PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO FILARMONICO SIMON BOLIVAR (IED) (FILARMONICO SIMON BOLIVAR (IED))		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN EDISSON MARTINEZ TORRES**
3. FECHA:	2023-03-01	4. HORA:	Miercoles,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	1	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explorar las habilidades básicas motoras con ayuda del del elemento

COGNITIVA :
Interpretar situaciones de actividades recreativas en el centro de interés y propongo diversas soluciones.

PSICOSOCIAL :
Fortalecer los procesos de autoestima, autoimagen, autoconcepto y autocuidado de los niños a travéz de los conocimientos adquiridos en sus practicas deportivas.

LUDICA :
Vivenciar mientras aprendo las diferencias entre la fase defensiva o ofensiva

TEMA :
Participa en las mediciones corporales y test físicos

SUBTEMAS :
Realiza los test de valoración general (Peso, talla, IMC)

IMPLEMENTACION :
METRO, TIZA, AGUA , ESFERO, CUADERNO

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Se da inicio a la sesión dando a conocer a los niños el objetivo principal de la sesión el cual es realizar el registro de las diferentes capacidades motrices y el respectivo tamizaje, luego se realiza un calentamiento con los niños donde ellos se desplacen en diferentes direcciones realizando movimientos articulares de acuerdo a la intensidad que el formador indique. es decir si el formador hace sonar el silbato 1 vez ellos deberan desplazarse caminando, si suena dos veces trotando y si suena 3 veces lo harán corriendo y in estrellarse con sus compañeros, esta actividad se repite mínimo 3 veces para luego volver a la calma.

TIEMPO
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Durante la fase central el formador llama uno por uno a cada estudiante y toma los respectivos datos en cuanto a PESO Y EDAD luego con una tiza se diseña en el piso una regla que simule la medida en metros con el fin de tomar los datos al momento que se ejecute la prueba de SALTO LARGO la cual consiste en ubicarse detrás de una linea trazada y el estudiante se agacha, se inclina hacia adelante balancea los brazos hacia atrás y salta de manera horizontal en la medida de lo posible salta con los dos pies al mismo tiempo lo mas adelante posible , el formador debe medir desde el borde de la parte del talón atrás, y tomar los datos respectivos cabe recalcar que este tipo de prueba desarrolla tanto la coordinación el equilibrio y la fuerza. para la siguiente prueba que es la de salto el formador coloca en la pared un metro que sirva de guía al momento de que se ejecute tomar los datos. luego el estudiante deberá acercarse a la pared y levantar el brazo para tomar la medida que tiene sin ejecutar el salto. luego deberá mojarse los dedos de las manos con agua y saltar de manera vertical lo mas alto posible despegando sus pies del piso y tocando la pared y dejando la huella para que luego el formador tome los datos que arrojo desde el inicio de sus brazos hasta la totalidad del salto.

TIEMPO
60 MINUTOS

RETO :
ACTIVIDADES
Para el reto el formador escoge una de las pruebas anteriores y quienes tengan el menor salto serán quienes realicen alguna penitencia, puede ser realizar algún ejercicio de resistencia física con de fuerza.

TIEMPO
15 MINUTOS

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
El formador reúne al grupo de niños formando un circulo y se realiza una retroalimentación de la sesión donde se pregunte a cada niño cual de las 2 pruebas le pareció mas complicada y que cree que debe hacer para mejorar. luego como tema psicosocial cada niño deberá cuando llegue a su casa mirarse a un espejo y observar su cabello, el rostro, los ojos y la boca y descubrir a quien o a quienes de su familia les a sacado esos rasgos y a quien se parece mas. tanto en lo físico como en lo actitudinal.

TIEMPO
15 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. FILARMONICO SIMON BOLIVAR (IED)			Nombre Instructor: JOHN EDISSON MARTINEZ TORRES	
2. Fecha:	2023-03-01	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Miercoles,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	FUTSAL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025075378	DANNA VANESSA BOCANEGRA	Asistio
1013278030	ISABELLA CRUZ	Asistio
1233916473	ALISHA YILMAR MEDINA	Asistio
1016604358	THOMAS PERDOMO	Asistio
1150188078	THOMAS ROMERO	Asistio
1220220072	JUAN JOSE GARCIA	Asistio
1019138007	ALEJANDRO RODRIGUEZ	Asistio