

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO DELIA ZAPATA OLIVELLA (IED) (DELIA ZAPATA OLIVELLA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	VIVIANA GARZON MARTINEZ
3. FECHA:	2021-06-17	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	26
7. LOCALIDAD:	Suba	8. N° DE SEMANA:	16
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollo de las capacidades coordinativas y físicas, se continua con los contenidos técnicos trabajando los golpes básicos DRIVE, REVES Y REMATE.			
COGNITIVA : Interpreto el reglamento del tenis de campo por medio de estrategias utilizadas en el juego.			
PSICOSOCIAL : fortalezco hábitos saludables por medio del centro de interés.			
LUDICA : Identifico el juego como una forma lúdica de aprender y socializar con los compañeros.			
TEMA : RECONOCER DIREFENTES TIPOS DE MEDIDAS CORPORALES Y LOS RELACIONA CON SU ENTORNO FAMILIAR			
SUBTEMAS : 1.IDENTIFICO MI VELOCIDAD Y MI FLEXIBILIDAD EN LAS ACTIVIDADES DE CLASE 2.MEJORO MI FUERZA Y MI EQUILIBRIO A TRAVES DE LOS EJERCICIOS PROGRAMADOS EN CLASE			
IMPLEMENTACION : CINTA DE ENMASCARAR, GOBBA, PELOTA DE TENIS, PELOTA QUE REBOTE O PELOTA DE PAPEL, RECIPIENTE PLASTICO,			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES LLAMADO A LISTA Y CALENTAMIENTO INICIAL 1. EJERCICIOS DE VELOCIDAD DE REACCION 2.EJERCICIOS DE FUERZA DE LOS DIFERENTES SEGMENTOS CORPORALES 3. BAILE TIEMPO 30 MIN			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. LANZAMIENTOS DE UN OBJETO A DIFERENTES DISTANCIAS POR MEDIO DE EJERCICIOS UTILIZANDO LA PELOTA. 2. EJECUTAR LANZAMIENTO CON MANO DERECHA Y MANO IZQUIERDA. 3.GOLPEAR LA PELOTA CONTRA LA PARED A DIFERENTES DITANCIAS 4.EJECUTAR GOLPES CONTRA EL PISO CON DESPLAZAMIENTO 5.REALIZAR CIRCUITO DE BAJA COMPLEJIDAD PARA FORTALECER LA AGILIFAD TIEMPO 60 MIN			
RETO : ACTIVIDADES EL ESTUDIANTE UBICARA UN PUNTO A Y UN PUNTO B A UNA DISTANCIA DE DOS METROS, DEBERA COLOCAR 5 BOLAS DE PAPEL EN EL PUNTO A. EL OBJETIVO ES LLEVAR TODAS LAS BOLAS DE PAPEL UNA POR UNA DESDE EL PUNTO A AL PUNTO B. SE CONTABILIZARA QUIEN LO HAGA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE. TIEMPO 15 MIN			
FASE FINAL : ACTIVIDADES RETROALIMENTACION Y ESTIRAMIENTO FINAL. TIEMPO 15 MIN			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. DELIA ZAPATA OLIVELLA			Nombre Instructor: VIVIANA GARZON MARTINEZ	
2. Fecha:	2021-06-17	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 26	9. N° de Semana: 16	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1033105632	Gabriela parra			Asistio
1019060504	SHARITH NICOL HERRERA			Asistio
1235241088	VICTORIA ISABELLA MORENO			Asistio
1031820628	MARTIN ESTEBAN MORALES			Asistio
1019068403	DANIEL ESTIVEN ROMERO			Asistio
1103758479	LUIS FELIPE CONTRERAS			Asistio
1028945245	SAMUEL SANTIAGO GUTIERREZ			Asistio
1031817719	MARIA PAULA TORRES			Asistio
1019062023	VALERY JULIANA MENDEZ			Asistio
1085098931	NAIRETH LILIANA LOPEZ			Asistio
1028401698	ANDRES MATEO MORENO			Asistio
1013008415	NINA DANIELA GIL			Asistio
1019064421	SEBASTIAN CAMILO BORDA			Asistio
11019548133	SARA ISABEL GARCIA			Asistio