PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LOS PINOS (IED) (LOS PINOS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**KATHERYN LIZETH DIAZ ROJAS**
3. FECHA:	2023-04-12	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	13
7. LOCALIDAD:	Santa Fe	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario en el medio acuático.

COGNITIVA :
Identificó las posibilidades que dan los movimientos y combinaciones con elementos y sin ellos para adaptarme a un medio acuático.

PSICOSOCIAL :
Contempló, el deporte como herramienta base para mi proyecto personal, formando disciplina, hábitos de vida saludable y habilidades para la vida.

LUDICA :
Identifico a mis compañeros como integrantes fundamentales de las actividades recreativas, en el centro de interés.

TEMA :
Equilibrio

SUBTEMAS :
Equilibrio dinámico y estático

IMPLEMENTACION :
Ninguna

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Recibimiento de los estudiantes en la IED LOS PINOS. Llamado de asistencia Movilidad articular

TIEMPO
10 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Se realizará la primera parte del trabajo con material didáctico visual para comprender el equilibrio y sus características. Se continuara con el juego clásico en círculo cada integrante deberá pasar un objeto luego de mencionar el nombre de un integrante el cuál recibirá el objeto (actividad para relacionarse y conocer el grupo) Variante: haciendo énfasis en el tema de la sesión deberán hacer varias rondas cambiando los puntos de apoyo de cada integrante según la indicación de la formadora. Después del primer juego la formadora explicará clara y brevemente el tema de la clase. Para la siguiente actividad. Pacman: con ayuda de la demarcación de la cancha cada niño (frutita) deberá moverse por las líneas sin salirse huyendo de sus compañeros (Pacman), los Pacman deberán atrapar a cada frutita huyendo a su vez de sus compañeros (fantasmas), en cada ronda se cambiarán roles. (Frutas, Pacman y fantasmas) Lleva a tu compañero: formados en grupos de a tres, dos en cuadrupedia y un tercer compañero se tumba «boca arriba» sobre las espaldas de sus compañeros. El que está arriba no se puede agarrar con las manos. La misión es cubrir una distancia en el menor tiempo posible. Luchitas: Peleas de equilibrio sobre banco sueco o linea en el suelo. Vuelta y corre: cada uno deberá realizar las vueltas que indique el formador sin despegar un dedo del objeto y salir corriendo en línea recta hasta llegar al punto indicado y regresar para darle la salida al compañero. Variante: el formador cambiará la cantidad de apoyos para cada ronda.

TIEMPO
90 min

RETO :
ACTIVIDADES
Mantener la secuencia con las posturas trabajadas en natación sin perder el control postural y equilibrio durante 8 segundos cada una realizando cambios igualmente sin perder el equilibrio.

TIEMPO
10 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma Fase de preguntas y respuestas

TIEMPO
10 min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LOS PINOS			Nombre Instructor: KATHERYN LIZETH DIAZ ROJAS	
2. Fecha:	2023-04-12	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Santa Fe	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	NATACIÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031833519	OSCAR SEBASTIAN MENESES	No asistio
1034303994	LUISA FERNANDA SALAMANCA	Asistio
1206218339	YERSON CAMILO MARTINEZ	Asistio
1034303941	EVELYN VANEZA GONZALEZ	Asistio
1034303221	SARAY XIMENA NIÑO	No asistio
1206217943	HEIDY VALENTINA CONTA	Asistio
1020000718	SANTIAGO ANDRES GARCIA	No asistio
1034299592	LAURA SOFIA SANCHEZ	No asistio
1028669184	SARA SOFIA SABALA	No asistio
1034304424	DEYVY CAMILO SALAMANCA	Asistio
N37664452103	JIMENA NAZARETH CANACHE	Asistio