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:	2021-11-03	4. HORA:	Miercoles,12:15:00,14:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	46
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	23
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 :
Aplica sus capacidades de acuerdo a sus necesidades cognitivas y físicas

PSICOSOCIAL :
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

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

TEMA :
Reconozco diferentes elementos para generar una Posición básica adecuada

SUBTEMAS :
Reconozco la posición básica de desplazamiento

IMPLEMENTACION :
Un laso una colchoneta o tapete.

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:	2021-11-03	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Miercoles,12:15:00,14:15:00	6. Nº de Sesion: 46	9. Nº de Semana: 23	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1033785228	CRISTIAN FELIPE CANO	No asistio
1028950998	Johan Feliep Castaño	No asistio
1025071376	ANGIE DANIELA CASTRILLO	No asistio
1033781641	ESTEFANY PAOLA CHICO	Asistio
1031162779	JHAN ANGEL COBA	No asistio
1027535040	David Samuel Cuy	No asistio
1028789714	ANA MARIA GOZALEZ	No asistio
1033777086	SAMUEL MATIAS GUALTEROS	Asistio
1029290612	CORIN AYELEN GUTIERREZ	No asistio
1188219630	Kevin Santiago Leon	No asistio
1012922746	DANNA ISABELLA LOPEZ	Asistio
1018506705	ASHLY NICOLE MESA	Asistio
1139325712	LUIS EDGARDO MORELOS	No asistio
1033764710	SAIN MATIAS PEREZ	Asistio
1027535118	YULIETH TATIANA RAMIREZ	No asistio
1033785958	SAMUEL DAVID RENDON	No asistio
1033787424	MARIANA RICO	No asistio
1025553687	DILAN DARIO RUEDA	Asistio
1013661734	LADY SALOME TOBA	Asistio
1033786301	JULIAN DAVID TORRES	Asistio
1019116618	JERONIMO VELEZ	No asistio
1033778657	DANNA VALENTINA YEPES	No asistio
1023400830	SARAY ELIZABETH GONZALEZ	No asistio
1197467737	LAURA VALERIA SAENZ	No asistio