PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO SANTA BARBARA (IED) (SANTA BARBARA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CATHERINE ASTRID MORENO BUITRAGO**
3. FECHA:	2021-07-22	4. HORA:	Jueves,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	3	9. CICLO:	1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Vivencia múltiple formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.

COGNITIVA :
Vivencia las secuencias de acciones como es la coordinación gruesa y fina en la búsqueda de manejar adecuadamente sus segmentos corporales

PSICOSOCIAL :
Identifica habilidades sociales y relaciones interpersonales satisfactorias con base en la amistad y el respeto por la diversidad, diferencia y la dignidad humana.

LUDICA :
Manifiesta interés por establecer relaciones de empatía y convivencia favorables para el desarrollo del centro de interés

TEMA :
EXPLORO EL RITMO • EXPLORO LA MUSICALIDAD

SUBTEMAS :
Desempeños - Reconozco mis movimientos básicos como "Tiempo natural" ejemplo: ritmo al caminar - Traslado mi cuerpo marchando en una dirección específica (Marcha) - Realizo Palmeos, variando en diferentes "tiempos musicales". - Estudio e Identifico "Instrumentos musicales" para comprender mejor el ritmo. - utilizo instrumentos musicales caseros y/o no caseros - Conozco los tiempos musicales y su importancia como principio básico de la música y el baile. - Participo y aporto en una Composición stomp - Escucho Rondas infantiles

IMPLEMENTACION :
VIDEOS Y CANCIONES COMPARTIDAS POR LA FORMADORA 2. CINTA ROJA Y VERDE 3. DISFRAZ CON ELEMENTOS RECICLABLES DE UNA PROFESION 4. ROPA COMODA 5. HIDRATACION 6. ESPACIO AMPLIO Y SEGURO

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1: Recuerda realizar siempre al inicio de una actividad física los ejercicios de movilidad articular como los de la clase pasada realizando 10 movimientos por cada parte del cuerpo iniciando por el cuello y finalizando en los tobillos Actividad 2: Observa y realiza el baile “Cuantos Dedos”. Puedes crear tus propios pasos. Enséñale el baile aun familiar.

TIEMPO
30 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Realizando 3 series de 20 repeticiones de saltos de estrellita en el puesto. Actividad 2: Observa el video “Ejercicio rítmico coordinación corporal” y realiza los movimientos como te indiquen, recuerda tener en tu mano derecha una cinta de color rojo y en la izquierda una verde

TIEMPO
40 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Escoge una profesión, luego busca en tu casa material reciclable con el que puedas disfrazarte. Debes pensar, hablar y actuar como la persona elegida. Piensa en que derecho tiene o nos brinda esa profesión.

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Recuerda realizar 10 ejercicios de estiramiento durante 15 a 20 segundos por cada parte del cuerpo como en las clases anteriores, ten en cuentas las partes del cuerpo que más trabajamos el día de hoy.

TIEMPO
20 minutos