

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:	2023-05-09	4. HORA:	Martes,09:50:00,11:50:00
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 fisico adecuado, ropa, calzado adeduidos + 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 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:	2023-05-09	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Martes,09:50:00,11:50:00	6. N° de Sesion: 12	9. N° de Semana: 7	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1010196323	HELLEN VIVIANA ALDANA			Asistio
1023381555	MELANY SOFIA BARACALDO			Asistio
1034662645	LAURA VALENTINA RIOS			Asistio
1019049271	GABRIELA RODRIGUEZ			Asistio
1019607316	VALERIA ROJAS			Asistio
1021314379	PAULA VALERIA ROMERO			Asistio
1025541932	ANA MARIA RUIZ			Asistio
1097099559	LAURA DANIELA SAENZ			Asistio
1030590086	LUCIANA ARIAS			Asistio
1028866432	SHARON NATALIA BONILLA			Asistio
1010966299	LINA ISABELLA CASTAÑEDA			Asistio
1028488021	HANNA VALENTINA GARCIA			Asistio
1021397825	LAURA ALEJANDRA MEDINA			Asistio
1019995640	NATHALY VALERIA OSPINA			Asistio
1019606164	KRISTINA VARGAS			Asistio
1014566185	LAURA VALENTINA PULIDOQ			Asistio