PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CEDID SAN PABLO (IED) (SAN PABLO BOSA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OMAR HERNANDO PITA RIOJA**
3. FECHA:	2021-08-26	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. Nº DE SESIÓN:	103
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	2 ,3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Perfecciono las posturas corporales propias de las técnicas de movimiento en el desarrollo de las actividades

COGNITIVA :
Exploro habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar mi punto de vista cuando tomo decisiones

PSICOSOCIAL :
Exploro formas expresivas para comunicar mis emociones (a nivel familiar) en situaciones de juego y actividad física

LUDICA :
Realizo y combino las diferentes capacidades físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales

TEMA :
Manejo equilibrio y propiocepción corporal de acuerdo con las actividades que realiza

SUBTEMAS :
Realizo desplazamientos en diferentes estilos de posición y con cambios de velocidad.

IMPLEMENTACION :
Patines, protecciones, hidratación, ropa deportiva, un laso, gorra, bloqueador.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo del grupo, dar a conocer el rol de la clase y sus reglas, inicio de movimiento articular iniciando de cabeza a pies.

TIEMPO
15 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Mostrar un video sobre valores, Realizar trabajos de reacción con y sin patines con tiempo y distancias, trabajos de habilidad con cambios de velocidad y postura, trabajos de abdominales y lumbares, trabajos de planchas series de 50 por ejercicio.

TIEMPO
1:15 hora

RETO :
ACTIVIDADES
Realizar lanzamientos con un balón a tumbar unos conos a diferentes distancias en el menor tiempo posible.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Retroalimentación de las actividades realizadas y estiramiento con vuelta a la calma

TIEMPO
15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SAN PABLO BOSA			Nombre Instructor: OMAR HERNANDO PITA RIOJA	
2. Fecha:	2021-08-26	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 103	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	PATINAJE 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1141116175	SANTIAGO ARIZA	No asistio
1141318722	YULIAN SANTIAGO DIAZ	No asistio
1082932167	JOAN STEVEN GALINDO	Asistio
1140916214	KAREN DAYANNA AGUIRRE	No asistio
1012353768	VALENTINA AMEZQUITA	No asistio
1012363061	JUAN CARLOS CANTOR	No asistio
1012368767	JUAN SEBASTIAN BERNAL	Asistio
1012364555	MICHAEL ANDRES CABALLERO	No asistio
1028883729	SEBASTIAN ANDREY ARENAS	No asistio
1026263671	JEAN PAUL CAMARGO	No asistio
1028841653	HEILLY MARIANA CORTES	No asistio
1012371484	STIVEN DAVID CUBILLOS	No asistio
1028840462	SANTIAGO DELAROSA	No asistio
1012369448	HAROL ESTIBEN FINO	No asistio
1012357367	MIGUEL ALEJANDRO GALVAN	No asistio
1115729046	KENDRY JULIETH GARCIA	No asistio
1019990712	JOHAN ALEXANDER DELGADO	Asistio
1012351380	DAILYN VALENTINA FORERO	Asistio
1012344461	NIDGGY VANESA GARCIA	No asistio
1114399922	ISABELLA OSPINA	No asistio
1028864392	ESTIVEN ANDRES GONZALEZ	No asistio
1012393888	NIKOL ANDREA SAENZ	No asistio
1028871351	laura alejandra castillo	Asistio
1012397307	NIKOLE SOFIA RUBIANO	Asistio
1146126537	DAFNE ISABELA MAYORGA	No asistio
1012389371	VALERIE DE AVILA	No asistio
1028840988	JUAN NICOLAS SUAREZ	No asistio
1031183192	MICHELL ANDREA BASILLO	Asistio