**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: | 2022-06-03 | 4. HORA: | Viernes,15:00:00,17:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | NATACIÓN | 6. Nº DE SESIÓN: | 11 |
| 7. LOCALIDAD: | Tunjuelito | 8. Nº DE SEMANA: | 5 |
| 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 :**
El cuerpo como primer territorio de derechos. • El deporte y los limites (con el cuerpo me relaciono) las normas, las penalidades y los aprendizajes. • El deporte y la gestión de las emociones (con el cuerpo me emociono) El deporte y la ansiedad, la agresividad y las dinámicas del grupo. Emociones positivas. • El deporte y la tramitación de conflictos (con el cuerpo me enfrento) El deporte y los intereses. Ganar y perder. • El deporte y el fortalecimiento de las capacidades mentales (con el cuerpo aprendo) – Procesos cognitivos básicos.

**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, identifico y desarrollo las capacidades físicas como la velocidad, además de fortalecer habilidades básicas de movimiento y la capacidad coordinativa.

**IMPLEMENTACION :**
Tubalus

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
1. Saludo inicial por parte del docente a los estudiantes, indicación del buen uso del camerino y agilidad al momento de cambiarse y guardar los objetos personales. 2. Llamado a lista. 3. Explicación de las dinámicas y el objetivo de la sesión de clase. 4. Movimiento articular y estiramiento.

TIEMPO
25 minutos

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
Burbujas, en esta actividad los estudiantes cogidos del borde de la piscina, deberán realizar inmersiones procurando tocar el piso de la piscina, teniendo un control respiratorio de inhalación por la boca y exhalación por la nariz. Este ejercicio será repetitivo y consecutivo. 2. En el reto los estudiantes deberán estar cogidos del borde uno por uno y con el apoyo del profe los estudiantes realizarán vadeo dinámico desde el borde hasta el separador realizando un desplazamiento a lo ancho del carril. Mostrando tranquilidad y control en el medio acuático. 3. Para esta actividad los estudiantes estarán fuera de la piscina, deberán realizar una entrada de seguridad y realizar vadeo dinámico hasta el gusano o tubalo el cual estará a 1 metro de distancia, el objetivo es ir alejando el material de apoyo. 4. En esta actividad siguiendo la dinámica del ejercicio anterior el estudiante realizara entrada de seguridad y realizara vadeo dinámico el docente lo acompañara por el borde la piscina teniendo la bara de alcance, en el momento que el estudiante se sienta cansado el docente lo alcanzara y llevara al borde de la piscina. 5. Burbujas, en esta actividad los estudiantes realizaran las burbujas como medio de recuperación de la actividad realizada.

TIEMPO
75 minutos

**RETO :**
ACTIVIDADES
1. Para el reto se demarcará con conos diferentes distancias a lo largo del carril el objetivo de la actividad es mirar que estudiante alcanza la mayor distancia iniciando desde el borde realizando vadeo dinamico.

TIEMPO
10 minutos

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
1. interacción con los estudiantes de su percepción y gusto por las actividades. 2. Retroalimentación de los conceptos vistos en clase. 3. Paso a los camerinos para el cambio.

TIEMPO
15 minutos

**Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

**ASISTENCIA**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. RAFAEL URIBE URIBE | | | Nombre Instructor: BRAYAN SNEYDER SANTOS NIÑO | |
| 2. Fecha: | 2022-06-03 | 5. Centro de Interes NATACIÓN | 8. Localidad: Tunjuelito | |
| 3. Hora: | Viernes,15:00:00,17:00:00 | 6. Nº de Sesion: 11 | 9. Nº de Semana: 5 | |
| 4. Grupo: | NATACIÓN 4 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1025547928** | JOHAN JOEL JIMENEZ | Asistio |
| **1025550608** | MELANY PAOLA RODRIGUEZ | Asistio |
| **N37664605557** | SOFIA VALENTINA STELING | No asistio |
| **1141328623** | JUAN DAVID MARTINEZ | No asistio |
| **1029151031** | PAULINE SOFIA ANGARITE | Asistio |
| **1028495997** | SANTIAGO GONZALEZ | Asistio |
| **1033764072** | DILAN SANTIAGO CALDERON | No asistio |
| **1016732882** | SOFIA URREGO | Asistio |
| **1033777616** | CRISTIAN ANDRES GARZON | No asistio |
| **1033773494** | JHOAN STICK PARRA | No asistio |
| **1027527435** | MIRLLAN SARAHY BALLESTEROS | No asistio |