple con tiempo máximo y mínimos de duración de las cápsulas	5		
13	Al Inicio del video presenta su nombre, curso e identifica el ejercicios que realiza, en todas las cápsulas.	5		
PUNTAJE DE PAUTA		43		
PUNTAJE ALCANZADO				
PORCENTAJE DE LOGRO				