**PLAN DE CLASE**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO LICEO FEMENINO MERCEDES NARIÑO (IED) (MERCEDES NARIÑO) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **MAGDA MOYANO PLAZAS** |
| 3. FECHA: | 2021-08-25 | 4. HORA: | Miercoles,11:30:00,13:30:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | PATINAJE | 6. Nº DE SESIÓN: | 17 |
| 7. LOCALIDAD: | Rafael Uribe Uribe | 8. Nº DE SEMANA: | 11 |
| 8. ZONA: | 4 | 9. CICLO: | 2 ,3 ,4 |

**DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO**

**MOTRÍZ :**
Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.

**COGNITIVA :**
Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.

**PSICOSOCIAL :**
sentido de pertenencia y cuidado del entorno

**LUDICA :**
Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés.

**TEMA :**
Combinar las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

**SUBTEMAS :**
Explorar la capacidad de desplazarse a mayor velocidad.

**IMPLEMENTACION :**
Espacio asignado por la IED para la practica deportiva, elementos personales especificos para la practica del deporte

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
Bienvenida a la sesion, indicaciones iniciales para continuar con buenas practicas, introduccion a tema psicosocial y tecnico, calentamiento

TIEMPO
30

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
REALIZAR CALENTAMIENTO HACIA ADELANTE DERECHA LUEGO IZQUIERDA 5 MIN CADA LADO REALIZAR DESPLAZAMIENTOS HACIA ADELANTE Y ATRÁS A DIFERENTES VELOCIDADES, ESTABLECIENDO NIVELES DENTRO DEL GRUPO Y LOGROS A TRABAJAR A NIVEL GENERAL JUEGO . EL QUE ESCOJAN 10 MIN

TIEMPO
60

**RETO :**
ACTIVIDADES
De acuerdo a las actividades realizadas aumentar su grado de dificultad con propuestas directas de las participantes

TIEMPO
5

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma estiramiento retroalimentacion, autoevaluacion sugerencias

TIEMPO
25