PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ENRIQUE OLAYA HERRERA (IED) (ENRIQUE OLAYA HERRERA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**WILLIAM ANDRES MACHADO SIACHOQUE**
3. FECHA:	2021-09-15	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	18
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	19
8. ZONA:	4	9. CICLO:	2 ,3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Vivencia múltiple formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.

COGNITIVA :
Explora diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.

PSICOSOCIAL :
Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través de comportamientos en su núcleo familiar.

LUDICA :
Vivencia la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.

TEMA :
Coordinación Básica Coordinación General

SUBTEMAS :
Caminar - Correr - Lanzar - Atrapar

IMPLEMENTACION :
Conos, Platillos, Bomba inflada.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
- Calentamiento segmentario con ayuda de movimientos Coordinados tanto en tren inferior como superior. - Llamado a lista - Objetivo educativo - Objetivo formativo - Objetivo desarrollo motriz - Calentamiento general - movilidad articular - movimientos atléticos dinámicos generales - Calentamiento segmentario con ayuda de movimientos Coordinados tanto en tren inferior como superior - Estiramientos.

TIEMPO
40min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Para este ejercicio realizaremos unas series de skiping, manejando diferentes velocidades, y luego terminaremos con un trabajo de saltos alternando pie derecho y pie izquierdo. Para este ejercicio necesitaremos de una bomba y realizaremos un trabajo de coordinación viso manual, realizaremos saltos en un pie golpeando la bomba, primero con mano derecha y luego con mano izquierda, las condiciones son siempre saltar en un pie y no permitir que la bomba caiga al suelo. Luego realizaremos movimientos laterales tomando como referencia dos tarros o dos zapatos separados a una distancia de 1 o 2 metros aproximadamente, el estudiante se ubica en el centro y deberá lanzar la bomba e ir en velocidad a una de las esquinas, tocar y regresar por la bomba evitando que esta caiga al suelo. El siguiente ejercicio será con las mismas referencias del ejercicio anterior pero ahora ubicados en una de las dos esquinas, el estudiante debe lanzar la bomba al aire y saltar en un pie de una esquina a otra sin que la bomba caiga al suelo.

TIEMPO
55min

RETO :
ACTIVIDADES
RESORTE: Para este ejercicio nuevamente utilizaremos nuestra bomba, el estudiante debe estar sentado, y lanzara la bomba hacia arriba posterior debe pararse lo mas rápido posible y coger la bomba, la condición para que el punto sea valido es coger la bomba estando completamente de pie.

TIEMPO
5min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Realizamos trabajos de respiración, como vuelta a la calma, estiramientos. Luego de esto se comenta sobre los objetivos de la clase y retroalimentación de la sesión.

TIEMPO
20min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ENRIQUE OLAYA HERRERA			Nombre Instructor: WILLIAM ANDRES MACHADO SIACHOQUE	
2. Fecha:	2021-09-15	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 19	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028402903	MATTHEW ALEJANDRO ALVARADO	Asistio
1021683319	LUNA SOFIA ALVAREZ	Asistio
1023917519	GABRIELA BOTELLO	Asistio
1016721497	JUAN SEBASTIAN CARDENAS	Asistio
1141116728	KEVIN ALEJANDRO CORREA	Asistio
1021683243	MIGUEL ANGEL CRUZ	Asistio
1023913802	ESTEBAN DAZA	No asistio
1016723377	SHARICK GIRALDO	Asistio
1028890777	PAULA DANIELA GOMEZ	Asistio
1027284762	SERGIO CAMILO GONZALEZ	Asistio
1021683649	LAURA SOFIA HURTADO	Asistio
1033750387	VALERY SOFIA MACHUCA	Asistio
1028787866	SAMUEL DAVID VILLAMIL	Asistio