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,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	3	9. CICLO:	0 ,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,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 24	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1220219675	JUAN CAMILO BENAVIDES	Asistio
1029292697	CAROL NICOL CASTAÑEDA	Asistio
1077089660	ELIETH MANUELA CHUNZA	Asistio
1025074752	ZULLY KATHERINE DIAZ	Asistio
1029292944	JULIAN CAMILO GARCES	Asistio
37665012882	ZOE VALENTINA GARCIA	Asistio
1033795454	LUIS ANGEL MARTINEZ	Asistio
1025555443	ANGELA SALOME GALLEGO	Asistio
1021400674	JEFERSON DANIEL PIÑEROS	Asistio
1024573127	DILAN CAMILO RAYO	Asistio
1029231523	MELANY VANEGAS	Asistio
1029291212	NIKOL ESTHEFANY ZORRO	Asistio
1029293773	EIMY NATALIA MELO	Asistio
1011234613	EMMANUEL MENDEZ	Asistio
1033792186	SAMIRTH SNEYDER PINEDA	Asistio
1013670299	DYLAN ESTIVEN RICARDO	Asistio
N37665010519	SANTIAGO DAVID URRIBARRI	No asistio
1029293523	MIGUEL ANGEL VANEGAS	Asistio
1025555525	SEBASTIAN ZARANTE	Asistio