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,14:00:00,17:00:00
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,14:00:00,17:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1220223803	THIAGO ZAMBRANO	Asistio
1029296207	KENNAN ALEXIS URREA	No asistio
1012457921	DYLAN ALEJANDRO TORRES	Asistio
1028878178	JUAN DIEGO TOLEDO	Asistio
1010846543	HEYLEN SAMANTHA SUAREZ	No asistio
1146138535	SARA GABRIELA SANCHEZ	Asistio
1028844267	VALERIA SALAZAR	No asistio
1023026377	GERONIMO SABOGAL	No asistio
1016606229	SARA JULIANA RODRIGUEZ	Asistio
1146139657	DYLAN MATIAS POVEDA	Asistio
1012453115	JAVIER ALEXIS POLANIA	Asistio
1141358394	ANGEL FELIPE PELAEZ	No asistio
1146138146	SAMUEL ANDRES PAMPLONA	Asistio
4808236	VALERY KAMILA ZAMBRANO	No asistio
1028877775	DANNA SOFIA TORRES	Asistio
1146137565	LAURENT KAMILA TELLEZ	Asistio
1145735741	SANTIAGO RUANO	No asistio
1029153602	YAN ARID RODRIGUEZ	No asistio
1012452031	JOAN STEVEN RODRIGUEZ	Asistio
1026595932	JUAN SEBASTIAN MORENO	Asistio
1061172498	ALEJANDRO MORENO	Asistio