

	INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ	Código: GPP-FR-20
	GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO	Versión: 01
		Página 1 de 3

Área o asignatura	Docente	Estudiante	Grado	Fecha de entrega	Periodo
EDUCACION FISICA	ALVARO ALONSO MARIACA VALLEJO		4°3-4	Según cronograma institucional	1

<p>¿Qué es un refuerzo?</p> <p>Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.</p> <p>Actividades de autoaprendizaje: Lecturas, observación de video, taller.</p> <p>*Los cuadernos desatrasados no constituyen evidencia de aprendizaje</p>	<p>Estrategias de aprendizaje</p> <p>Realizar actividades de autoaprendizaje sobre el siguiente tema: Capacidades perceptivo-motrices</p>
---	--

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<ul style="list-style-type: none"> Valorar la capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta las condiciones personales. 	<p>1° Leer el texto “CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES “</p> <p>2° Observar el video https://www.youtube.com/watch?v=5tUSEnHY6Rs</p> <p>3° Resolver el taller teórico</p>	<p>1° Taller propuesto por el docente.</p>	<p>Entregar el taller resuelto</p>

*Para los videos, observe los videos y haga una lista de los temas y subtemas desarrollados en cada uno. Si en un video se desarrollan ejercicios o problemas, transcribalos a una hoja de bloc e indique el tema al que corresponden. Para los talleres, resuelva los ejercicios, problemas o preguntas en una hoja de bloc, indicando procedimiento o argumentos las preguntas hechas por los docentes. Para los resúmenes, utilice herramientas diferentes al texto, pueden ser flujogramas, mapas mentales, mapas conceptuales. La presentación de los trabajos debe ser ordenada y clara. Para la sustentación del trabajo, debe presentarla puntualmente como se lo indique el docente.



CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES

Las **capacidades perceptivo-motrices** son aquellas que precisan de un ajuste psico-sensorial complejo para su ejecución; y dependen de las habilidades neuromusculares.

Permiten coordinar los sistemas sensoriales con los movimientos del cuerpo y sus segmentos, es el resultado de la combinación de percepciones motoras y sensoriales en el movimiento consciente. La sensación es una función que nos pone en contacto con la realidad, la percepción nos hace comprenderla y darle significado.

Las capacidades perceptivo motrices

La corporalidad, la espacialidad y la temporalidad son las capacidades básicas, y de su combinación surgen otras intermedias: la lateralidad, el ritmo, la estructuración espacio temporal, el equilibrio y la coordinación.

LA CORPORALIDAD: el conjunto de prácticas corporales del hombre, su expresión creativa, su reconocimiento consciente y su posibilidad de comunicación e interacción con los demás y con su entorno (naturaleza). El conocimiento de su cuerpo, las posibilidades que el posee, el control y el dominio de este, son fundamentales.

LA ESPACIALIDAD: Conocimiento o toma de consciencia del medio y sus alrededores (espacio) es decir, la toma de conciencia del sujeto, de su situación y de sus posibles situaciones en el espacio que le rodea (mide el espacio con su cuerpo), su entorno y los objetos que en él se encuentran.

TIPOS DE ESPACIALIDAD:

- 1) Orientación espacial: capacidad que tenemos para comprender la situación de nuestro cuerpo en el espacio, en relación con los otros y los objetos, y de estos con nuestro cuerpo.
- 2) Estructuración espacial: capacidad para mantener constante la localización de los objetos o sujetos entre sí.
- 3) Organización espacial: consta de la orientación y la estructuración espacial, construyendo los pilares que posibilitan establecer o realizar los movimientos de manera adecuada al entorno.

LA TEMPORALIDAD: cuando se realiza un movimiento se hace a lo largo de un tiempo. Cada gesto tiene un principio y un final, un antes un durante y un después. Por lo tanto, esta capacidad me permite prever la duración de una acción motriz, la distribución de los componentes de dicha acción a lo largo de un periodo de tiempo, hallar el ritmo de ejecución óptimo, la sucesión de las acciones, la velocidad con la que son realizadas.



TALLER DE EDUCACION FISICA GRADO 4°

Responde sí o no de acuerdo al texto y sustenta tu respuesta.

- 1) Las capacidades perceptivo motrices no requieren de estímulos a los sentidos para su desarrollo SI ____
NO ____ Por que
- 2) Cuándo identificas las articulaciones de tu cuerpo y sabes la ubicación de cada una de ellas, se evidencia la ESPACIALIDAD SI ____ NO ____ Por que
- 3) ¿Cuándo continuamente “chocas” con los objetos o con tus compañer@s en diferentes situaciones y espacios en la escuela, se concluye que el desarrollo de tu TEMPORALIDAD no es el adecuado SI ____
NO ____ Por que
- 4) En la siguiente imagen, en el ejercicio que se observa

se está estimulando el EQUILIBRIO SI ____ NO ____

Por que



- 5) En el video <https://www.youtube.com/watch?v=5tUSEnHY6Rs>.
¿cuáles capacidades se están estimulando?
Explica: