

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                  |                       |                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------|----------------------------|
| 1. IED: COLEGIO SAN CARLOS (IED) (JOSE ANTONIO RICAURTE)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | CHERYL LYNN CONTRERAS LARA |
| 3. FECHA:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2024-03-07       | 4. HORA:              | Jueves,12:45:00,14:45:00   |
| 5. CENTRO INTERÉS:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ACTIVIDAD FÍSICA | 6. N° DE SESIÓN:      | 11                         |
| 7. LOCALIDAD:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Tunjuelito       | 8. N° DE SEMANA:      | 6                          |
| 8. ZONA:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 6                | 9. CICLO:             |                            |
| DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                  |                       |                            |
| <b>MOTRÍZ :</b><br>Vivencio múltiples formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |                       |                            |
| <b>COGNITIVA :</b><br>Vivencio las secuencias de acciones como es la coordinación gruesa y fina en la búsqueda de manejar adecuadamente sus segmentos corporales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |                       |                            |
| <b>PSICOSOCIAL :</b><br>Reconozco similitudes y diferencias con mis compañeras de grupo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |                       |                            |
| <b>LUDICA :</b><br>Resuelvo las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |                       |                            |
| <b>TEMA :</b><br>Reconozco mi cuerpo y sus posibilidades de movimiento                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                  |                       |                            |
| <b>SUBTEMAS :</b><br>Formas básicas de movimiento / ajuste rítmico- espacial / exploración y reconocimiento de segmentos corporales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                  |                       |                            |
| <b>IMPLEMENTACION :</b><br>"Espacio físico, hidratación, tapitas, tiras de tela, balón suave, stickers de puntos. "                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                  |                       |                            |
| FASES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |                       |                            |
| <b>FASE INICIAL :</b><br>ACTIVIDADES<br>Realizaremos el debido calentamiento general para realizar una observación inicial sobre la motricidad del grupo por medio de ejercicios estáticos y dinámicos que simulen movimientos de animales y permitan demostrar el dominio del estudiante sobre su cuerpo y la relación con el espacio y con el otro. Se realizará movilidad articular con rondas y activación cardiovascular y motora con juegos de desplazamiento.<br><br>TIEMPO<br>40 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                       |                            |
| <b>FASE CENTRAL :</b><br>ACTIVIDADES<br>Dinámicas de socialización e integración: Identificación motora con animales por medio de desplazamiento reconociendo las mejores imitaciones de los mismos: juego de las “pulguitas” asociándose en grupos según indicación y realizando diferentes retos motores / Activación de los estudiantes con juegos de carreras como: recolección del mayor número de tapitas mientras se realiza recorrido que exige habilidades coordinativas y espaciales con platillos, lazo y tapitas / Juego Cola de Ratón : donde a cada estudiante se le asigna una colita de tela: el juego consiste recolectar la mayor cantidad de colitas de ratón en un plazo te tiempo sin presentar actitudes violentas o agresivas. en caso de surgir se aprovecha la oportunidad para abortar transversalmente el modulo psicolocial de matoneo haciendo énfasis en el valor de respeto del espacio personal. / Se realizará juego de cogidas invisibles explicando muy bien reglas de juego y haciendo obligatorio su aplicación / Se cierra la parte central con el juego de ponchados con una pelota suave y en un espacio demarcado haciendo que los congelados salgan del área de juego y realicen ejercicios a su elección hasta terminar cada ronda.<br><br>TIEMPO<br>60 min |                  |                       |                            |
| <b>RETO :</b><br>ACTIVIDADES<br>Se reta a los estudiantes a mantener posiciones estaticas demandantes de la capacidad de equilibrio estático, jugando con sus compañeros a durar más tiempo que los demás.<br><br>TIEMPO<br>10 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                  |                       |                            |
| <b>FASE FINAL :</b><br>ACTIVIDADES<br>Mientras se va realizando la gradual vuelta a la calma con juego "negociamos?" se culmina esta fase motora con un ejercicios de postura, estiramiento y respiración se reforzarán las reglas de clase en especial conceptos del modulo psicosocial como respeto del espacio personal y la diferencia. Se preguntará a los estudiantes cuál fue la actividad de la clase que mas les gusto?<br><br>TIEMPO<br>10 min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                       |                            |



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

|                          |                          |                                       |                                               |            |
|--------------------------|--------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------|------------|
| 1. JOSE ANTONIO RICAURTE |                          |                                       | Nombre Instructor: CHERYL LYNN CONTRERAS LARA |            |
| 2. Fecha:                | 2024-03-07               | 5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA | 8. Localidad: Tunjuelito                      |            |
| 3. Hora:                 | Jueves,12:45:00,14:45:00 | 6. N° de Sesion: 11                   | 9. N° de Semana: 6                            |            |
| 4. Grupo:                | ACTIVIDAD FÍSICA 2       |                                       | 10. Edades:                                   |            |
| TI                       | NOMBRE                   |                                       |                                               | ASISTENCIA |
| 1222217515               | HAYLEY NICOLE ORJUELA    |                                       |                                               | No asistio |
| 1220225446               | JESUS EDUARDO ORTEGA     |                                       |                                               | Asistio    |
| 1013693147               | ENYER TORRES             |                                       |                                               | Asistio    |