****

**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: **tercer 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 | * *Tiza blanca o de colores o algún material que me permita dibujar cuadrados en piso.* * *Una piedra pequeña liza que pueda manipular con mi mano.* |
| Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar | * El espacio que voy a utilizar debe de ser un área plana, despejada sin objetos que me puedan lastimar, por ejemplo se puede utilizar el patio de la casa, el jardín, la sala, la cochera entre otros. * Se deben acatar las medidas establecidas por el Ministerio de Salud, de mantener la distancia de metro y medio entre cada participante y lavarse las manos, antes y después del juego. |
| Tiempo en que se espera que realice la guía | Requiero 30 minutos. |

******

1. **Voy a recordar lo aprendido y / o aprender**

|  |  |
| --- | --- |
| Indicaciones | Solicito a un adulto en mi hogar que supervise mi trabajo. |
| Actividades para retomar o introducir el nuevo conocimiento  Imágenes  <https://www.conmishijos.com/ninos/ocio/juego-de-la-rayuela-como-jugar-con-los-ninos/>  <https://www.google.com/search?q=%C2%BFCu%C3%A1les+son+los+juegos+tradicionales+de+Costa+Rica?&tbm=isch&chips=q:cu%C3%A1les+son+los+juegos+tradicionales+de+costa+rica,online_chips:rayuela&hl=es&ved=2ahUKEwjx6_mp5qTpAhVTKFMKHZyfCSUQ4lYoAnoECAEQFw&biw=1287&bih=665#imgrc=z6roCJ35yvdxrM&imgdii=V0d9yrqEo2kyYM>  Preguntas para evaluarse y auto evaluarse | Los juegos tradicionales en Costa Rica nos dan la oportunidad de compartir, realizar actividad física, movernos y divertirnos. La mayoría no requiere de muchos materiales para poder practicarlos, casi siempre los tenemos a la mano en casa, o los podemos elaborar fácilmente. Hoy voy a recordar o aprender acerca de uno de ellos. Se llama **“la rayuela”.**  “La rayuela” o “el avión” es un bonito juego, sólo necesito una superficie lisa y una tiza para poder jugar. Con la práctica de la rayuela voy a mejorar mi equilibrio y coordinación.   En este juego participan varios jugadores por lo que invito a otras personas de mi hogar a que también participen conmigo.  1. Dibujo en el suelo, con una tiza, el diagrama para jugar a la rayuela, compuesto por cajas o cuadrados con números del 1 al 10. Puedo hacer las cajas o cuadrados de distintos tamaños, y usar diferentes colores de tiza. Me guío con la siguiente imagen.  La Rayuela Juego Para Niños En El Jardín En El Asfalto Fotos ...  2. Busco en el patio o jardín de mi casa una piedra plana que pueda manipular y lanzar con mi mano. Lanzo la piedra con mi mano, para que caiga en uno de los cuadrados. Donde cae se llama “casa” y no se puede pisar.  3. Recorro los cuadros saltando con un pie donde solo hay un cuadro y con los dos donde hay dos cuadros. Tengo que pasar la piedra de cuadrado en cuadrado hasta llegar al 10 y volver a la casilla de salida.  4. Si pierdo el equilibrio o la piedra se sale del cuadrado, pierdo el turno y pasa al siguiente jugador.  5. Gana el juego el primer jugador que llegue a la casilla número 10 realizando el recorrido sin caerse, tirar la piedra fuera de la caja o pisar una línea.  La siguiente imagen me brinda una idea.  Juego de la Rayuela. Cómo jugar con los niños  Contesto las siguientes preguntas:    ¿Puedo lanzar la piedra y que caiga dentro de un cuadro?  ¿Puedo saltar con un solo pie donde solo hay un cuadro y con los dos pies donde hay dos cuadros?  ¿De qué otra manera puedo realizar este juego? |

****

1. **Pongo en práctica lo aprendido**

|  |  |
| --- | --- |
| Indicaciones  Imagen  <https://www.google.com/search?q=rayuela&biw=1304&bih=665&sxsrf=ALeKk03t5cTIsTJGQbWt2vXXoCQyDBEyZg:1588960799789&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=umdj0-QO4gLeuM%253A%252CJi5Z6ULYHWAhfM%252C_&vet=1&usg=AI4_-kTshOafj0OPLiDrvg1erubR9ICC2Q&sa=X&ved=2ahUKEwin5qGg7KTpAhXSnOAKHeKrCGQQ9QEwDXoECAoQNg#imgrc=p4kWgKl2GF0BIM> | En este juego participan varios jugadores por lo que invito a otras personas de mi hogar a que también participen conmigo.  Ilustración de Niña Jugando Rayuela y más Vectores Libres de ...   * Practicamos el juego de la rayuela por al menos 30 minutos. * Si no tengo con quien jugar, lo puedo practicar solo, pero siempre pido la supervisión de una persona adulta mientras ejecuto el juego. * En la práctica de la rayuela presto atención a mantener mi equilibrio y coordinación mientras recorro los cuadros saltando con un pie donde solo hay un cuadro y con los dos donde hay dos cuadros. * Si pierdo el equilibrio, debo iniciar nuevamente si juego yo solo, si juego con otros participantes, les doy el turno. * Comento con los miembros de mi familia sobre otras formas de practicar este juego, por ejemplo poner más obstáculos o realizar más cuadrados hasta el número 20 etc. |
| Preguntas para auto regularse y evaluarse | Respondo a estas preguntas:   * *¿Pude lanzar la piedra y que caiga dentro de un cuadro sin dificultad?* * *¿Pude saltar con un solo pie donde solo hay un cuadro y con los dos pies donde hay dos cuadros?* * *¿Pude concentrarme en el objetivo trazado?* * *¿Pude hacer diferentes variantes al juego de rayuela?* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender** | |
| Reviso las acciones realizadas **durante** la construcción del trabajo.  Señalo el símbolo al responder las siguientes preguntas. | |
| *¿Pude lanzar la piedra y que caiga dentro de un cuadro sin dificultad?* |  |
| *¿Pude saltar con un solo pie donde solo hay un cuadro y con los dos pies donde hay dos cuadros?* |  |
| ¿Pregunté cuando no comprendí qué hacer? |  |
| ¿Reviso mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado? |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender** | |
| Valoro lo realizado **al terminar** el trabajo.  Coloreo encima del símbolo al responder las siguientes preguntas. | |
| ¿Ejecuté todas las actividades que se me presentaron? |  |
| *¿Pude realizar el juego de la rayuela de forma correcta?* |  |
| *¿Pude realizar todos los movimientos y pasos que planteó el juego la rayuela?* |  |
| ¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé? |  |
| Comento cuál fue lo que más me gustó del trabajo realizado:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  ***Recuerdo colocar esta actividad en mi folder de evidencias****.* | |