PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO GARCIA (IED) (ANTONIO GARCIA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Sandra Yulieth Quintero León**
3. FECHA:	2021-06-17	4. HORA:	Jueves,08:00:00,09:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	3	9. CICLO:	2 ,3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Fortalecer su resistencia física y la agilidad

COGNITIVA :
Reconoce la importancia de los ejercicios de resistencia para su vida

PSICOSOCIAL :
Entiende y aplica los diferentes derechos humanos en su vida

LUDICA :
Comprenden la importancia del juego como forma de desarrollo personal

TEMA :
Resistencia,Coordinación especial, Derechos humanos

SUBTEMAS :
Resistencia, Agilidad

IMPLEMENTACION :
4 zapatos, una botella plástica que se pueda aplastar, pimpones, vasos plásticos, un palo de escoba y 10 ganchos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1) Se realizará movilidad articular de todos los segmentos corporales. 2) Se realizará acondicionamiento físico mediante: skipping suave en el puesto bajo, medio y alto. Después de un lugar a otro, después caminando de un punto a otro, después tocando un objeto de lado a lado.

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1) Se empezará a jugar con nuestros diez ganchos diferentes actividades como: colgar en nuestro palo de escoba, colgandolos por todo el cuerpo, paseando los ganchos, armando la torre, etc. 2) Después con nuestros vasos plásticos acostados, apoyados en una pared empezaremos a encholar nuestro pimpones en ellos con ayuda de nuestra botella, soplando. 3) Ahora se combinaran el primero y segundo ejercicio donde deberemos ir llevando con ayuda de nuestros ganchos, nuestros pimpones hasta donde esta la botella para así poderlas encholar con nuestra botella. 4) se jugarán diversos ejercicios de habilidad mental.

TIEMPO
40 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Ahora armaras un recorrido que deberá seguir tus pimpones con los ganchos se recorrerá con ayuda de la botella y el final debe ser nuestro vaso donde se va encholar nuestro o nuestros pimpones.

TIEMPO
10 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Se realizará estiramiento de todos los segmentos corporales, después se realizara una breve actividad sobre cómo fortalecer los derechos humanos entre nuestra familia

TIEMPO
20 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO GARCIA			Nombre Instructor: Sandra Yulieth Quintero León	
2. Fecha:	2021-06-17	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Jueves,08:00:00,09:30:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	PATINAJE 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023391339	CESAR DAVID ARCILA	Asistio
1023393122	SHERITH TATIANA CANTE	Asistio
1073238704	MARIA CAMILA FARIETA	Asistio
1117265904	MARIA FERNANDA MENDOZA	Asistio
1106893561	KAREN DANIELA OLIVEROS	Asistio
1029286338	CRISTOPHER ORDOÑEZ	Asistio
1013132632	IVONNE FABIANA PEREZ	Asistio
1031140683	JUDITH TATIANA PINZON	Asistio
1028495168	MIGUEL ANGEL QUICENO	Asistio
1022984712	JUAN SEBASTIAN RIAÑO	Asistio
1013638533	DEIVID ANDRES RODRIGUEZ	Asistio
1120570392	SANTIAGO VIRGUEZ	Asistio
1031129407	ANDRES FELIPE PAIPA	Asistio
1010761816	LAURA KAMILA VELASCO	Asistio
1034402175	MARIA ALEJANDRA ZAPATA	Asistio
1023383837	JUAN ESTEBAN ORTIZ	Asistio
1011104250	JAVIER SNEIDER SOTO	Asistio