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:	2023-09-21	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PORRAS	6. Nº DE SESIÓN:	22
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 :
Gimnasia estatica

SUBTEMAS :
Invertida en las manos Caidas de arco pasada de arco Media luna

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:	2023-09-21	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	PORRAS 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1081828500	YEIGAR DAVID OROZCO	Asistio
1014293974	JOSEPH MATHIAS MENDOZA	No 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	No asistio
7449484	SANTIAGO ALKEXANDER ROMERO	Asistio
1016962742	MARTINA SANDOVAL	No asistio
1104430540	JOHN PAUL MENDOZA	Asistio
1026588182	SALOME SEGURA	No asistio
N37664678075	SAMUEL ALEJANDRO SAIKES	No asistio
1034669234	JESUS DAVID RODRIGUEZ	Asistio
108221629112016	ISABELLA SOFIA YEPEZ	Asistio