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:	2023-09-26	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PORRAS	6. Nº DE SESIÓN:	23
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
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 :
Esquema corporal

SUBTEMAS :
Posturas basicas decubito lumbar yabdominal Posturas basicas decubito abdominal Postura invertida con apoyo a la pared Invertida en tres apoyos

IMPLEMENTACION :
Musica, bolsas de plastico, tijeras, cinta transparente, medias

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (5 minutos): Saludo, sugerencias de la importancia del autocuidado y llamado a lista. Actividad 2 (10 minutos): Imágenes sobre la amistad y la lealtad en la familia y con las personas que nos rodean en comunidad.

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (15 minutos) movimiento articular y calentamiento con pelotas hechas con medias donde cada uno realizara diferentes acciones con ellas. Actividad 2 (20 minutos) Posturas básicas de cubito lumbar y abdominal, Posturas básicas de cubito abdominal y Posturas de invertida con apoyo a la pared. Actividad 3 (20 minutos) motions en secuencia con música de conteo en ingles. Actividad 4 (10 minutos) Vuelta a la calma con ejercicios de piso en spagat, foca, caracol, osos y mariposa.

TIEMPO
75 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (15 minutos): se elaborara unos pompones, cada una debe tener los implemento ya solicitados y seguirán la instrucción para su elaboración

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:	2023-09-26	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 23	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	PORRAS 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016605451	SARA GABRIELA LIEVANO	No asistio
1014301957	VALERY SOFIA FERNANDEZ	Asistio
1150188121	SHARITH SOFIA ACOSTA	Asistio
1034403752	ISABELLA PEÑA	Asistio
1095830571	MARIA ISABELLA MAYORGA	Asistio
1137875869	EDER ANDRES JIMENEZ	Asistio
1222210961	JULIANA CATAMA	Asistio
1233889062	DANIEL JOSEPH ABRIL	Asistio
1014299304	CONY SARETH ACEVEDO	Asistio
1141134996	LAURA DANIELA ALDANA	Asistio
1141135155	SAMUEL DAVID AVILA	Asistio
1031845835	DANNA CAMILA CORREA	No asistio
5205803	FABIAN ALEJANDRO DELGADO	No asistio
1014298872	ISABEL SOFIA HERRERA	Asistio
1031842105	SARA GABRIELA LUNA	Asistio
1016962596	JUAN FELIPE MARTINEZ	Asistio
1014290035	MARIA ISABEL MELCHOR	Asistio
1014302837	MARIA ALEJANDRA RANGEL	Asistio
5193716	SAMANTHA SOFIA RODRIGUEZ	Asistio
1023245196	LAURA MELISSA YARCE	Asistio
1025152325	DAYANIS MARIA DIAZ	No asistio
1141131729	EMILHY SHAIRINE SOSA	Asistio
1065844793	ALAN SMIT SAYAS	Asistio