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,15:00:00,16:30:00
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
30 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 asi poderlas encholar con nuestra botella. 4) se jugarán diversos ejercicios de habilidad mental.

TIEMPO
30 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 como 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,15:00:00,16:30:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	PATINAJE 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023391953	EMILY ALDANA	Asistio
1033748681	MARIA PAULA AREVALO	Asistio
1034665243	JOSUE BUITRAGO	Asistio
1029060448	JOHAN ALEJANDRO ESPINOSA	Asistio
1027531200	KAREN SOFIA GELVIZ	Asistio
1056778617	BRAYAN LOPEZ	Asistio
1023386335	NICOL DANIELA QUIROGA	Asistio
1030623101	LUIS ALEJANDRO ROJAS	Asistio
1019764620	DIEGO ALEJANDRO URREGO	Asistio
1023387108	MELANY JULIETTE VARGAS	Asistio
1014672660	JULIAN SANTIAGO GOMEZ	Asistio
1033753914	EDISON NICOLAS MONTAÑEZ	Asistio
1033738042	ROSA DANIELA MENDEZ	Asistio
1021681205	BRIGITH QUEVEDO	Asistio
1033739074	CRISTIAN CAMILO CASTAÑEDA	Asistio