**PLAN DE CLASE**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO** |
| 3. FECHA: | 2022-10-28 | 4. HORA: | Viernes,10:00:00,12:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | FÚTBOL | 6. Nº DE SESIÓN: | 59 |
| 7. LOCALIDAD: | Engativa | 8. Nº DE SEMANA: | 8 |
| 8. ZONA: | 2 | 9. CICLO: | |

**DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO**

**MOTRÍZ :**
Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos

**COGNITIVA :**
Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física

**PSICOSOCIAL :**
El encuentro con el otro como oportunidad para vivenciar la ciudadanía

**LUDICA :**
Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones

**TEMA :**
Coordinación general

**SUBTEMAS :**
coordinación viso manual y viso pedica

**IMPLEMENTACION :**
- platillos - balones - cancha sintetica

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
- Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia - derechos humanos y cuerpo - calentamiento - retroalimentación a los escolares - Elongación cefalocaudal

TIEMPO
15 minutos

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
- actividad 1: el estudiante realizara ejercicios, guiados por el formador utilizando un balon implementando la coordinación viso manual y viso pedica. HIDRATACION - actividad 2: realizara lanzamientos y conducción, coordinación con un globo ejecutando diferentes ejercicios. HIDRATACION - variantes: el formador con los ejercicios especificados anteriormente el va buscando diferentes alternativas de ejecución a medida que se ejecute la clase

TIEMPO
60 minutos

**RETO :**
ACTIVIDADES
- debe realizar 20 ejecuciones donde el formador le va indicando que superficie de contacto va a manejar sin dejar caer el objeto al suelo

TIEMPO
30 minutos

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
- elongación muscular cefalocaudal - retroalimentación

TIEMPO
15 minutos