PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2023-06-01	4. HORA:	Jueves,02:00:00,05:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo saltos y desplazamientos corporales propias de las técnicas de movimiento.

COGNITIVA :
Identifica por medio del movimiento seguridad al desplazarse en un espacio determinado.

PSICOSOCIAL :
Reconozco el derecho a la identidad como fundamento principal en la vida del ser humano.

LUDICA :
Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.

TEMA :
Actividades atleticas.

SUBTEMAS :
Saltos con elementos y sin elementos.

IMPLEMENTACION :
Aros,conos,botellas plasticas, lazo.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida y bienvenida a la sesion de clase , Saludo , respectivo llamado a lista , y compartir el estado animico para saber en que actitud vienen los niños . Explicacion de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las tematicas anteriores para reforzar lo visto . Se colocan en círculo y se realizan diferentes ejercicios, separación de piernas bajamos el tronco hacia el lado derecho y luego hacia el lado izquierdo, en cuclillas subimos y bajamos Intervienen todos los segmentos corporales ejercicios de brazos caminar con los brazos elevados hacia arriba y hacia abajo, trote suave por un espacio determinado. Juego la comba: Es un juego que se puede realizar individual o colectivamente. Si se juega individualmente, es la propia persona la encargada de hacer girar la cuerda y saltar. Si se practica colectivamente, la cuerda será girada por Dos Personas, una a cada extremo, mientras que otra persona será la encargada de saltar. Y asegúrate de saltar más veces que tus compañeros. "

TIEMPO
60 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
" -Saltar la soga en el puesto a pie juntos, en un pie, alternando sucesivamente los pies. -Crear diferentes formas de saltar la soga por pareja. -Correr por todo el terreno intentando saltar a lo ancho una colchoneta, a la vez que movemos los brazos hacia delante. Por parejas, uno se agacha y el otro le salta. -Fila de Aros: saltos pies juntos pata coja primero derecha, después izquierda. -Fila de Conos o botellas plásticas: saltos laterales con pies juntos. (Cada estación se realiza dos veces luego las filas van cambiando de estación). "

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
"Carreras y saltos enredados: Consiste en dar carreras con saltos, teniendo una dificultad: que llevemos apretado en las piernas, o muslos una bomba. No se puede dejar caer la bomba o debe reiniciar el recorrido. La distancia para el recorrido de corriendo con saltos será determinada por el resto de los jugadores o por el organizador del juego.Este reto se puede realzar en casa con elementos que tengan (Medias envueltas, bomba, bolsa plástica)."

TIEMPO
30 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Realiza cada uno de los ejercicios de estiramiento durante 30 segundos vuelta a la calma Teléfono roto: se formará un círculo el Formador dará una información al primero y éste tendrá que decírselo suavemente al compañero de la derecha (solo tendrá una oportunidad). Así hasta llegar al primero, a ver si se ha dado bien la información.

TIEMPO

30 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2023-06-01	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,02:00:00,05:00:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 7		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013272607	CHANELLE LORENA NARANJO	Asistio
1016046610	ALEJANDRO ORTEGA	Asistio
1022990002	JEIMY ANDREA PALACIO	Asistio
1141332392	DEIVEED SANTIAGO PAVA	Asistio
1022974963	JEREMY ALEJANDRO PEÑA	Asistio
1012401222	SEBASTIAN DAVID RAMOS	No asistio
1050170537	LAURA SOFIA RODRIGUES	Asistio
1141331490	NIKOLLE ALEJANDRA RODRIGUEZ	Asistio
1028497230	DANIEL ESTEBAN ROMAN	Asistio
1014484094	ANDRES FELIPE ROZO	Asistio
1028497669	WENDY VANESA SAENZ	Asistio
1016058504	ALECK SEBASTIAN SANCHEZ	Asistio
1013272348	KEVIN SANTIAGO SANTANA	Asistio
1013133746	JUAN MANUEL SANTOS	Asistio
1028493730	KEVIN FELIPE TORRES	Asistio
1028872159	SARA LUCIA TUSARMA	Asistio
1146127107	LINDA VALENTINA URREGO	Asistio
1013009844	VALENTINA VASQUEZ	No asistio
1025068454	ANDRES SANTIAGO VIVAS	Asistio