

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:	2021-06-08	4. HORA:	Martes,07:00:00,09:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Suba	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Reconoce los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.			
COGNITIVA : Identifica los valores, competencias y destrezas.			
PSICOSOCIAL : Reconoce la importancia del valor de la amistad en las relaciones con el otro.			
LUDICA : Reconoce y ejecuta danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.			
TEMA : Desarrollo de hbailidades físicas básicas			
SUBTEMAS : coordinación general			
IMPLEMENTACION : tablet, computador o celular, zapatos, toalla, palo de escoba			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES vamos a conseguir 3 zapatos para divertirnos !! Vas a formar un triángulo con 3 zapatos que tengan en casa, nos ubicaremos en el centro y luego haremos recorridos por cada uno de ellos dando saltos a pies juntos de izquierda a derecha y luego de arriba hacia abajo 1 minuto dos veces.despues de esto vas a Tocar el zapato 1 con la mano derecha y dar una vuelta alrededor de todos, después vas tocar el zapato 2 con la mano derecha y dar una vuelta alrededor de todos, luego tocas el zapato 3 con la mano derecha y darás una vuelta alrededor de todos. por un minuto 2 veces. (ahora haces lo mismo pero con la mano izquierda) Vas a colocar las manos y los pies en el suelo (como ranitas) y pasar haciendo saltos de ranita por en medio de todos los zapatos, en diferentes direcciones por un minuto dos veces. Listo!, para finalizar vas a realizar el reto. En el cual te debes tapar el ojo izquierdo y levantar la pierna derecha, para luego dar saltos con tu otra pierna por encima de cada uno de los zapatos, luego haces lo mismo pero con el pie izquierdo. TIEMPO 30 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Listo para moverte de forma segura en tu casa? Con ayuda de una pelota que rebote y 5 tapas de gaseosa metálicas , vas a realizar las siguientes actividades: ¡Ojo SI SE TE CAE UNA TAPA DEBES EMPEZAR DE NUEVO! Hasta que armes una torre de 5 tapas, (SI PUEDES COLOCA MAS TAPAS). Lanzas la pelota al aire, lo dejas rebotar 1 vez y lo atrapas con las dos manos. Si logras esto entonces rápidamente vas hasta donde están las tapas y colocas una encima de la otra tapa, hasta que armes una torre . Esto lo haces 3 veces. Lanzas la pelota al aire y antes de que rebote en el piso, deberás aplaudir la mayor cantidad de veces que puedas. Si logras esto entonces rápidamente vas hasta donde están las tapas y colocas una encima de la otra tapa, hasta que armes una torre . Esto lo haces 3 veces TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Lanzaras la pelota hacia arriba y realizaras un giro, esto lo realizaras la mayor cantidad de veces siempre y cuando aciertes. TIEMPO 20 MINUTOS			

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Te invito a correr muy veloz. Ubica 5 vasos plásticos boca abajo y dentro de cada uno metes 1 frijol crudo. Los vasos estarán en línea a una distancia de 30 cm cada uno entre ellos. Cuando alguien de tu familia te indique arrancar.... Iras al 1° vaso y arrastrándolo sin levantarlo con una mano, debes traer el frijol junto con el vaso. Esto se hace con todos los vasos . Realiza este ejercicio 3 veces. descansas 30 segundos entre cada vez.

TIEMPO

Reporte Sesión de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. DELIA ZAPATA OLIVELLA			Nombre Instructor: VIVIANA GARZON MARTINEZ	
2. Fecha:	2021-06-08	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Martes,07:00:00,09:00:00	6. N° de Sesion: 24	9. N° de Semana: 12	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141115789	YHOJAN ESTEBAN GUAYACAN			Asistio
1019060504	SHARITH NICOL HERRERA			Asistio
1031820554	EMILY KATERIN OCAMPO			Asistio
1020762899	MARIA FERNANDA PEREZ			Asistio
1014871335	MARIANA PRIETO			Asistio
1019068403	DANIEL ESTIVEN ROMERO			Asistio
1019063603	MARIA JOSE BUITRAGO			Asistio
1015428227	SARA MARIANA CARDENAS			Asistio
1031820628	MARTIN ESTEBAN MORALES			Asistio
1033105632	Gabriela parra			Asistio
1028943195	DAVID SANTIAGO VARGAS			Asistio