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,13:00:00,15:00:00
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,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 13	
4. Grupo:	PORRAS 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1032462752	DANNA ANDRADE	Asistio
1013272144	MARIA ALEJANDRA LOPEZ	Asistio
1023166969	KAROL JULIANA MEJIA	No asistio
1028944786	KAROL DANIELA FUENTES	No asistio
1025064830	EIMY VANESSA RAMOS	Asistio
1028889447	ANNA SOFIA CERON	No asistio
1088882727	SAMUEL ALVAREZ	Asistio
1031656013	MARIA JOSE AVILEZ	Asistio
1011218047	SARA ALEJANDRA CHIBUQUE	No asistio
1023085448	ISABELLA MARIN	Asistio
5336276	ORIANA VALENTINA SALVATIERRA	Asistio
6120972	MARIA LOLIANNY DOMINGUEZ	Asistio
1235257824	ISABELLA VALENTINA CRISTALINO	Asistio
1016957325	MARIA FERNANDA RAMIREZ	No asistio
1028493094	ANGELA MARIANA DUQUE	No asistio
1014245372	LAURA XIMENA MORALES	Asistio
1043849450	MARIA ALEJANDRA CUETO	Asistio