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:	2023-09-04	4. HORA:	Lunes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PORRAS	6. Nº DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

COGNITIVA :
Desarrollar el proceso adquirido por medio del conocimiento y las capacidades propias del porrismo.

PSICOSOCIAL :
Fomentar la lúdica como estrategia fundamental en el proceso de aprendizaje y desarrollo de la creatividad de los escolares.

LUDICA :
Orientar al escolar en un ámbito determinado por aspectos o rasgos que nos definen como personas únicas sin importar su condición física, social o psicológica

TEMA :
Agarres y apoyos

SUBTEMAS :
Técnica del monte en side luch con agarres. Efectividad grupal en ejecución del desmonte Efectividad grupal con agarres específicos monte a prep Subir con cuarto de giro con apoyo de bases desde prep

IMPLEMENTACION :
Zona dura en canchas y zona verde

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (5 minutos): Saludo, sugerencias de autocuidado y llamado a lista. Actividad 2 (10 minutos): dinámica dundundara donde se enfatizara en preguntas sobre lo que mas les gusta hacer con la familia en su tiempo libre y el porque

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) Efectividad grupal con agarres específicos monte a prep y Subir con cuarto de giro con apoyo de bases desde pre. Actividad 3 (20 minutos) motions cheer. Actividad 4 (10 minutos) Vuelta a la calma con ejercicios de piso en spagat, foca, caracol, osos y mariposa y payasitos.

TIEMPO
75 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (15 minutos): pato ganzo, se formaran en circulo y uno de ellos deberá cantando la ronda del pato ganzo, una vez diga ganzo se deberá correr al rededor del circulo y llegar al otro extremo

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.

TIEMPO
15 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: JOSE LEONARDO SERNA GARCIA	
2. Fecha:	2023-09-04	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 16	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	PORRAS 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1032462752	DANNA ANDRADE	Asistio
1013272144	MARIA ALEJANDRA LOPEZ	No asistio
1023166969	KAROL JULIANA MEJIA	No asistio
1028944786	KAROL DANIELA FUENTES	No asistio
1025064830	EIMY VANESSA RAMOS	No asistio
1028889447	ANNA SOFIA CERON	No asistio
1088882727	SAMUEL ALVAREZ	Asistio
1031656013	MARIA JOSE AVILEZ	No asistio
1011218047	SARA ALEJANDRA CHIBUQUE	No asistio
1023085448	ISABELLA MARIN	No 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