PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (LAUREANO GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**NATALY ROCIO PRADA MOYANO**
3. FECHA:	2021-08-11	4. HORA:	Miercoles,14:00:00,15:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONMANO	6. Nº DE SESIÓN:	18
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	0 ,1 ,2

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Interiorizo diferentes tipos de movimiento y los aplico en diferentes velocidades, direcciones y zonas.

COGNITIVA :
Conozco que funciones realiza mi cuerpo cuando realizo una actividad física.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono junto a mi familia sobre ciudadanía y género y las acciones que más predominen en el hogar con relacion a estos temas.

LUDICA :
Apropio los juegos y actividades propuestas en clase, colectivas e individuales

TEMA :
Identifica las destrezas motoras básicas de locomoción por medio de ejercicios simples

SUBTEMAS :
ESQUEMA CORPORAL - ESTRUCTURACION ESPACIO/TEMPORAL - AJUSTE POSTURAL - PATRONES DE MANIPULACION - COORDINACION - VELOCIDAD

IMPLEMENTACION :
1 BOMBA - 10 VASOS DESECHABLES - 2 PELOTAS MEDIANAS QUE REBOTEN.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1. BIENVENIDA AL C.I BALONMANO: Presentación del C.I. y la Formadora, recalcar aspectos importantes dentro del desarrollo en la virtualidad bajo los cuales se van a desarrollar las sesiones en cuanto a la forma de desarrollar los ejercicios u actividades, aspectos como el horario, el vestuario indicado, la forma de participar, el manejo de la hidratación durante la misma y del lenguaje. Por otro lado se dará a conocer el objetivo de la clase. 3. LLAMADO A LISTA 4. MOVILIDAD ARTICULAR: construcción de una secuencia de movimientos articulares por parte de algunos niños de la clase que los demás deben repetir en el orden dado. 5. VIDEO ALUSIVO AL BALONMANO EN LOS OLIMPICOS TOKIO 2020.

TIEMPO
15 MINUTOS

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. Desplazarse de un punto a otro con una bomba apretada entre las piernas mientras rebota las 2 pelotas alterna o simultáneamente. (desplazamientos hacia adelante, hacia atrás, lateral) 2. Rebotar las 2 pelotas alterna o simultáneamente mientras golpean la bomba con la cabeza, los hombros y piernas sin dejarla caer. 3. Rebotar con una mano la pelota mientras la otra mano golpea la bomba cruzando por en zig zag abierto sin dejar caer la bomba ni perder el control de la pelota. (cambio de mano) 4. Llevar rodando por el suelo la pelota por el zig zag mientras golpea la bomba con la mano libre. (cambio de mano)

TIEMPO
50 MINUTOS

RETO :
ACTIVIDADES
Desplazarse golpeando la bomba con las pelotas agarradas con las manos intercalando los golpes de las pelotas.

TIEMPO
5 MINUTOS

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
RETROALIMENTACION de las actividades de la clase desde la experiencia de cada niño durante la sesión de clase, mientras realizamos algunos ejercicios de estiramiento manteniéndolos durante 20 segundos de la cabeza a los pies. Realizamos la COEVALUACION con cada niño teniendo en cuenta los aspectos determinantes de la clase.

TIEMPO
20 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: NATALY ROCIO PRADA MOYANO	
2. Fecha:	2021-08-11	5. Centro de Interes BALONMANO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,14:00:00,15:30:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	BALONMANO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025327229	LAURA SOFIA SERRATO	Asistio
1019608565	ANDRES FELIPE OSPINA	Asistio
1013144089	MARTIN DAVID CASTILLO	Asistio
1028843893	ELIZABETH RODRIGUEZ	Asistio
1028951003	HANNA ISABELA CAMARGO	Asistio
1034305871	KAROL VALERIA RAMIREZ	Asistio
1025548714	ANDRES FELIPE VEGA	Asistio