**PLAN DE CLASE**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO LICEO FEMENINO MERCEDES NARIÑO (IED) (MERCEDES NARIÑO) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **MAGDA MOYANO PLAZAS** |
| 3. FECHA: | 2021-09-28 | 4. HORA: | Martes,10:00:00,12:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | PATINAJE | 6. Nº DE SESIÓN: | 34 |
| 7. LOCALIDAD: | Rafael Uribe Uribe | 8. Nº DE SEMANA: | 18 |
| 8. ZONA: | 4 | 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 :**
La familia y el adulto significativo para el niñ@ o adolescente

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

**TEMA :**
Desarrollo ejercicios para mejorar la resistencia.

**SUBTEMAS :**
Combino trabajos pliométricos que ayuden a fortalecer la resistencia.

**IMPLEMENTACION :**
Espacio y materiales disponibles en la casa

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
Bienvenida a la sesion, indicaciones iniciales para continuar con buenas practicas, introduccion a tema psicosocial y tecnico, calentamiento

TIEMPO
30

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
Actividades propuestas de acuerdo al tema y subtema, evaluacion de espacio y elementos disponibles Desarrollo de las actividades a realizar

TIEMPO
60

**RETO :**
ACTIVIDADES
De acuerdo a las actividades realizadas aumentar su grado de dificultad con propuestas directas de las participantes

TIEMPO
5

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma estiramiento retroalimentacion, autoevaluacion sugerencias

TIEMPO
25

**ASISTENCIA**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. MERCEDES NARIÑO | | | Nombre Instructor: MAGDA MOYANO PLAZAS | |
| 2. Fecha: | 2021-09-28 | 5. Centro de Interes PATINAJE | 8. Localidad: Rafael Uribe Uribe | |
| 3. Hora: | Martes,10:00:00,12:00:00 | 6. Nº de Sesion: 34 | 9. Nº de Semana: 18 | |
| 4. Grupo: | PATINAJE 4 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1021315477** | CATALINA DOMINGUEZ | Asistio |
| **1140923858** | ALLYSON BRIGITH BARRETO | Asistio |
| **1027532850** | gabriela coronel | Asistio |
| **1104704534** | mabel yulied silva | Asistio |
| **1012920944** | HELEN VALERIA DIAZ | Asistio |
| **1016720357** | anyela michelle carrero | Asistio |
| **1023930682** | LAURA VALENTINA ROJAS | Asistio |
| **1023397064** | MARIA ALEJANDRA ROJAS | Asistio |