PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2021-09-23	4. HORA:	Jueves,15:00:00,16:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	31
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	15
8. ZONA:	5	9. CICLO:	0 ,7

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizar actividades que desarrollen las capacidades coordinativas de caminar y correr.

COGNITIVA :
Conocer aspectos y partes fundamentales de nuestro cuerpo que contribuyen a la correcta ejecución de movimientos.

PSICOSOCIAL :
Aumentar la motivación de los niños a partir del aprendizaje autoconstructivo, siendo partícipes de sus derechos.

LUDICA :
Crear espacios lúdicos y recreativos como estrategia dinámica de aprendizaje.

TEMA :
Capacidades Coordinativas.

SUBTEMAS :
Control Corporal.

IMPLEMENTACION :
Material para colocar de referencia (medias,botellas, etc, papel y cinta.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
" Se realizara saludo y bienvenida a los niños. Se generara el llamado a lista. Se iniciara con movilidad articular ascendente: rotación de tobillos, movimiento de rodillas, círculos con la cadera, elevación de brazos, afirmación y negación. Para la actividad inicial informaremos que temática se va ejecutar y se desarrollara la siguiente actividad de calentamiento. Pegatinas en el cuerpo juego: le nombramos partes del cuerpo y el niño tiene que ir poniendo pegatinas donde corresponda; tanto en su propio cuerpo como en el de otra persona(un acompañante). Luego le pegamos nosotros las pegatinas en diferentes partes del cuerpo y ellos tienen que nombrarlas y quitárselas y para finalizar se debe pegar pegatinas en la cara y que tengan que localizarlas y quitárselas sin mirarse. "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Actividad imitando a los animales: nos desplazaremos en un espacio donde iniciaremos con trote suave, la docente ira dando unas instrucciones y nombrando animales, según el nombre del animal mencionado se desarrollaran los movimientos de cómo se desplaza el animal. Ejemplo cuando la docente diga rana realizaremos saltos como la rana, cuando diga mono saltaran como un mono, cuando diga caballito, galoparan como un caballo, él cangrejo, caminar hacia atrás, el delfín, caminar dando saltos, tortuga, caminar despacio. La siguiente actividad es sigamos al líder, estaremos en un espacio y debemos estar atento de los movimientos del líder, la formadora iniciara por el espacio desplazándose caminando , luego iniciara con la siguiente secuencia: pasos lentos/rápidos, carrera lenta/rápida. Carrera de espalda, carrera con rodillas levantadas, caminata de puntillas. La sombra: para esta actividad invitaremos a un familiar, uno de los miembros de cada pareja corre libremente por el espacio, realizando diferentes recorridos (línea recta, zig-zag, de espaldas etc. El compañero deberá imitar todos los recorridos y movimientos de su compañero, intentando no separarse de su lado. Luego pasara el otro participante a realizar la misma actividad. Realizaremos una secuencia de carrera; estableceremos tres distancias demarcadas con algún objeto e iremos caminando hasta la 1 distancia o referencia, a la segunda distancia iremos trotando y a la tercera distancia iremos corriendo. "

TIEMPO
45 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Para el reto deberán realizar una secuencia de 3 minutos en el 1 minuto deberá correr, el otro minuto lo camina y el otro minuto deberá correr nuevamente.

TIEMPO
10 MIN

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"Para la fase final realizaremos la retroalimentación acerca del derecho a la vida. Resaltando que el derecho a la vida significa tener la oportunidad de vivir nuestra propia vida. Para los niños el derecho a la vida es la oportunidad de vivir su infancia y poder crecer, desarrollarse y llegar a la edad adulta. El derecho a la vida se hace condición fundamental e indispensable para que pueda darse el disfrute de la libertad, la seguridad y el desarrollo pleno de la persona en un ambiente de garantías sociales. Luego se realizara un estiramiento dirigido por la formadora de tren inferior y superior. "

TIEMPO

15 MIN