PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA MERCED (IED) (LA MERCED)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CHERYL LYNN CONTRERAS LARA**
3. FECHA:	2023-05-17	4. HORA:	Miercoles,09:50:00,11:50:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explorar capacidades físicas que posibiliten el desarrollo motor, físico y técnico.

COGNITIVA :
Comprender conceptos y gestos deportivos aplicados a la danza.

PSICOSOCIAL :
Reconocer como el valor del respeto a mi individualidad y la de los demas es valiosa para el logro de objetivos individuales y colectivos.

LUDICA :
Interpretar situaciones en actividades recreativas proponiendo diversas soluciones.

TEMA :
Reactivación centro de interés baile deportivo - Inicio creación coreográfica.

SUBTEMAS :
Técnica específica figuras de baile salsa y bachata individuales y coreografía en grupo

IMPLEMENTACION :
Espacio fisico adecuado, ropa, calzado adeduados + hidratación, dispositivo de audio, elementos de requistro de las actividades

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo y bienvenida / llamado a lista / tema componente social: autoconocimiento-autoconcepto-autoimagen-autoestima=empoderamiento. / socialización del objetivo de la sesión / realización del calentamiento general (movilidad articular, aumento frecuencia cardiaca con formas jugadas. Estiramiento dinamico guiados) calentamiento especifico con varios ritmos de baile en dinámica "la fiesta".

TIEMPO
30m

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Se realiza repaso de pasos de baile en salsa: básicos (6-seis), adornos (6-seis), susy-q , trenza, dinos, anita, patacón pizao, latino, patineta, punta talón, payaso y otros / se retoma trabajo de coreografía colectiva / / se realiza la socializacion y retroalimentación general.

TIEMPO
50m

RETO :
ACTIVIDADES
Observa las presentaciones de tus compañeras e identifica un aspecto por mejorar y otro por mantener. Trata de aplicarlos a tu baile.

TIEMPO
20m

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Se realiza la debida vuelta a la calma con ejercicios de estiramiento estático propios a grupos musculares estimulados. / se realiza relajación dirigida sobre temas socioemocionales y se motiva para venir más preparadas y continuar evolucionando.

TIEMPO
20m

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA MERCED			Nombre Instructor: CHERYL LYNN CONTRERAS LARA	
2. Fecha:	2023-05-17	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Miercoles,09:50:00,11:50:00	6. Nº de Sesion: 14	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013129539	JULIANA ARISTIZABAL	Asistio
1034665367	DANNA TATIANA PULIDO	Asistio
1030578357	MARIA FERNANDA ROSAS	Asistio
1022367204	SAMARA ALEJANDRA SANCHEZ	No asistio
1033107374	MARIA KAMILA CASTAÑEDA	No asistio
1028869567	JHANNA VALENTINA FUQUEN	Asistio
1145225324	SHARA AMELY LAYTON	No asistio
1010966207	MARIANA MARTINEZ	Asistio
1028842302	KAROL SOFIA MONTOYA	No asistio
1028842282	JUANITA MUÑOZ	Asistio
1014670908	MARIA CAMILA ORJUELA	No asistio
1019765607	LAURA GABRIELA PONTON	Asistio
1141325916	SARA VALERIA RODRIGUEZ	No asistio
1028868659	SALOME URREGO	Asistio
1013131708	VALERIA BUITRAGO	Asistio
1031423903	MARIANA PULIDO	Asistio
1016717773	NICOL NATALY NEIRA	Asistio
1141327950	ANGIE NATHALIA MOLINA	Asistio
1028841173	VALERY ALEXANDRA MONROY	No asistio
1012375011	VALENTINA AGUILAR	No asistio
1141326293	LUISA SOFIA BORDA	Asistio
1012454730	SHARIT NICOL CALDERON	Asistio
1113366705	LAURA SOFIA MONDRAGON	Asistio