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:	2021-08-18	4. HORA:	Miercoles,11:30:00,13:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. Nº DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	10
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