PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO SAN CARLOS (IED) (JOSE ANTONIO RICAURTE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OMAR ESNEYGUER MORENO DUQUE**
3. FECHA:	2021-11-04	4. HORA:	Jueves,10:15:00,12:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	40
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	20
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controlo el movimiento en diferentes espacios al desplazarme, realizando secuencias de movimientos en diversas situaciones y contextos

COGNITIVA :
Controlo el movimiento en diferentes espacios al desplazarme, realizando secuencias de movimientos en diversas situaciones y contextos

PSICOSOCIAL :
Aplica sus capacidades de acuerdo a sus necesidades cognitivas y físicas

LUDICA :
El niño o la niña tiene buenas relaciones con niños y niñas, tiene habilidades para tramitar los conflictos que se presentan y es reconocido por su amistad, su cooperación y su comunicación asertiva

TEMA :
Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés

SUBTEMAS :
Reconozco diferentes elementos para generar una Posición básica adecuad

IMPLEMENTACION :
Un laso una colchoneta

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo del grupo, dar a conocer el rol de la clase y sus reglas, inicio de movimiento articular iniciando de cabeza a pies.

TIEMPO
15 MINUTOS

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Trabajos de trote con cambios de velocidad 15 min, trabajos de saltos realizando desplazamiento con diferentes cambios de posición series de 5 minutos 3 ciclos con 2 minutos de recuperación, trabajos de abdominales, lumbares y planchas 3 series diferentes de 45 repeticiones, trabajos de saltos en un aro o circulo 3 sesiones de 5 minutos.

TIEMPO
50 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Con un laso saltar en un minuto la mayor cantidad de saltos sin perder el que realice mas saltos gana.

TIEMPO
15 MINUTOS

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
retroalimentación de las actividades realizadas y estiramiento con vuelta a la calma.

TIEMPO
15 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE ANTONIO RICAURTE			Nombre Instructor: OMAR ESNEYGUER MORENO DUQUE	
2. Fecha:	2021-11-04	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,10:15:00,12:15:00	6. Nº de Sesion: 40	9. Nº de Semana: 20	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027534533	JOSEPH DAVID ACHURY	Asistio
1033768529	ANDRES CAMILO BARRIOS	Asistio
1025553531	JERONIMO BELTRAN	Asistio
1033780952	MIICHEL SARAY BERNAL	Asistio
1029150492	RICARDO ANDRES BOLAÑOS	No asistio
1034578681	ANGEL ZAMIR GALEANO	Asistio
1033782531	YESID STEVEN GALLO	Asistio
1033773360	SARAY SOFIA JEREZ	No asistio
1033786899	SARA VALENTINA MALDONADO	Asistio
1029290784	Isabella Katherin Marroquin	Asistio
1018484954	GENESIS MORENO	No asistio
1027535083	Ashly Mariana Ortiz	No asistio
1206217917	SANTIAGO PATIÑO	Asistio
1013143804	JUAN CAMILO PEDRAZA	No asistio
1027534702	SHAROM DANIELA RIVERA	No asistio
1033775112	Santiago Ubaque	Asistio
1013146331	JARED SEBASTIAN GARCIAS	Asistio
1033776506	SARA VALENTINA CARABALI	No asistio