

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RICAURTE (CONCEJO) (IED) (RICAURTE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JORGE ARMANDO NEUQUE GUATAME
3. FECHA:	2022-11-08	4. HORA:	Martes,07:30:00,09:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. N° DE SESIÓN:	34
7. LOCALIDAD:	Los Mártires	8. N° DE SEMANA:	17
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Reconocer los fundamentos básicos de movimiento en diversas situaciones y contextos.

COGNITIVA :

.Explorar el juego como un momento especial en mi centro de interés.

PSICOSOCIAL :

Brindar herramientas para reconocerse así mismo y reconocer al otro; desde sus corporalidad, El encuentro con el otro como oportunidad para vivenciar la ciudadanía"

LUDICA :

Conocer y valorar mi cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de mis posibilidades.

TEMA :

Afianza la habilidad de saltos gimnásticos, a partir de secuencias rítmicas

SUBTEMAS :

ctividades de entrada, "Componente Psico- social" Los afectos y la construccion de su personalidad desde el conocimiento del cuerpo, Habilidades basicas de movimiento, elementos basicos de gimnasia artistica:

IMPLEMENTACION :

Platos, conos, aros, petos, sogas, pelotas plásticas - pelotas de tenis, colchonetas, superficies inclinadas.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Acogida - Bienvenida - Llamado Respectivo a lista - Exposición de los objetivos a tener en cuenta en la presente sesión del centro de interés. Dar a conocer las indicaciones y acuerdos para el desarrollo de las sesiones presenciales de Gimnasia. 1. Activación y Movilidad articular. 2. Desarrollo del calentamiento sobre colchoneta, aperturas, saltos obligatorios: salto ruso o apertura lateral, agrupado, extendido, split o apertura antero - posterior, con giro. haciendo incapie en el equilibrio y la estabilidad.

TIEMPO
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
Actividad No 1: "Componente Psico- social" Brindar herramientas para reconocerse así mismo y reconocer al otro desde sus corporalidad, "El encuentro con el otro como oportunidad para vivenciar la ciudadanía" , por medio de juegos "Ponchados a 4 zonas" inicio: los (as) estudiantes se dividaran en dos grupos, ubicados en dos zonas, previamente identificados, cada uno de los grupos contarn con una pelota plastica; con la cual intentaran ponchar a sus opositores quien sea tocado por la pelota saldra de esta zona y se ubicara artaz de la zona de su opsitor, desde donde podra ponchar a susopsitores cuando el balon abandone las zonas delimitadas. ganra el eauipo que tenga mayor numero de jugadores activos. Los estudiantes observaran la importancia y valor del otro, respetando las normas pre establecidas. Actividad No 2: Desarrollo de actividades y juegos orientados hacia la experimentación motriz desde los rodamientos y posiciones básicas de la Gimnasia a manos libres (Gimnasia artística) daremos inicio realizando rodamientos (rodamiento lateral, rodamiento anterior y posterior, posiciones básicas: inicio (salida), flexiones - extensiones; Split, spagat, vela, canoa. desarrollo de la metodologia para la realizacion de rodamientos y sus variantes " rol o rollo adelante agrupado". equilibrio en posiciones de plancha, escuadra, giros (rotacion-equilibrio.estabilidad), etc.

TIEMPO
20 MINUTOS "Componente psicosocial", 50 MINUTOS "componente tecnico".

RETO :

ACTIVIDADES
Los (as) estudiantes ubicados frente a la colchoneta, realizaran elementos de gimnasia artistica; enlasandolos con ejercicios " Giros, desplazamientos, posturas. ejemplo: rollo adelante agrupado, giro 180 grados, rollo adelante agrupado, salto ruso (salto con apertura lateral de piernas) Teniendo en cuenta realizarlo de forma dinamica, ejecutando las destrezas gimnasticas de forma tecnica.

TIEMPO
10 MINUTOS

FASE FINAL : ACTIVIDADES Estiramiento Final: desarrollo de ejercicios de contracción muscular relajación y estiramiento estático (isométrico): tren inferior, superior, medio anterior y posterior. Retroalimentación: Escuchar a los niños mencionar los aspectos positivos y a mejorar en el desarrollo de la clase. Realizar un trabajo de reflexión con respecto tema psicosocial abordado. Recomendaciones: Recordar los acuerdos para la sesión de clase: indumentaria, autocuidado e hidratación. TIEMPO 10 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RICAURTE			Nombre Instructor: JORGE ARMANDO NEUQUE GUATAME	
2. Fecha:	2022-11-08	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Los Mártires	
3. Hora:	Martes,07:30:00,09:30:00	6. N° de Sesion: 34	9. N° de Semana: 17	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1188219901	JUANA VALENTINA ALARCON			Asistio
1011230359	DANIELA ALVAREZ			Asistio
1026585887	MARIAN ESTEFANY BENZA			Asistio
1206217287	NICOLAS MATEO BOURDON			Asistio
1028683594	JULIAN ESTEBAN CAPOTE			Asistio
1069752128	DEIMER LEANDRO CHAVEZ			No asistio
1026578528	LUIS FELIPE CHIA			Asistio
1026584910	MARIA ALEJANDRA ESPITIA			Asistio
1011227388	ANDRES SANTIAGO FORIGUA			Asistio
N37664425048	YORSSY STIVEN GARCIA			No asistio
1011221524	SARAY SOFIA GIRALDO			Asistio
1092955950	ZORETH VALENTINA JURADO			Asistio
1016730508	ALISON YINARI MEJIA			Asistio
1011231620	NICOL ALEJANDRA NIÑO			Asistio
1022410241	JORGE ALBERTO PANIAGUA			Asistio
1025072009	JOSEPH SEBASTIAN PENAGOS			Asistio
1011225786	ALLISON PUENTES			Asistio
1011228262	EILYN MARIANA RODRIGUEZ			Asistio
1011228319	MARIANA CAMILA ROMERO			Asistio
1206218737	NICOL DAHIAN TAMAYO			Asistio
1023085759	LUISA YEZMIN VARGAS			No asistio
1088105463	SARA SOFIA ARCILA			Asistio