PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RAFAEL URIBE URIBE (IED) (RAFAEL URIBE URIBE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**BRAYAN SNEYDER SANTOS NIÑO**
3. FECHA:	2022-02-23	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro las diferentes posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.

COGNITIVA :
Identifico las posibilidades que dan los movimientos y combinaciones con elementos y sin ellos para el desarrollo de actividades en el medio.

PSICOSOCIAL :
Participar de las diferentes actividades programadas siguiendo normas, respetando a los compañeros, docente y entorno

LUDICA :
Identifico a mis compañeros y al docente como integrantes fundamentales de las actividades propuestas en el centro de interés

TEMA :
Potenciar los patrones básicos de movimiento. Exploro opciones de movimiento en el medio.

SUBTEMAS :
Evidencio el esquema e imagen corporal que tengo con mis experiencias previas, demostrando patrones fundamentales de movimiento y coordinativas además del reconocimiento de posiciones corporales

IMPLEMENTACION :
Conos, aros, colchonetas

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
*Saludo inicial, recordar la importancia de las normas de bioseguridad dentro y fuera de la clase. * Explicación de la temática a abordar en clase * Movimiento articular y estiramiento * carrera continua.

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. Actividad rompe hielo congelados. Los estudiantes se distribuirán en mitad de la cancha, la actividad consiste en que uno de los estudiantes congele por medio de un toque a sus demás compañeros, el estudiante que sea congelado debe quedarse en una posición inmóvil acurrucado, esperando que otro compañero pase por encima de él abriendo las piernas y siendo de esta manera descongelado, la actividad termina cuando todos los estudiantes sean congelados. 2. Reconocimiento de planos anatómicos. Los estudiantes se van a ubicar en parejas, cada uno con aros. Mediante indicaciones y la explicación del docente, el estudiante deberá comprender y entender el termino de ubicación delante, dentro o atrás del objeto ejemplo: • cada estudiante se deberá ubicar detrás del aro • cada estudiante se deberá ubicar dentro del aro • cada estudiante se deberá ubicar delante del aro 3. siguiendo la dinámica de la actividad anterior, al ejercicio le vamos a agregar desplazamientos, tanto frontal, lateral y espaldas, y al sonido del silbato cada estudiante deberá buscar un aro y ubicarse dependiendo a la instrucción del profesor (delante, dentro o atrás del aro) 4. Posición ventral y dorsal. Para esta actividad necesitaremos que los estudiantes tengan una colchoneta por parejas, mediante la explicación del profesor el estudiante reconocerá la posición Dorsal mediante la indicación de acostarse boca arriba, y posición ventral mediante la indicación boca abajo, posiciones fundamentales en la natación.

TIEMPO
75 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Actividad agárrame. Esta actividad consiste en que, en diferentes partes de la cancha, se colocaran colchonetas, cada colchoneta deberá tener un cono de dos colores diferentes, unas tendrán conos color azul y otro color naranja. los estudiantes se deberán repartir por toda la cancha, seleccionando a dos o tres compañeros que tendrán como objetivo agarrar a sus demás compañeros. Los estudiantes que tienen como objetivo no dejarse atrapar podrán protegerse o tener una zona denominada de seguridad acostándose en alguna de las colchonetas, pero teniendo en cuenta que el color del cono determinara la posición en que se debe acostar es decir si encuentra una colchoneta con cono color azul se deberá acostar en una posición dorsal, pero si por contrario llega a una colchoneta de cono color naranja deberá acostarse en posición ventral. En cada colchoneta cada estudiante no podrá estar más de 15 segundos.

TIEMPO
10 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1. Estiramiento y vuelta a la calma 2. interacción con los estudiantes de su percepción y gusto por las actividades. 3. Retroalimentación de los conceptos desarrollados en la clase.

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: BRAYAN SNEYDER SANTOS NIÑO	
2. Fecha:	2022-02-23	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	NATACIÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1222206873	SAMUEL HERRERA	No asistio
1011227462	ANA MARIANA ESTRADA	No asistio
1028789969	BRAB FELIPE SARMIENTO	Asistio
1022392545	SAMUEL ESTEBAN MEJIA	Asistio
1023398773	SOFIA URREGO	Asistio
1016728519	JONATHAN SAMUEL ANGULO	Asistio
1025551167	DANNA ISABELA CHAVARRO	Asistio
1014740426	STEFANNY YORELLI SANCHEZ	Asistio
1025551283	EVVANS MIKEL SIERRA	Asistio
1141335314	DANA SOFIA GARCIA	Asistio
1222205307	MARIANA GÓMEZ	Asistio
1034786811	JUAN SEBASTIAN RODRIGUEZ	Asistio