PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2023-10-04	4. HORA:	Miercoles,08:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Domina formas basicas de movimiento como los rodamientos : rollo a tras

COGNITIVA :
Domina los procesos de interaccion con los que los rodea comprendiendo la percepcion de los juegos y actividades realizadas

PSICOSOCIAL :
Domina los derechos creando escenarios donde se evidencie el derecho a la igualdad

LUDICA :
Participa en los juegos que se realiza rollo a tras y atrapar el globo con sus variaciones

TEMA :
Fundamentos de suelo: Rollo a tras

SUBTEMAS :
Capacidades coordinativas: Rodamientos

IMPLEMENTACION :
Colchonetas o cobijas, Globos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida y bienvenida a la sesion de clase , Saludo , respectivo llamado a lista , y compartir el estado animico para saber en que actitud vienen los niños . Explicacion de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las tematicas anteriores para reforzar lo visto . Movimiento articular de todas las partes del cuerpo, muñecas, brazos, hombros, cabeza, tronco, cintura, piernas , y pies, movimintos de extension, flexion, circunduccion, adubcion , aduccion locomocion: caminar, trotar, correr, saltar, correr de frente, de espalda, de lado, diagonal, van realizando las acciones a la voz del profesor. juego: los animalitos: donde deben reptar como culebrita o gusanitos, cangrejos de espalda con las dos manos y los dopies hacen el desplazamiento, como perritos en posicion cuadrupedia, ranita saltando desde la posicion de cuclillas."

TIEMPO
60 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Expicación nuevamente de las actividades para su desarrollo optimo . La habilidad gimnastica de suelo rollo a tras se realiza primero con una explicacion y demostracion del ejercicio donde se evidencie las fases del ejercicio . se comienza con tres ejercicios educativos : balanceos o mesedora abrazando las rodillas, el segundo ya no abraza las rodillas con las manos sino que las manos van al lado de las orejas y se hac el balanceo rodando la espalda por el piso, y el tercer educativo ya va con el balanceo desde posicion de cuclilla con rodillas pegadas al pecho y casi dando ya el rollo atrás. 1. posicion inicial, se inicia en posicion de pie, 2. desequilicrio, sentado en posicion de cuclillas con las manos a las altura de las orejas. 3. impuso, separacion de los pies del suelo, movimiento rapido de envolvimiento. 4. rodamiento. la espalda toma contacto sucesivamente hasta la zona cervical y manos apoyadas por detras de los hombros 5. recuperacion, los pies buscan el suelo."

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Lanzar el globo hacia arriba o que alguien lo lance, se debera realizar el rollo a tras y coger el globo antes que llegue al piso, se realizara varias repeticiones.

TIEMPO
30 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento de todas las partes del cuerpo, tren superior y tren inferior cabeza, hombros, espalda, cintura, piernas y pies, todos los estiramiento se realizan por un tiempo de 8 segundos . retroaalimnetacion: donde se les pregunta a los estudiantes lo que mas le gusto de la clase, si realizaron bien el ejercicio que era objetivo de la clase.

TIEMPO
30 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2023-10-04	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,08:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028791920	JUAN MANUEL GUITIERREZ	Asistio
1126910260	LUIS DAVID LEMES	Asistio
1220219258	JAZMIN EILY LINARES	No asistio
1030690357	HEYLLEN ZARAY MATIZ	Asistio
1029153213	JEFFERSON MEJIA	Asistio
1233501039	SARA VALENTINA MELCHOR	Asistio
1146138911	VAIOLETH MARIANA MORENO	Asistio
1124832103	BRITHANY YAHAIRA OJEDA	No asistio
1233504011	CARLOS DAMIAN PEREZ	Asistio
1065912566	VALERY SOFIA PINEDA	Asistio
1146138747	RONALD ANDRES RENGIFO	No asistio
1146136449	SAIRA NICOLE RIVERA	Asistio
1025077139	SARA VALERIA SALCEDO	No asistio
1233504777	JASBLEIDY JULIETH SANCHEZ	No asistio
1013151573	LINDA VALERYA ROMERO	No asistio
1027537445	IHAN DAVID SANGUINO	Asistio
1195466621	LIAM TEJADA	Asistio
1143161227	ZAIRA SOFIA VILORIA	No asistio
1146138544	ERICK SAMUEL PIEDRAHITA	Asistio
1146138624	ALISON GABRIELA SILVA	No asistio
5435087	JESUS JHOSNEIBER PEÑA	Asistio