PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (LAUREANO GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**PIER ANGELO NOAK HIDALGO**
3. FECHA:	2022-09-20	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identificar las habilidades motoras de los estudiantes, determinando tal desempeño por medio de actividades, juegos y figuras propias de la gimnasia. Así como el trabajo físico y la capacidad de desarrollo de ejercicios específicos y generales.

COGNITIVA :
Desarrollar diferentes metodologías de trabajo, bien sea jugado, por competencia y retos; captando así la atención de los estudiantes para desempeñar de la mejor manera las actividades propuestas. Manejando los valores relevantes e importantes que se pueden dar en las diferentes sesiones de clase, sus actividades y desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Fomentar y aplicar los valores más trascendentales en los estudiantes, tales como el respeto, la honestidad y amor propio para el buen desarrollo de los hábitos humanos en la sociedad así como la salud integral en la cual el estudiante pueda desarrollar procesos con autonomía, autocuidado y autocontrol.

LUDICA :
Siempre hacer énfasis y velar por el auto cuidado de los estudiantes, explicando y dando ejemplos claros de la importancia y responsabilidad del auto cuidado durante el desarrollo de las sesiones de clase.

TEMA :
Ejecución de media luna y variantes de arco

SUBTEMAS :
Desarrollo de la media luna, teniendo en cuenta las habilidades de cada estudiante, mediante la ejecución de los diferentes ejercicios educativos para lograr el desempeño adecuado del elemento anteriormente mencionado

IMPLEMENTACION :
Coliseo, colchonetas, banco sueco

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo inicial a los estudiantes, bienvenida a la sesión y llamado a lista. Movilidad articular de tren inferior y superior Explicación de las actividades a desarrollar realizando el ejemplo. Calentamiento general de tren inferior y superior, desarrollo de juegos, y actividades motivacionales.

TIEMPO
5 min 10 min 15 min 5 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
De acuerdo con las correcciones y sugerencias, evidenciar de manera grupal e individual el progreso de los estudiantes en cuanto al desarrollo de la media luna y el arco pasado, apoyando el proceso ejemplos prácticos que permitan el óptimo desarrollo y mejoramiento de la habilidad.

TIEMPO
50 min

RETO :
ACTIVIDADES
Realizan la mayor cantidad de media lunas o ejecución de la misma en 1 minuto

TIEMPO
1 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento y vuelta a la calma Retroalimentación y sugerencias del trabajo realizado

TIEMPO
10 min