



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
EXPRESIÓN CORPORAL	<b>Hernán Dario Quintero Bolívar</b>		8°	Junio 3	2

<b>¿Qué es un refuerzo?</b> Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.	<b>Estrategias de aprendizaje</b> Realizar actividades de autoaprendizaje sobre los siguientes temas: -Control corporal -Esquemas de movimiento
<b>Actividades de autoaprendizaje:</b> talleres teóricos escritos, actividades de preparación física en casa orientados con video.	

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
Toma conciencia de su corporalidad a partir de diferentes experiencias físicas  Realiza actividades que favorecen el control corporal.	-Construcción de conceptos y argumentación de las preguntas planteadas Mediante la realización de talleres escritos planteados por el docente	-Talleres escritos 1, y 2 deberán resueltos a mano en su totalidad, y presentados, en hojas tamaño carta	<b>Evaluación de las actividades teóricas</b> <b>La calificación dependerá de la calidad en la presentación los trabajos y que se realicen según las instrucciones dadas</b>  <b>La entrega debe ser en físico</b>

**NOTA:** Los talleres 1, y 2 deberán ser resueltos a mano en su totalidad, y presentados, en hojas tamaño carta, (21.6 cm X 27.9 cm) marcadas en la parte superior con nombre, grado, grupo, fecha y entregarlas grapadas.

(Trabajos impresos no aplicaran para ser calificados)

<b>Taller 1: CONTROL CORPORAL</b>	Expresión corporal 2° periodo
	Profesor: Hernán D. Quintero B.

### CONTROL CORPORAL

Tiene que ver con La propiocepción la cual define la RAE como la percepción inconsciente de los movimientos y de la posición del cuerpo, independientemente de la visión.

¿Qué es el esquema corporal?

Se trata de la imagen mental que tenemos de nuestro cuerpo y las partes que lo conforman, en relación con el espacio y los elementos que lo rodean.

A través, de las actividades y juegos para mejorar el Esquema Corporal, conseguimos conocer las limitaciones y posibilidades de movimiento de nuestro cuerpo.

Control Corporal: Juegos

1. Golpear un balón con diferentes partes del cuerpo. Esta actividad, nos ayuda a ir nombrando cada parte de nuestro cuerpo en voz alta a la vez que chocamos el balón con la parte nombrada y tomamos conciencia de su movimiento. Si queremos complicar el juego un poco más, añadimos ejercicios de conducción con la pelota.
2. El juego del espejo. En parejas copiar exactamente lo que hace el de enfrente. Para añadirle más emoción y movimiento podemos fijar un tiempo récord de un minuto, por ejemplo, para intentar hacer los movimientos de la serie fijada muy rápido y así desconcentrar al compañero que nos copia.
3. Estatuas. Consiste en bailar de manera alocada y divertida mientras suena la música, una vez el profesor para la música, los participantes deben convertirse en estatuas e intentar quedarse en la posición más rara. La estatua más extraña ganará un punto
4. El juego del pañuelo. Hacemos dos equipos y el profesor ubica en medio de los dos grupos un pañuelo. En vez de asignarle un número a cada participante, le asigna una parte del cuerpo, por ejemplo, pierna, brazo, codo y así con ambos equipos. Solo queda decir en voz alta la parte del cuerpo y que los dos contrincantes corran a coger el pañuelo para ser el más rápido y llevárselo a su campo.

**ACTIVIDAD:**

**Realiza cuatro dibujos uno por cada juego de control corporal, (cada dibujo debe ser de una página completa)**

<b>Taller 2: ESQUEMAS DE MOVIMIENTO.</b>	Expresión corporal 2° periodo
	Profesor: Hernán D. Quintero B.

Lenguaje corporal: damos pistas de lo que estamos pensando o sintiendo, y otros pueden observarlo.

**ACTIVIDAD:**

**Como un ejercicio de estimulación visual dibuja tres figuras de ilusión óptica**

**Nota: puedes hacer las del ejemplo o buscar y hacer otras similares.**

Ejemplo de dibujos de ilusión óptica

