PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del Programa de Formación:** TECNOLOGO EN ANALISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE.
- **Código del Programa de Formación:** 228118

- **Nombre del Proyecto Formativo:** Implementación De Un Plan De Transformación Digital Para El Fortalecimiento De Las Actividades De Tecnologías Por Medio De Iot, Y Diseño Web Para Las Mipymes Del Municipio De Cisneros
- **Fase del Proyecto (si aplica):** EJECUCION
- **Actividad de Proyecto Formativo:** Desarrollar La Estructura De Datos Y La Interfaz De Usuario Del Software Según El Modelo De Datos

- **Competencia**: Generar Hábitos Saludables De Vida Mediante La APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES
- **Resultados de Aprendizaje**: DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.
- **Duración de la Guía de Aprendizaje (horas):** 12 Horas (8 horas de Trabajo Directo / 4 horas de Trabajo Independiente)

2. PRESENTACIÓN

En la presente guía se desarrollaran actividades que buscan estimular las habilidades psicomotrices que son el conjunto de destrezas que se van adquiriendo a lo largo de la vida, desde el día en que naces. Habilidades que desde el inicio comienzan a proporcionar autonomía, capacidades de manipulación pensamiento y relación social.

Habilidades que con el entrenamiento y práctica adquieren mayor complejidad y precisión.



Habilidades motrices basicas. (s/f). Pinterest. Recuperado el 11 de julio de 2024, de https://co.pinterest.com/pin/837599230676607273/

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1 Actividades de reflexión inicial: Reflexionar sobre las habilidades motrices y capacidades coordinativas

Actividad de aprendizaje # 1: Por parejas, deberán desarrollar una sopa de letras y cada palabra (16) que encuentren deberán determinar si es una capacidad coordinativa o una habilidad motriz básica.

Luego se realiza una socialización para determinar los aciertos y errores de cada pareja, para posteriormente indicar a cuál de las dos opciones correspondía cada termino encontrado.

cap. coordinativas y H.M.B



H	R	X	W	Y	C	G	I	R	A	R	D	X	I	C	I	W
R	I	D	A	A	A	S	R	T	F	E	I	Z	B	A	A	Q
L	T	H	E	G	M	A	B	R	U	Q	F	E	E	M	K	S
A	M	Y	M	K	I	L	J	O	M	U	E	I	Q	B	O	C
N	O	N	T	I	N	T	A	T	B	I	R	K	Y	I	P	Z
Z	N	C	J	D	A	A	F	A	O	L	E	S	W	O	A	T
A	Q	B	X	K	R	R	F	R	C	I	N	Z	A	W	P	Y
R	E	L	A	J	A	C	I	O	N	B	C	Y	D	M	K	X
O	V	A	A	T	A	I	W	W	E	R	I	C	W	F	E	Z
C	H	S	S	R	E	T	H	Y	A	I	A	I	A	E	A	G
E	E	J	L	X	Q	A	R	F	T	O	C	Y	E	O	F	S
E	M	E	I	F	W	U	R	A	Y	Y	I	E	F	R	K	G
B	A	L	A	N	C	E	O	X	P	Y	O	E	P	B	R	T
W	D	I	C	L	I	S	T	X	G	A	N	E	A	G	C	F
O	R	I	E	N	T	A	C	I	O	N	R	W	E	U	D	H
A	C	O	P	L	A	M	I	E	N	T	O	E	A	J	I	Y
C	O	R	R	E	R	K	S	Y	U	Y	G	X	D	A	R	U

DIFERENCIACIÓN, ORIENTACION, EQUILIBRIO, GIRAR, SALTAR, CORRER, LANZAR, ATRAPAR, RITMO, ACOPLAMIENTO, RELAJACION, CAMINAR, TROTAR, BALANCEO, BATEAR, CAMBIO.

• Ambiente Requerido: ambiente de formación

• Materiales: televisor, computador, formato sopa de letras, colores.

• Duración: 1 horas

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje:

Actividad de aprendizaje # 1: Identificar los diferentes conceptos sobre Psicomotricidad descripción de la actividad : Aprendiz, identifique y defina cuales son las habilidades motrices básicas (locomotriz, no locomotriz, lanzamiento o proyección) y las capacidades coordinativas, entregue un trabajo escrito individual con normas ICONTEC de forma digital.

Después se realizará una plenaria en la cual los aprendices reflexionaran sobre los conceptos investigados.



• Ambiente Requerido: ambiente de formación

• Materiales: televisor, computador, internet

• Duración: 2:00 horas

3.3 Actividades de apropiación:

Actividad de aprendizaje # 1: Apropiar todos los conocimientos sobre psicomotricidad y destrezas motoras.

Descripcion de la Actividad: aprendiz, el instructor por medio de diapositivas expone los conceptos sobre habilidades motrices básicas, capacidades coordinativas, motricidad fina y motricidad gruesa. Luego se desribe cual es la diferencia entre actividad física, juego y deporte que son términos que suelen confundirse en la vida cotidiana.



•Ambiente Requerido: Ambientes de formación

• Materiales: computador, televisior, internet,

• Duración: 2 horas

3.4 Actividades de apropiación de Conocimiento:

Actividad de aprendizaje # 1. Rompecabezas

Descripción de la Actividad:

Aprendiz, por parejas elabore un rompecabezas de 16 piezas que tenga como imagen principal

el logosimbolo del SENA. La medida del rompecabezas debe ser de ¼ de cartón paja.

Para la ejecución de la actividad cada aprendiz puede utilizar las herramientas y materiales que

desee, el diseño de las piezas del rompecabezas es libre, lo importante es que se respete con

imagen principal el logosimbolo del SENA.

• Ambiente Requerido: Ambientes de formación.

• Materiales: ¼ cartón paja, temperas, colores, marcadores, tijeras, pincel, lapiz, regla

• Duración: 2 horas

Actividad de aprendizaje # 2. Practica motricidad fina y gruesa

Descripción de la Actividad:

Aprendiz, por grupos de 4 aprendices se realizara una competencia donde los participantes deben realizar ejercicios de habilidad motriz, coordinación y velocidad para lograr transportar las fichas de un rompecabezas (el que se diseño en la actividad anterior) de un lugar a otro. El grupo que gana es el que logre pasar todas las piezas y armar el rompecabezas en el menor tiempo posible.



• Ambiente Requerido: placa poliderportiva.
• Materiales: platillos, conos, pelotas de plástico, silvato, rompecabezas
• Duración: 2 horas

3.5 ACTIVIDADES DE TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO.

Actividad de aprendizaje #1. Practica habilidades motrices y motricidad Descripcion de la actividad: aprendiz, por grupos de 4 aprendices deben ejecutar una practica con niños de primaria en la cual estimulen el desarrollo de las habilidades motrices básicas y lamotricidad fina y gruesa de cada uno de ellos, para esta practica pueden utilizar el rompecabezas que realizaron en clase.
Tenga en cuenta que el juego es una herramienta que le gusta mucho a los niños y la pueden
implementar para lograr el objetivo de esta actividad.
Para cumplir con la actividad de aprendizaje cada grupo debe entregar un informe con normas
ICONTEC, que tenga lo siguiente:

- Listado de asistencia de los niños que participaron en la actividad
- Nombre del lugar y fecha donde realizaron la actividad
- Descrpcion de las actividades que se realizaron
- Registro fotográfico de la actividad

El informe debe ser enviado de forma digital al instructor en la fecha establecida
• Ambiente Requerido: cancha polideportiva
• Materiales: Bastones, aros, pelotas de caucho, balones de deportes específicos, conos, platillos y todos los elementos que caga grupo necesite para sus actividades.
• Duración: 4 horas.

4. PLANTEAMIENTO DE EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE PARA LA EVALUACIÓN EN EL PROCESO FORMATIVO.

Fase del proyecto formativo	Actividad del proyecto formativo	Actividad de Aprendizaje	Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Ejecucion	IDENTIFICAR LOS RECURSOS TÉCNICOS Y MÉTODO DE PRODUCCIÓN EN LA CONFECCIÓN DE PRENDAS DE ROPA EXTERIOR SEGÚN FICHA TECNICA	Cognitivo: Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable, y valorar los efectos que la práctica habitual y ordenada tiene en la mejora de las condiciones de salud y calidad de vida. Procedimental: Determinar los ejercicios específicos para la prevención de ennfermedades cardio vasculares y psicosocial. Valorativo-Actitudinal:	Evidencias de Conocimiento: Ev01. rompecabezas Ev02. Practica de motricidad fina y gruesa EV03. Practica de habilidades motrices		Técnica: Observación Directa Instrumento: Lista de Chequeo - Ev01 Instrumento: Lista de Chequeo - Ev02 Instrumento: Lista de Chequeo - Ev03

		Reconocer la importancia que tiene la cultura física para el desarrollo de habilidades en el desempeño laboral y social.			

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Psicomotricidad: Relación que se establece entre la actividad psíquica de la mente humana y la capacidad de movimiento o función motriz del cuerpo.

Motricidad Fina: es la coordinación de los movimientos musculares pequeños que ocurren en partes del cuerpo como los dedos, generalmente en coordinación con los ojos. En relación con las habilidades motoras de las manos y los dedos, el término destreza se utiliza comúnmente.

Motricidad gruesa: habilidad que el niño va adquiriendo para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo y mantener el equilibrio, además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos.

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

El contenido de la psicomotricidad, Documento pdf

Berruezo y Adelantado, P. P. (s/f). *El contenido de la Psicomotricidad*. Www.um.es. Recuperado el 10 de julio de 2024, de https://www.um.es/cursos/promoedu/psicomotricidad/2005/material/contenidos-psicomotricidad-texto.pdf

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	Edison esteban Tamayo velez	Instructor cultura física	SENA / CTMAE	20 de junio de 2024

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					