PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO SAN CARLOS (IED) (JOSE ANTONIO RICAURTE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OMAR ESNEYGUER MORENO DUQUE**
3. FECHA:	2021-08-12	4. HORA:	Jueves,12:15:00,14:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	31
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	15
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Facilita que los niños adquieran una cantidad de habilidades motoras, mediante el progreso de movimientos simples y desorganizados para alcanzar las habilidades motoras organizadas y complejas. En función de la formación integral de los estudiantes de las diferentes instituciones educativas.

COGNITIVA :
Estimula las capacidades del cerebro como la memoria, la percepción, la representación y la capacidad auditiva de cada uno de los niños, para que se concentren en sus clases y mejoren su desempeño académico, ejecuten sus tareas y aprovechen al máximo los procesos de enseñanza-aprendizaje que lleva la institución

PSICOSOCIAL :
Fortalece sus lazos de amistad con responsabilidad ya que las interacciones masivas están sesgadas por la contingencia de salud, abordando un valor como eje principal a tratar en clase

LUDICA :
Favorece a los niños mediante actividades lúdicas, ayudando al crecimiento de su autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad. El juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, y lo utilizamos como herramienta educativa.

TEMA :
Habilidades coordinativas

SUBTEMAS :
Reconozco mis emociones a través del movimiento corporal por medio del juego. ? Exploro mis habilidades físicas por medio del juego y la lúdica. ? Realizo un manejo adecuado de los conceptos de ubicación espacial, contribuyendo al proceso de orientación. ? Identifico mis capacidades físicas por medio del movimiento

IMPLEMENTACION :
1 globo, 5 rollitos de medias, conos, obstáculos que se tengan en el hogar (tarros, cojines etc.), una caneca, cesta o caja, botellas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Ubicaras una hoja reciclable en el piso. Ahora inicia sobre la hoja siendo esta el cielo, Pídele a un familiar que diga cielo o tierra. cuando diga cielo debes saltar sobre la hoja, cuando diga tierra debemos saltar al frente fuera de la hoja. Vas a intentar no equivocarte. Ten en cuenta que si dicen cielo y estas sobre la hoja debes quedarte quieto.

TIEMPO
20 MINUTOS

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Vas a mantener elevado el globo con golpes suaves con tu mano derecha y luego tu mano izquierda mientras te desplazas hacia el frente, para atrás, de forma lateral, el objetivo es que no dejes caer el globo y mantengas un golpe coordinado, más un control del elemento. Vas a realizar 10 golpes con cada mano haciendo tus desplazamientos ya explicados anteriormente. 2. Lanzaremos los rollitos de medias con cada pie a derribar todos los conos lo repetiremos 10 veces con cada pierna y haremos 2 series. 3. Coloca la bomba desinflada sobre la cabeza y desplázate sin que se caiga, durante 1 min ida y vuelta. 4. Ubícate con un compañero o, invita a uno de tus familiares a realizar 10 pases continuos lanzando la bomba de frente con las dos manos y luego con mano derecha y luego izquierda. Realiza: 3 repeticiones de cada ejercicio Se intentará que se acompañe con un familiar o cuidador respectivo para que con él, aprenda y sepa su función propia en el hogar y en la casa donde vive.

TIEMPO
50 MINUTOS

RETO :
ACTIVIDADES
Nuestro reto del día consiste en ubicarse espalda con espalda con un familiar y en medio ubicaran una media y sin cogerla deben llevarla al otro punto, luego entre los dos ubicaran otra bolita en la frente y la llevaran a otro punto, al llevar las 5 bolitas de esta manera al siguiente punto habrán completado el reto.

TIEMPO
20 MINUTOS

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Respira lentamente caminando en círculos alternando punta de pies y talones Cada miembro de la familia realizará un estiramiento de alguna parte del cuerpo Cada estiramiento se realizará por 20 segundos Si estas solo realizarás mínimo 10 estiramientos en todo el cuerpo, (recuerda que lo que has en una pierna o en un brazo, debes hacer de la misma manera con el otro brazo o la otra pierna).

TIEMPO
10 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE ANTONIO RICAURTE			Nombre Instructor: OMAR ESNEYGUER MORENO DUQUE	
2. Fecha:	2021-08-12	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,12:15:00,14:15:00	6. Nº de Sesion: 31	9. Nº de Semana: 15	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553966	SAMUEL ALEJANDRO MELO	Asistio
1031164061	JUAN JOSE VASQUEZ	Asistio
1033780641	DANNA SOFIA CAMARGO	Asistio
1033784176	NAIARA ISABELLA ENCISO	Asistio
1034668307	STHEPHANIE LIZETH FERRER	Asistio
N37664557453	ELIANNYS ALEXANDRA ARTEAGA	Asistio
1206218162	DILAN STIVEN ALVAREZ	Asistio