PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO AULAS COLOMBIANAS SAN LUIS (IED) (SAN LUIS EL DORADO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**SANDRA VIVIANA PEDRAZA GARCIA**
3. FECHA:	2022-11-04	4. HORA:	Viernes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	INCIACIÓN AL MOVIMIENTO	6. Nº DE SESIÓN:	71
7. LOCALIDAD:	Santa Fe	8. Nº DE SEMANA:	36
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Vivencia saltos básicos con múltiples variantes sin perder el equilibrio y coordinación, mediante actividades lúdicas, que permitan su ejecución espontáneamente.

COGNITIVA :
Aplica Movimientos por medio de memorización a los ejercios que le permiten desarrollar sus habilidades básicas como el salto.

PSICOSOCIAL :
vivencia el estudiante algunas acciones que generan emociones e impacto hacia los demás compañeros.

LUDICA :
Analizo diversas situaciones de juego que permita interactuar con diferentes medios y ambientes, teniendo en cuenta sus fases de movimiento como son fase inicial, fase de vuelo y de recuperación.

TEMA :
HABILIDADES BÁSICAS SALTO Y DESPLAZAMIENTO

SUBTEMAS :
salta elementos, salto costal, salta a tu compañero y salto reloj con soga

IMPLEMENTACION :
Costales, cajas, botellas, palos, soga, conos o escalera,

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1. Saludo y presentación, INTERCAMBIO DE SABERES y toma de asistencia: 2. Movilidad articular: (elevar brazos a los lados y hacer círculos atrás y adelante, abrir y cerrar, subir y bajar luego hacemos rotación de cadera derecha izquierda, piernas lado a lado y rodillas flexión extensión) frontal, lateral, con desplazamientos (lento, normal, rápido). 3. Activación Dinámica: Inhalación y exhalación profunda, con saltos cortos, en diferentes velocidades imitando animales.

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
SALTO A ELEMENTOS: realizar hileras de botellas, conos o escalera en las cuales los estudiantes ejecutaran saltos a dos pies continuos, luego a un pie, dos pies salto largo, o alternados, según la indicación de cada ronda de ejecución,manejando posiciones básicas correctas en su ejecución. SALTA A TU COMPAÑERO: Los estudiantes realizan una fila el primero se pone acostado bocabajo y el que sigue lo salta y se pone separado en posición bocabajo para que el siguiente los salte y así sucesivamente se van ubicando y saltando hasta llegar a un punto meta. SALTOCON COSTAL: El estudiante se pone un costal en su parte inferior (de pies a cadera) y parte desde un ponto A al punto B en saltos. SALTO EL RELOJ CON SOGA: Los estudiantes realizan una fiala mientras dos personas baten el lazo, uno a uno va pasando y empiezan con un salto, luego pasan nuevamente y realizan2 saltos y así 3, 4, 5, 6, saltos hasta llegar a 12, gana el que realice loas saltos seguidos.

TIEMPO
80 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Invita a un compañero y ubica a 1 metro de distancia una botella, realiza un salto de canguro, si la superas aumenta la distancia. ¿cual fue la distancia máxima que lograste? ¡Quién salte más lejos llegue gana!

TIEMPO
5 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1. Desplazamientos frontales, diagonales, hacia tras, regulando la velocidad. (Rápido a lentos). 2. Elongación articulaciones superiores, tronco e inferiores. 3. Socialización clase sobre lo aprendido (Estudiante Formador) finalización periodo de actividades.

TIEMPO
5 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SAN LUIS EL DORADO			Nombre Instructor: SANDRA VIVIANA PEDRAZA GARCIA	
2. Fecha:	2022-11-04	5. Centro de Interes INCIACIÓN AL MOVIMIENTO	8. Localidad: Santa Fe	
3. Hora:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 71	9. Nº de Semana: 36	
4. Grupo:	INCIACIÓN AL MOVIMIENTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1034309615	WILDER BERNAL	No asistio
1222213759	EMIR SAMUEL HERNANDEZ	No asistio
1023973113	MARIA LUCIANA MAYOGA	No asistio
1011245913	MARIA CAMILA RAMIREZ	No asistio
1206221800	JOHAN MATIAS RESTREPO	No asistio
1073327625	ISABELA LOPEZ	No asistio
1021691888	MAYRA DAYANA OCAMPO	Asistio
1206222415	DANNA GABRIELA CORONA	Asistio
1010241913	MARIA GUADALUPE VACA	No asistio
1014485284	SHARLOTH SAMANTA TAFUR	No asistio
1206221779	ARON FELIPE ROBERTO	No asistio
N37665430519	YODANGEL ANTONIO PARRA	No asistio
1026301926	DEILY SALOME MONROY	No asistio
N9045727	JOYVER ESTHEVAN GONZALEZ	No asistio
1188223895	CHRISTOPHER BERNAL	No asistio
1206221831	DERLY XIOMARA ALVARADO	No asistio
N376653165	ANTHONY ISMAEL CHAPARRO	No asistio
1010242298	SUSAN NAHOMI BUITRAGO	Asistio
1010243076	KENAN MATIAS RODRIGUEZ	No asistio