**Guía de trabajo autónomo (plantilla)**

El **trabajo autónomo** es la capacidad de realizar tareas por nosotros mismos, sin necesidad de que nuestros/as docentes estén presentes.

|  |
| --- |
| Centro Educativo:  Educador/a:  Nivel: **cuarto año**  Asignatura: **Educación Física** |

****

1. **Me preparo para hacer la guía**

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

|  |  |
| --- | --- |
| Materiales o recursos que voy a necesitar | *La guía de trabajo autónomo.*  *Ropa y calzado cómodo para realizar las actividades.*  *Mi casa.* |
| Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar | Los diferentes espacios dentro de mi casa y el jardín, la cochera o el patio que voy a utilizar, deben ser áreas despejadas sin objetos que me puedan lastimar. |
| Tiempo en que se espera que realice la guía | Requiero de 30 a 40 minutos. |

******

1. **Voy a recordar lo aprendido en clase.**

|  |  |
| --- | --- |
| Indicaciones | *Recuerdo que en mi clase de Educación Física estudiamos que la recreación, como aprovechamiento del tiempo libre, es muy importante para las personas, para su distracción física y mental. Estudiamos que el deporte es una excelente práctica recreativa, donde es imprescindible el movimiento corporal. Los deportes tradicionales son prácticas recreativas muy populares Costa Rica.*  *A partir de los siguientes cuadros, repaso lo discutido en clase.*  Juegos populares y tradicionales de Ecuador | Juegos tradicionales ...  Juegos y Deportes | ACTIV@TE  <https://activatejerte.files.wordpress.com/2014/03/juegos-tradicionales-21.jpg> |
| Actividad  Preguntas para reflexionar y responder | *Me pregunto:*  *¿Cuántos tipos de juegos tradicionales de Costa Rica conozco?*  *¿Cómo puedo realizar un juego tradicional en mi casa?* |

****

1. **Pongo en práctica lo aprendido en clase**

|  |  |
| --- | --- |
| Indicaciones | *Pido ayuda a un miembro de mi familia para que busquemos en internet acerca de diferentes juegos tradicionales de Costa Rica.*  *Puedo buscar en este enlace:* <http://www.kerwa.ucr.ac.cr/bitstream/handle/10669/8997/Juegos%20tradicionales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>  *Si en mi hogar no contamos con acceso a internet, consulto a mi familia acerca de diferentes tipos de juegos tradicionales que realizamos en Costa Rica, tales como gallinita ciega, suiza, escondido, trompo, bolinches, quedó, carreras de sacos, jackses y rayuela.*  *Aprenda todo sobre la historia de los juegos tradicionales*   * *Invito a los miembros de mi familia a que juguemos “escondido”.*   https://www.wikihow.com/images_en/thumb/1/1d/Play-Hide-and-Go-Seek-Step-5.jpg/v4-900px-Play-Hide-and-Go-Seek-Step-5.jpg  1. El grupo de jugadores elige a la persona encargada de buscar a los demás, tradicionalmente llamados "el policía" o "el que sigue".  2. La persona elegida tiene que contar con los ojos cerrados hasta el número que se decida, suelen ser 10, 20 o 50.  3. Al terminar de contar, la persona debe avisar diciendo "ya voy" o **"el que no se ha escondido, tiempo ha tenido"** y comenzar a buscar a los demás.  4. Al encontrar a una de las personas escondidas tiene que señalarlo y decir “te encontré” y continuar buscando.  5. Si una de las personas quiere ganar el juego y salvarse de ser encontrado, tiene que correr hasta el lugar donde se estaba contando (llamado "casa") y tocarlo.  <https://www.conmishijos.com/ninos/ocio/juego-del-escondite-juegos-tradicionales-para-ninos/>  *Después, si contamos con tiempo extra, puedo practicar con ellos otro juego tradicional.* |
| Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse | Respondo a estas preguntas:   * *¿Cuántos tipos de juego tradicionales de Costa Rica pude conocer?* * *¿Pude realizar al menos un juego tradicional en mi casa como práctica recreativa?* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender** | |
| Reviso las acciones realizadas **durante** la construcción del trabajo.  Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas | |
| ¿Leí las indicaciones con detenimiento? |  |
| ¿Subrayé las palabras que no conocía? |  |
| ¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía? |  |
| ¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer? |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender** | |
| Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.  Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas | |
| ¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado? |  |
| ¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado? |  |
| ¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé? |  |
| Explico ¿Cuál fue la parte favorito del trabajo?  ¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo? | |