PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO SANTA MARTHA (IED) (SANTA MARTHA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OLGA LUCIA SANABRIA DUEÑAS**
3. FECHA:	2023-03-07	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Vivencia diferentes formas de movimiento utilizando los segmentos corporales a nivel global y segmentario, con y sin elementos logrando el incremento de la condición física general.

COGNITIVA :
Reconoce el valor de las normas y acuerdos para el buen desarrollo de las sesiones de clase a través de acciones repetitivas y de control por parte de los estudiantes y el formador.

PSICOSOCIAL :
Aprender a compartir con cada persona como individuo.

LUDICA :
Explora la relación de su cuerpo con el entorno, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas orientadas al centro de interés de baloncesto.

TEMA :
Reconoce la lateralidad y su importancia

SUBTEMAS :
Vivencia la lateralidad y direccionalidad en acciones de juego que permitan mejorar su ubicación en el espacio.

IMPLEMENTACION :
Espacio libre de obstáculos, ropa adecuada, tenis, toalla e hidratación, conos y platos señalizadores, aros, pelota de espuma, cuerdas, campo de Baloncesto, balones de baloncesto, pelotas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1. Organización y Desplazamiento a los espacios de actividad, Bienvenida, llamado de asistencia, presentación del objetivo de la sesión y las actividades. 2. Diálogo con los estudiantes; recordando el porte del uniforme, espacios de trabajo, uso Adecuado de materiales, normas de seguridad, cuidado corporal, Organización de momentos de la clase, dinámica de trabajo y evaluación. 3. Activación de todo el cuerpo al tiempo que movemos partes para prepararnos elevando la temperatura corporal y la frecuencia cardiaca. “Ronda la espumita” Se enseña a los niños el estribillo de la canción, para que repitan realizando diversos movimientos segmentarios para activar las partes corporales junto a la ejecución de manejos respiratorios. Se guía a los participantes para mover partes de lado derecho e izquierdo del cuerpo. Estiramientos combinados con la Ronda trabajada.

TIEMPO
25 minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. Juego de desplazamiento por tríos; a manera de relevos cada participante en un recorrido con cambios en la dirección, llevará un cono señalizador equilibrándolo sobre la cabeza para regresar entregando el elemento al siguiente participante; así hasta que el grupo finalice la tarea motriz encomendada. Variantes: equilibrar el elemento usando diferentes partes corporales. 2. Juego de vivencia de la lateralidad: “Maremoto” se conforma un círculo con aros, donde cada participante tendrá el suyo para ubicarse de pie en el centro. Según la indicación del docente “Olas a la derecha, olas a la izquierda” los niños se desplazan y ubican en el aro cercano según el caso. Variantes: 1, 2, 3 aros hacia…derecha o izquierda; cambios con pasos, saltos, imitando animales etc. Diversas formas de desplazamiento. 3. “Atrapa la colita” Cada participante tendrá una tira de diferente color colocada en el pantalón a manera de colita. El docente indica diferentes colores para que los niños vayan corriendo a intentar quitar la colita de los demás. Variantes: Se nombran diferentes colores, se indica todos a recolectar colitas de determinado color etc. 4. Tareas motrices de relevos en pequeños grupos; Se organiza el espacio con aros, conos y platos para proponer a los niños diferente movimientos que estimulan la acción de desplazarse en diferentes formas al mismo tiempo que mantienen el elemento/balón en juego al rebotarlo con derecha o izquierda. Esta actividad propone a los niños diversos movimientos y uso del espacio en formas diferentes para logar acciones motrices que beneficien el manejo de segmentos la exploración de su lateralidad con acciones hacia adelante, hacia atrás, hacia el lado, por derecha, por izquierda etc.

TIEMPO
50 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Juego de aprestamiento al baloncesto. 1 vs. 1 realizan botes al balón evitando perder la posesión, al ser interceptados por el compañero y perder el balón; se convierten en perseguidores para recuperar la pelota de juego. Se realiza en competencia realizando una cesta o anotación en el aro ubicado sobre el piso.

TIEMPO
10 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

* caminar y a la vez realizar inhalaciones y exhalaciones suaves para descansar activamente mientras se continúa caminando; detenerse para ir haciendo estiramientos del cuello, luego brazos y por último piernas. * Actividad componente Social “Autoimagen, autoconcepto y autoestima, como proceso de construcción diaria”. Se Explica a los niños sobre el valor que tiene el cuerpo, de las partes que lo integran, de la higiene que necesita y de lo que puede comunicar. Después de la reflexión que sobre su cuerpo se realiza, se pide que se expresen solamente con su cuerpo, sin hablar algunos significados, tales como “adiós con la mano”, no “con la cabeza, con el pie”, “me duele el estómago”, “huele feo”.

TIEMPO

15 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SANTA MARTHA			Nombre Instructor: OLGA LUCIA SANABRIA DUEÑAS	
2. Fecha:	2023-03-07	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296003	JOHAN STIVEN GODOY	No asistio
1140929859	MELANY SARAY MOLINA	Asistio
1140929480	JULIAN ESTEBAN ALDANA	Asistio
1023005081	SHARICK GABRIELA ROJAS	Asistio
1031169808	KEVIN SANTIAGO ROJAS	Asistio
1140928353	JEAN PIERE GONZALEZ	Asistio
1021315595	DILAN SANTIAGO LOPEZ	No asistio
1150436977	PAULA DAYANA REYES	No asistio
1027288996	NIKOLAS STIVEN MORALES	No asistio