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:	2023-09-14	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PORRAS	6. Nº DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	11
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 :
Gimnasia

SUBTEMAS :
El escolar realiza Rollo adelante, Rollo atrás, Arco El escolar realiza desde primera pocision Media luna El escolar realiza desde ante salto Rondonff y/o Paloma Media luna media luna, Media luna rollo,Media luna rondonf

IMPLEMENTACION :
Zona verde, palo de escoba y lazo, bafle.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Actividad 1 (5 minutos): Saludo, sugerencias de autocuidado y llamado a lista. Actividad 2 (10 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 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 realiza Rollo adelante, Rollo atrás y Arco desde el piso. Actividad 3 (20 minutos) se realizara desde primera pocision Media luna y luego ejecucion de rondonff 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): cada uno de los participantes con el palo trataran de hacer equilibrio con los dedos de las manos y luego con el pie lograra ser el mejor en el ejercicio el que logre sostener el palo durante mínimo un minuto.

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:	2023-09-14	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	PORRAS 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1081828500	YEIGAR DAVID OROZCO	Asistio
1014293974	JOSEPH MATHIAS MENDOZA	Asistio
1016963266	THOMAS ANDRES RUEDA	Asistio
1016602351	ANTONELLA PAJOY	Asistio
1222212403	SAMUEL MATHIAS TIQUE	Asistio
1116043527	NASLY JULIANA PULIDO	Asistio
1140931969	SAHILY JULIETH PERILLA	Asistio
5793248	FABRICIO JESUS CRESPO	Asistio
1226459	NICOLLE ANTONELLA JIMENEZ	Asistio
1016605805	LUSSIANA REYES	Asistio
1146138068	IAN SEBASTIAN VILLAMIL	Asistio
N37664945461	EDUARDO ENMANUEL LOPEZ	Asistio
7449484	SANTIAGO ALKEXANDER ROMERO	Asistio
1016962742	MARTINA SANDOVAL	Asistio
1104430540	JOHN PAUL MENDOZA	Asistio
1026588182	SALOME SEGURA	Asistio
N37664678075	SAMUEL ALEJANDRO SAIKES	Asistio
1034669234	JESUS DAVID RODRIGUEZ	Asistio
108221629112016	ISABELLA SOFIA YEPEZ	Asistio