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,12:00:00,14:00:00
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,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 23	9. Nº de Semana: 12	
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	No 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	No 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	No asistio
1026588182	SALOME SEGURA	Asistio
N37664678075	SAMUEL ALEJANDRO SAIKES	Asistio
1034669234	JESUS DAVID RODRIGUEZ	No asistio
108221629112016	ISABELLA SOFIA YEPEZ	Asistio