SESIÓN DE FORMACIÓN			
JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA			
ACTIVIDADES RECREATIVAS Y DEPORTIVAS			
2022			
PARQUE:		**NOMBRE DE FORMADOR**	**JORGE AMANDO ALGARRA ACOSTA**
		NOMBRE DE LA FORMADORA	
FECHA:			
		SESIÓN Nº:	
LOCALIDAD	**PUENTE ARANDA**	**FECHA:**	**28 DE NOVIEMBRE AL 2 DE DICIEMBRE**
ZONA:		**HORA:**	**9:00 AM - 12:00 M**
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO:			
MOTRÍZ:	Explora posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.		
COGNITIVA:	Realiza actividades lúdicas que ayudan al mejoramiento de la expresión corporal.		
PSICOSOCIAL:	Colabora de manera activa para el logro de metas comunes en el desarrollo de las actividades.		
LÚDICA:	Aplica Exploro el juego como un momento especial en el desarrollo de las actividades.		
TEMA GENERAL:	ACTIVIDADES RECREATIVAS IDRD 2022		
MATERIALES:	AROS, PLATILLOS, BOMBAS, SOGAS, TIZAS, COSTALES, PELOTAS, TAPAS DE GASEOSA, PIMPONES, CONOS DE PAPEL, CINTA ELASTICA, CUCHARAS,		
ACTIVIDADES A DESARROLLAR			
FASE INICIAL:	Movilidad articular. Calentamiento dinámico mediante rondas y juegos		
FASE CENTRAL:	Día 1 Los escolares serán divididos en 2 grupos. Habrá dos conos ubicados en forma lineal, con una espacio entre ellos de 6 mts. Los escolares tendrán que desplazarse entre ellos (ida y vuelta), se desarrollaran una serie de variables en cada ejercicio. Variables: - Llevar el balón rodado empujándolo con un palito (mano derecha-mano izquierda) - Llevar el palo de escoba el equilibrio con las manos y pies - En cuadrúpeda y gateando. Llevar el pimpón soplándolo. (los pimpones serán depositados en un platón con agual) - Llevar el cono en equilibrio con la nariz, la rente y el mentón. - Salta el lazo ida y vuelta - Desplazarse ida y vuelta sin salirse de los aros (2 aros por recorrido) • En cada recorrido deberán armar una torre de tapas de gaseosa compuesta por 10 tapas. Día 2 Los escolares serán divididos en 4 grupos. REALIZARAN UN CABALLO, hecho con los materiales entregados con el formador (palo de escoba, media, papel, lana). Los escolares serán divididos en 4 grupos. Habrá una serie de conos situados a lo largo de la pista en forma de zig-zag, con una distancia entre ellos de un metro. Los escolares tendrán que desplazarse entre ellos (conos), se desarrollaran una serie de variables en cada ejercicio. Variables: - Desplazamiento frontal - Desplazamiento hacia atrás - Desplazamiento derecha e izquierda - Girar a la derecha i izquierda entre cono y cono - Saltos en pie derecho - Saltos en pie izquierdo - Saltos en pies juntos. - Desplazamiento en apoyos - Lanzamientos. Día 3 Los escolares serán divididos en 2 grupos. Habrá dos conos ubicados en forma lineal (6 mts) y en zigzag (1 metro entre platillo y platillo) con una separación entre ellos de 6 ts.Los escolares tendrán que desplazarse entre ellos ida y vuelta, donde al final del recorrido encontraran una línea de lanzamiento, donde deberán lanzar el objeto que están conduciendo. Este lanzamiento será aplicado de la forma en que lo designe el formador, se desarrollaran una serie de variables en cada ejercicio. Variables:		
RETO:	Día 1 Los escolares se desplazaran por un circuito en el cual se verán involucradas las variables desarrolladas anteriormente, este será realizado por cada escolar en el menor tiempo posible Día 2 Los escolares se desplazaran en su caballo en el en circuito de zig zag llevado una pelota en el menor tiempo posible aplicando la variable con mano derecha y mano izquierda). Día 3 Los escolares se desplazaran conduciendo el elemento de la manera indicada por el formador en el cual se verán involucradas las variables desarrolladas anteriormente y realizaran el lanzamiento desde diferente distancia. Este será realizado por cada escolar en el menor tiempo posible. Día 4 Los escolares realizarán una secuencia de controles con la bomba, alternando pie, muslo, mano, hombro, cabeza, debemos tener en cuenta que se manejara hemisferio derecho y izquierdo de cada segmento corporal. Día 5 Los escolares se desplazaran en saltos de rana llevando una ficha de un rompecabezas en cada recorrido. Este recorrido será realizado por cada escolar en el menor tiempo posible, se ira armando el rompecabezas a medida que se van llevando las fichas.		
FASE FINAL :	Vuelta a la calma. Estiramientos. 15 MIN Retroalimentación (escribir en un mural su experiencia).		
OBSERVACIONES:			