

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:	2022-11-09	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. N° DE SESIÓN:	60
7. LOCALIDAD:	Los Mártires	8. N° DE SEMANA:	30
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Dominar fundamentos básicos de la gimnasia y sus diferentes combinaciones.			
COGNITIVA : Establecer con facilidad los puntos de conexión entre cada elemento de gimnasia, con el fin de generar una línea de movimientos o coreografía fluida.			
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 : Practicar las reglas del juego en el centro de interés Gimnasia, respetando las opiniones de mis compañeros.			
TEMA : Utiliza elementos aprendidos en clase mediante una secuencia de movimientos			
SUBTEMAS : Actividades de entrada, actividades componente psico social, fundamentos de la gimnasia, esquema - enlaces.			
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 utilizando el juego "saquito pantorrillero", los estudiantes se ubicaran en circulo, el formador en el centro de este con el saco pantorrillero; los estudiantes saltaran al paso del saco, el quesea tocado saldra a realizar (salto estrella, salto patron de marcha 10 repeticiones C/U) 2. Desarrollo de desplazamientos: desde cuerdas ubicadas en el piso, desde conos ubicados como obstaculos, saltos sobre escalera de coordinacion. 3. festival de saltos: saltar desde un punto de salida combinando pies, un solo pie, dos pies simultaneo, alterno. quien puede saltar mayor numero de veces, doble salto, salto cruzado. 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 forma jugada: Derribar el castillo rival "balon mano 6 x 6". los estudiantes se ubicaran en el campo de juego, previamente diferenciados los equipos (Petos de colores), iniciaran la disputa del balon mediante el saque; objetivo anotar gol derribando con el balon los castillos de los oponentes hechos con palos de escoba, amarrados pasanado y recibiendo el balon con la mano, respetando las normas previamente 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) Los (as) estudiantes practicara Los fundamentos basicos trabajados, enlazandolos con: Giros, saltos, posiciones, etc, construyendo una presentacion (esquema individual). Actividad No 3: Ejercicios para el fortalecimiento del tren superior: A) Planchas, apoyos verticales sobre pared, colchoneta o con la ayuda del compañero, fortalecimiento abdominal y dorsal - lumbar. 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 360 grados, rollo atras extendido, cambre, arco ventral, salto ruso (salto con apertura lateral de piernas), vertical de manos, rodamiento atrás agrupado, media luna o rueda lateral. 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:	2022-11-09	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Los Mártires	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 60	9. N° de Semana: 30	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028669510	JESUS STEVAN ALVEAR			No asistio
1012421212	DILAN SANTIAGO CASTRO			Asistio
N37664287111	GABRIEL JESUS COLINA			Asistio
1016601333	ANGEL SEBASTIAN CUELLAR			Asistio
1012467322	JOHN ALEJANDRO ESCOBAR			Asistio
1206217993	JAIRO SAMUEL FERNANDEZ			Asistio
1011231720	WILSON GALINDO			Asistio
1011231255	EMELY SOFIA JURADO			Asistio
1033785358	VALERY SARAY LOZANO			Asistio
1013657673	SAMUEL DAVID MOLINA			Asistio
1026580239	JANNA SARAHIT MORA			Asistio
1055759836	JHOSTTIN DAVID MUÑOZ			Asistio
1011226551	JUAN SEBASTIAN PANADERO			Asistio
1018483339	NAHOMY PARDO			Asistio
1040513639	YURI PAOLA RODRIGUEZ			Asistio
N37664355389	FABRICCIO ALEXANDER ROJAS			Asistio
1206218765	JERONIMO ABBAD TORRES			Asistio
1026585654	NIKOL DAYANA VARGAS			No asistio
N37665021688	JAVIER JOSUE ARISMENDI			Asistio
1026579924	JUAN SEBASTIAN HORTUA			Asistio
1011226627	KEVIN SEBASTIAN TERAN			Asistio
N39545008752	ASHLY FABIANA VEGA			Asistio
N37665609055	KEVIN ALEJANDRO Balsa			Asistio
N37664707361	JOSELYN ALEJANDRA RIERA			Asistio