

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:	2023-05-11	4. HORA:	Jueves,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:	2023-05-11	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Jueves,12:20:00,14:20:00	6. N° de Sesion: 12	9. N° de Semana: 7	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1026566892	LAURA VALENTINA CHILATRA			Asistio
1032434268	DANNA SOFIA RODRIGUEZ			Asistio
1033104591	PAULA VALENTINA ROSAS			Asistio
1029146923	LAURA JULIANA ARIAS			Asistio
1013108119	VALENTINA CABEZAS			Asistio
1028488667	LAURA ALEJANDRA CARRILLO			No asistio
1013124297	HANNIE CAMILA GARCIA			Asistio
1014868336	DANNA SOFIA LADINO			Asistio
1094052265	MARIA FERNANDA MENJURA			Asistio
1034287329	MARA ISABEL MONTAÑO			Asistio
1014992081	MARIA CAMILA ALARCON			Asistio
1030580412	JUANA ALEJANDRA ARIZA			Asistio
1016954453	VALENTINA CASTAÑEDA			Asistio
1028886092	MARIA JOSE POSSE			Asistio
1010965520	SOFIA ELUNEY TORRES			Asistio
1028488065	NATALIA CAMACHO			Asistio
1023303875	LAURA GABRIELLA GODOY			Asistio
1147484184	SOFIA SANCHEZ			Asistio
1034400715	ANGIE TATIANA MOSQUERA			Asistio
1013122433	SALOME GOMEZ			No asistio
1011103005	MARIA FERNANDA DELACRUZ			Asistio
1019995906	MANUELA SUAREZ			Asistio
1030592437	DANNA GABRIELA RUIZ			Asistio
1141322048	VIOLETA CASTAÑEDA			Asistio
1025323512	SOLANGEL MATIZ			Asistio
1012920419	PAULA VALENTINA HUERTAS			Asistio