

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:	2023-05-10	4. HORA:	Miercoles,12:20:00,14:20:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. N° DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. N° DE SEMANA:	7
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 físico adecuado, ropa, calzado adecuados + hidratación, dispositivo de audio, elementos de requisito 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 transmite la nformacion especifica a las figuras de baile salsa y bachata: básico lateral, frontal, paso toco, rebote, twist, escalera, cuadrado. meneito, y variaciones / se retoman parejas-grupos de baile y se solicita iniciar creación de su propia coreografía de bachata durante la sesión. / se hace la socialización y retroalimentación de coreografias de forma colectiva. 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:	2023-05-10	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Miercoles,12:20:00,14:20:00	6. N° de Sesion: 12	9. N° de Semana: 7	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1014875958	ADRIANA LUCIA GARCIA			Asistio
1013127522	SOPHIA MARQUEZ			Asistio
1013132451	LAURA XIMENA ORTIZ			Asistio
1019903683	VALERIE LUSIANA PRODERO			Asistio
1019997868	SARA SOFIA CUBIDES			Asistio
1014671898	MARIA FERNANDA GARAY			Asistio
1013129921	SHARICK DANIELA ROJAS			No asistio
1013127428	EMILY DAYANNA SICACHA			Asistio
1019059714	CAMILA ALEJANDRA CUERVO			Asistio
1024527045	MAILYN AMADO			Asistio
1034293888	LAURA JULIANA GUZMAN			Asistio
1022369704	SARA ANGELINA SARMIENTO			Asistio
1030602859	SOFIA BORRERO			Asistio
1022372749	SARA SOFIA CARDENAS			Asistio
1141326975	SARA XIMENA PARDO			Asistio
1014992365	ANGELICA MARIA VEGA			Asistio
1028869271	MARIA FERNANDA RODRIGUEZ			No asistio
1012353093	SOFIA MOGOLLON			Asistio
1014993151	ANGELA SALOME MUÑOZ			Asistio