PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO SAN CARLOS (IED) (SAN CARLOS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**FREDY JIMENEZ MARTINEZ**
3. FECHA:	2021-06-01	4. HORA:	Martes,12:45:00,14:45:00
5. CENTRO INTERÉS:	KARATE	6. Nº DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	2 ,3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos en mi práctica deportiva.

COGNITIVA :
Analizo y ejecuto combinaciones de diferentes movimientos técnicos en la realización de la práctica deportiva.

PSICOSOCIAL :
Construyo espacios de reconocimiento, fortaleciendo el desarrollo común por medio de la práctica deportiva

LUDICA :
Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés.

TEMA :
Generalidades sobre el Programa JEC y sobre el Karate Do. Normas a seguir en las sesiones de clase, apropiación de derechos

SUBTEMAS :
Historia del Karate Do

IMPLEMENTACION :
Balón, tapete, palo de escoba

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Presentación, socialización de objetivos, movilidad articular, calentamiento

TIEMPO
40 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Coordinación con balón, coordinación con bastón, práctica de puño (tsuki), posición adelantada (zenkutsu dachi)

TIEMPO
60 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Repeticiones de lanzamientos y atrapadas de balón realizando aplausos mientras el balón está en el aire

TIEMPO
10 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma, estiramiento, retroalimentación, meditación, despedida protocolaria

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SAN CARLOS			Nombre Instructor: FREDY JIMENEZ MARTINEZ	
2. Fecha:	2021-06-01	5. Centro de Interes KARATE	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Martes,12:45:00,14:45:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	KARATE 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1110117710	YERIK JOEL RODRIGUEZ	Asistio
1033753510	KAREN NATALIA DIAZ	Asistio
1027531347	KEVIN ANDRES PAEZ	Asistio
1027531452	MARIA CAMILA RIVERA	Asistio
1028800592	ASHLEY VALERIA VARGAS	Asistio
1033748867	SEBASTIAN CAMILO GALVEZ	Asistio
1033754935	STIVEN DAVID VILLABONA	Asistio
1127657154	KEVIN SANTIAGO SIERRA	Asistio
1022979221	JULIETH SAMANTHA MARQUIN	Asistio
1033754091	ANA MARIA PIÑEROS	Asistio
1147488040	SOFIA SUA	Asistio