PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RURAL JOSE CELESTINO MUTIS (IED) (JOSE CELESTINO MUTIS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**ANGEL ARMANDO RAMOS PEREZ**
3. FECHA:	2021-08-30	4. HORA:	Lunes,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controlar de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.

COGNITIVA :
Explorar el juego como un momento especial en mi centro de interés.

PSICOSOCIAL :
Aplico las recomendaciones frente al respeto y cuidado de sí mismo en mis actividades cotidianas.

LUDICA :
Reflexionar acerca del valor de las actividades para la formación personal

TEMA :
experimenta las capacidades coordinativas y las conductas motrices de bases del cuerpo.

SUBTEMAS :
Realizo diferentes juegos que me permitan saltar diferentes obstáculos y superar diferentes retos físicos. Identifico diferentes movimientos caminando, trotando y corriendo a distintos ritmos Reconozco movimientos en diferentes direcciones a través de actividades de carrera

IMPLEMENTACION :
elementos en casa

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
• Ubica 6 bolas de papel en forma lineal dejando un espacio donde quepa tu pie entre los papeles, imita desplazamientos de animales en forma de slalon o zigzag de ida y regreso por 10 recorridos como pingüino, como caballo, como canguro, como gorila, como gusano, como guepardo y como águila. • Realiza conducción del balón por toda tu casa con cada una de las superficies del pie nombradas anteriormente 6 recorridos caminando, 6 recorridos trotando y 6 recorridos corriendo. • Canta tu canción favorita mientras caminas en el espacio que te permiten tus acudientes, al finalizar la canción cantala de nuevo pero hazlo trotando, al finalizar de cantar vuelve a entonar la canción pero hazlo corriendo. Cuando finalices de hacer cualquiera de las tres propuestas realiza el estiramiento que ves en las imágenes por 15 segundos cada

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Vamos a observar estos videos y luego responderas las preguntas de la semana No 4 https://youtu.be/4qViFGXkinA Dia 1 Vas a realizar la actividad con un familiar alrededor de tu entorno Necesitas un pimpón o similar (bolitas de papel periódico)y lo colocaremos en una cuchara, solo con nuestra mano derecha la tomaremos y nos vamos desplazar por la sala o espacio que tengas en tu casa en los que podamos caminar de forma segura, buscando que no se caiga en ningún momento el pimpón de la cuchara. Ahora realizaremos la misma actividad, pero utilizando solo nuestra mano izquierda, y realizando en forma intercalada con tu familiar y luego me cuentas con que mano se te hizo más difícil la actividad y también como le fue a tu familiar en la realización de la actividad . Bueno ahora se va a dificultar un poco el asunto: vamos a colocar la cuchara (limpia) en nuestra boca colocamos el pimpón en la cuchara y vamos a realizar el mismo recorrido por toda la casa con mucho cuidado y sin que se nos caiga el pimpón de la cuchara. Lo realizaremos 3 veces. Dia 2 Coloca un vaso plástico en tu cabeza sostenlo con una mano, y con la otra mano lanza el pimpón hacia arriba e intenta atraparlo con el vaso que esta sobre tu cabeza… el record está en 12 atrapadas seguidas sin que el pimpón se caiga, así que intenta superarlo e imponer un nuevo record… cada vez que lo logres recordarás un valor que consideres importante en el fútbol de salón para esta actividad vas a competir con un familiar al mismo tiempo.

TIEMPO
70 min

RETO :
ACTIVIDADES
control de cualquier actividad de la guia 1 min

TIEMPO
5 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento final tren inferior y tren superior. retroalimentación

TIEMPO
15 min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE CELESTINO MUTIS			Nombre Instructor: ANGEL ARMANDO RAMOS PEREZ	
2. Fecha:	2021-08-30	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Lunes,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021668716	VALENTINA ALBARRACIN	Asistio
1023373805	KAREN DANIELA HERNANDEZ	Asistio
1026270837	YOINNER STEVEN OCORO	Asistio
1024511797	JAZMIN VIVIANA ORREGO	Asistio
1033726345	LAURA VALENTINA PACHON	Asistio
1014867228	KAREN MANUELA RICO	Asistio
1033714962	EMELIN VALENTINA MUÑOZ	Asistio
1032878008	JAIVER ALEJANDRO ESPEJO	Asistio