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:	2021-09-23	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. Nº DE SESIÓN:	33
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	17
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:	2021-09-23	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 33	9. Nº de Semana: 17	
4. Grupo:	PATINAJE 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1012920944	HELEN VALERIA DIAZ	Asistio
1104704534	mabel yulied silva	Asistio
1023397064	MARIA ALEJANDRA ROJAS	Asistio
1140923858	ALLYSON BRIGITH BARRETO	Asistio
1021315477	CATALINA DOMINGUEZ	Asistio
1016720357	anyela michelle carrero	Asistio
1172463269	danna sofia quintana	Asistio