PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (LAUREANO GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOSE LEONARDO SERNA GARCIA**
3. FECHA:	2023-09-27	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PORRAS	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Efectuar las habilidades y cualidades físicas propias del porrismo por medio de actividades lúdicas

COGNITIVA :
Adquiere y reconoce la terminología propia del porrismo para llevar a cabo su practica

PSICOSOCIAL :
Fortalecer los lazos de convivencia y paz entre los escolares desarrollando habilidades comunicativas asertivas.

LUDICA :
Desarrollar por medio del juego y sus diferentes posibilidades, dinamicas que nos permitan trabajar en equipo y generar valores deportivos asi como compañerismo, honestidad y sana convivencia.

TEMA :
Combinaciones

SUBTEMAS :
Ejecuta los basics motions de forma continua para realizar salto extension y salto rodillas al pecho Ejecuta los basics motions de forma continua para realizar salto en estrella y salto ruso Combina los basics motions de forma continua para realizar salto extension y salto rodillas al pecho Combina los basics motions de forma continua para realizar salto estrella y salto ruso

IMPLEMENTACION :
Zona cancha y zonas verdes, música, aros y conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (5 minutos): Saludo, sugerencias de autocuidado y llamado a lista. Actividad 2 (10 minutos): charla sobre la familia y su importancia en la vida de cada persona para su superación como personal.

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (15 minutos) movimiento arcticular y calentamiento con saltos en X, salto en T, doble salto, squipin y flexiones de pierna. Actividad 2 (20 minutos) El escolar realizara combinaciones de basics motions de forma continua para realizar salto extension y salto rodillas al pecho. Actividad 3 (20 minutos) se realizara combinacion de los basics motions de forma continua para realizar salto estrella y salto ruso con diferentes variaciones. Actividad 4 (10 minutos) Vuelta a la calma con ejercicios de piso en spagat, piernas al frente, flexión de cadera.

TIEMPO
75 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (15 minutos):El juego del pan quemado, los participantes tendrán que entrelazarse con los brazos formando una cadena, esto resaltara la importancia del trabajo en equipo

TIEMPO
15 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (15 minutos): retro alimentación con preguntas y resolver inquietudes de lo aprendido en la sesión, sugerencias de autocuidado y su importancia.

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: JOSE LEONARDO SERNA GARCIA	
2. Fecha:	2023-09-27	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 13	
4. Grupo:	PORRAS 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1053342481	SARAH VALENTINA ALVARADO	No asistio
1014483792	ALEJANDRA GARCIA	No asistio
1025078853	LEIDY MARIANA LIEVANO	No asistio
1145425656	ANDRES FELIPE TEJEDOR	Asistio
1145225895	EMYLY YISETH CARDOZO	No asistio
1011106220	SALOME RUIZ	No asistio
1011214464	SOFIA ZAMIRA ACOSTA	No asistio
1014236053	LAURA DANIELA MARIN	No asistio
1052993245	ANDRY VALENTINA ALVAREZ	No asistio
1189714650	LEIDY SOFIA HURTADO	Asistio
1141719263	ELIANA SOFYA HERREÑO	Asistio
1014874927	MARIA JOSE ALVAREZ	No asistio
1023165445	NICOL JULIANA PEÑALOZA	No asistio
1016959587	LUISA FERNANDA AREVALO	Asistio
1064719196	LAURA SOFIA CORREA	No asistio
1011216723	JUAN RICARDO BOGOTA	Asistio
1028662236	JOHAN ANDRES RODRIGUEZ	No asistio