PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Louise Michelle Estepa Molina**
3. FECHA:	2021-08-13	4. HORA:	Viernes,07:00:00,09:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	3	9. CICLO:	1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Desarrollo ejercicios de control corporal que me ayuden a ajustar el balance de mi cuerpo mediante actividades de relajación.

COGNITIVA :
Respetaran las normas, expresando y utilizando su cuerpo como un eje de comunicación y enseñanza.

PSICOSOCIAL :
Coopero y muestro solidaridad con mis compañeros trabajando constructivamente en equipo. Reconozco en que tipo de sistemas me desarrollo

LUDICA :
Construyo desde el juego escenarios que fortalecen mi aprendizaje.

TEMA :
CAPACIDADES CORDINATIVAS BASICAS

SUBTEMAS :
ORIENTACIÒN

IMPLEMENTACION :
Globo, olla o caneca, pelotas echas de papel o medias, diferentes elementos que tengas en la casa, cinta, cordones, zapatos, medias o cualquier elemento que puedas adaptar en casa.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Se inicia con movilidad articular de formar céfalo caudal, se realiza calentamiento con saltos en x y squiping. Se realiza juego en parejas, se hubican en parejas, uno con los ojos vendados y el otro debera ubicarlo al final de la carrera dandole indicaciones de voz, luegos solo con aplausos, la primera pareja ne llegar gana.

TIEMPO
30

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
ORIENTACION: 1 podemos una cobija o almohadas en el piso y 4 peloticas echas de papel periódico o medias a un laso de las almohadas, luego rodamos en el piso llevando las pelotas de un lado a otro, primero con una mano y luego con la otra 2…. Necesitaremos una olla o caneca, un globo, y diferentes elementos que tengamos en casa, debemos lanzar el globo y mantenerlo en el aire mientras vamos guardando los elementos en la caneca y luego sacarlos. 3 . Ponemos medias en el piso y puntos de papel o cinta en diferente orden, la idea es hacer una pista y en donde están las pedias poner los pies y en donde están los puntos poner las manos, así pasar la pista con diferentes variaciones como con un pie y unas manos con los pies y una mano, etc. 3. Los niños deberán escoger algún elemento, y vendarse los ojos si está acompañado, el acompañante deberá indicarle hacia donde se debe mover para poder encontrarlo, si se encuentra solo deberá dar 3 vueltas para luego empezar a buscar el elemento. 4….NECESITAMOS UN GLOBO Y UN VASO: Lanzar el globo y sin dejarlo caer, desplazamos el vaso hacia adelante, atrás, izquierda, derecha. Variante: en el primer nivel se lanza el globo y se atrapa para desplazar el vaso, en el segundo nivel no se atrapa el globo antes de mover el vaso (hay que mantenerlo en el aire). 5. Realizar un cuadrado con cinta o cordones, y dejamos un vaso al lado derecho y otro al lado izquierdo por fuera del cuadrado, nos paramos en el centro del cuadrado lanzamos el globo y tocamos el vaso, al llegar de nuevo al centro atrapamos el globo, y así el mismo procedimiento hacia los dos lados y hacia adelante y atrás; La variantes será que el globo se deberá mantener en el aire sin atraparlo.

TIEMPO
50

RETO :
ACTIVIDADES
Con diferentes elementos formamos un circulo y con los ojos vendados nos hacemos en el centro, la idea es lograr llevar al centro todos los elementos que se encuentran en el círculo y luego volverlo a llevar al círculo; Luego con diferentes pares de zapatos o medias se ponen en desorden nos paramos en la mitad del circulo y debemos memorizarlos, para taparnos los ojos e intentar armar los pares.

TIEMPO
20

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Se realiza vuelta a la calma por medio de estiramiento empezando por el tren inferiror hasta el tren superior.

TIEMPO
10

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: Louise Michelle Estepa Molina	
2. Fecha:	2021-08-13	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Viernes,07:00:00,09:00:00	6. Nº de Sesion: 24	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1206217517	EDWIN ALEJANDRO ARDILA	Asistio
1033786922	CRISTIAN ANDRES ARIAS	Asistio
1023402883	DYLAN ANDREY BELTRAN	Asistio
1033787665	YARELY YURENI BOLAÑOS	Asistio
1033770409	DANNA VALENTINA CAMACHO	Asistio
1023401301	DILAN SMITH GALEANO	Asistio
1010223503	JHON ZLEYDER GIRAL	Asistio
1033779996	SHAIRA SOFIA PATIÑO	Asistio
1028790073	MIGUEL ANGEL QUINTERO	Asistio
1029290830	LORELAY SAMARA VILLAREAL	Asistio
1027535052	EILEEN DANIELA ROMERO	Asistio
1023401283	NICOLAY ANDRES RUEDA	Asistio
1029288535	MAIRA SOFIA VANEGAS	Asistio
1023167113	WILSON DAYAN ZAMBRANO	Asistio
37664636973	ELIEZER GABRIEL BAEZA	Asistio
78658885	SEBASTIAN ENRIQUE BRAVO	Asistio
73500721	NEIGER DAVID GONZALES	Asistio
37664631043	WILLIANYS ALESKA MONSALVE	Asistio
1140927642	ANEL LUCIANA PULIDO	Asistio
1029292208	DAMIAN ANDREY RAMIREZ	Asistio
1011231805	NICOLAS RODRIGUEZ	Asistio
123022936	YEIKER JOSE RONDON	Asistio
1029292018	NELLY VALENTINA ROMERO	Asistio
1023399384	SHAIRA TALIA VALDES	Asistio