PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-03	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades básicas de movimiento por medio de juegos y actividades deportivas.

PSICOSOCIAL :
Explora bases de relación y percepción del yo y del otro, en afianzamiento de derechos , creando escenarios en donde se promuevan los derechos fundamentales como el derecho a la vida.

LUDICA :
Explora y desarrolla habilidades lúdicas que permiten mejorar las relaciones con su par .

TEMA :
Patrones basicos de movimiento -ludico y Biosicosocial.

SUBTEMAS :
Saltos, desplazamientos en combinaciones, carrera con obstáculos , Actividad Lúdica de manera individual - Juego de palabras, derecho a vivir en libertad.

IMPLEMENTACION :
Cobija, Colchonetas , pelotas , botellas , palo de escoba , cogines , papel , hojas y lápices.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida - Bievenida - Llamado Respectivo a lista - Dar a conocer las indicaciones y acuerdos para el desarrollo de la clase. 1. Activacion y Movilidad articular -Juego de instruccciones en diferentes apoyos: el docente orienta la posicion, esta se hara imitando animales, realizando la imitacion, para realizar diferentes movimientos como: desplazamientos en dos apoyos (un aguila) desplazamientos en cuatro apoyos (camello) desplazamientos en 6 apoyos (gatos, perros, leones) . - Juego con musica : los niños escuchan la musica y hacen los diferentes comandos que esta manifiesta . 2. Estiramiento General y Especifico : realizar el estiramiento de manera ordenada (Guiandose por la pista de musica - Saludo al Sol) "

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Despues de la activacion se hacen las respectivas actividades para el desarrollo de los objetivos . Saltos: los niños ubicaran un palo de escoba, donde reaizaran saltos de manera simultanea y alternada . Se hara en un solo apoyo del hesmisfero que mas domine, y luego cambia. Realizara saltos cantando , resolviendo operaciones sencillas . Desplazamientos en combinaciones: ubican una colchoneta o cobija, Ubicaran dos botellas , un punto de referencia A y un punto de referencia B, Efecturan recorridos a cortas distancia llevando una pelota por el piso de botella a botellas (Se haran estos recorridos realizando varios movimientos con las extremidades inferiores y superiores de lanzar, atrapar. Carrera con obstáculos: se ubicaran en un espacio seguro, ubican las botellas donde deseen, realizaran desplazamientos, variando el ritmo de los recorridos, exquivando las botellas (obstaculos) realizandoo varias tareas motrices. Actividad Lúdica de manera individual : juego de palabra:Los niños utlizaran papel y lapiz y a la indicacion del profe deben dibujar lo que el profe mencione y seleccionar las vocales (contar cuantas vocales hay) . Segunda actividad: escribir su nombre y crear una pequeña historia . Derecho a vivir en libertad: se enviara una hoja con una imagen sobre el derecho a la libertad, para que rellenen con los materiales que tengan en casa . se hara con ayuda de los padres . Cada actividad de hara de a 20 Minutos con variaciones."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Seguir de manera ordenada la secuencia que se muestra en la presentacion de Power Point y Realizar los ejercicios que dirije la cancion de Lulu, menea la Patica . https://www.youtube.com/watch?v=53ePiCirfvk- https://www.youtube.com/watch?v=mrxTQZW9b08

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Estiramiento Final : Estiramiento según indicaciones del formador. Retroalimentacion :Escuchar a los niños mencionar los aspectos positivos y a mejorar en el desarrollo de la clase. Realizar un trabajo de reflexion con respecto al derecho visto . Recomendaciones : Recordar los acuerdos para la sesion de clase. "

TIEMPO
15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-03	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016098633	ELIANA CAROLINA MONTENEGRO	No asistio
N37666488871	HELLIANETH SOFIA BARROSO	Asistio
1141357165	SARA GABRIELA GOMEZ	Asistio
1141350709	MARIANA CARDENAS	No asistio
1011247568	SARA VALENTINA MONTAÑO	No asistio
1028878453	STEPHANY NOVA	Asistio
1233502984	ARRON MATHIAS TORRADO	Asistio
1201470664	VALERIA OVALLE	No asistio
1023409717	JOSE ANDRES ARIAS	No asistio
1203713533	YEFERSON ALEXANDER POLOCHE	No asistio
1105335373	DYLAN DAVID MONTEALEGRE	Asistio
1146137345	ANGEL DAVID MUÑOZ	No asistio
1146139253	DANA SOFIA MUÑOZ	Asistio
1220223757	MATHIAS ALFONSO	Asistio
1030694759	DEIVID ALEXANDER PACHON	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-10	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplica la habilidad motriz de pintar un dibujo determinado, siguiendo las indicaciones de color y orientación.

COGNITIVA :
Comprende las instrucciones dadas en las diferentes actividades y las aplica satisfactoriamente.

PSICOSOCIAL :
Vivencia en la clase y fuera de ella los motivos de la discriminación y su manejo.

LUDICA :
Crea ambientes de sano esparcimiento, siguiendo las indicaciones dadas y cumpliendo con los juegos preparados para la sesión de clase.

TEMA :
Habilidades motricidad fina - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Pintar, colorear - Juego dirigido - Derecho a la salud.

IMPLEMENTACION :
Colchoneta o manta - espacio amplio - lapices de colores - borrador - tajalapiz.

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 . Movilidad Articular: (de pies a cabeza) rotando la articulación de: pies, piernas, rodilla, cadera, tronco, muñecas, codos, hombro y cuello (40 segundos cada una). Skiping, en el puesto (Trote elevando levemente las rodillas). 40 segundos x 5 veces. Desplazamientos laterales en tijeras ó payasitos (Salto abriendo y cerrando piernas) 40 segundos x 5 veces."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Se le suministra un dibujo (preferiblemente de Gimnasia), el cual el estudiante debe colorear y seguir las indicaciones por ejemplo: el cielo azul, sol amarillo, pero también se le debe dar a escoger en alguna figura el color que desee aplicar, según su gusto. 2. Oro y plata: Se juegan entre 2 personas, los dos jugadores se colocan cara a cara separados a 3 mts de distancia y con las manos en la espalda, uno de los jugadores avanza poniendo un pie delante del otro de forma que elo talón toca la punta del otro y dice: ORO, seguidamente el segundo jugador en su turno dice: PLATA, así se van acercando, cuando el jugador a quien le corresponde avanzar cree estar lo bastante cerca del otro dice: MONTAR, e inmediantamente intenta pisar suavemente le pie de su compañero, el que logre montar a su compañero es el que gana. 3. Las rayas: se dibujan 2 rayas en el piso a una distamcia de 3 mts, los que van a participar se ubican a trás de una raya y con una piedra en la mano, la idea es lanzar la piedra y tratar de dejarla lo más cerca posible de la otra raya, gana el que la ubique más cerca. 4. Pares y nones: dos jugadores con una mano en la espalda, cuentan hasta 3 y ambos sacan la mano, mostrando con cuqlquier número de dedos extendido y el resto doblados, un momento antes de mostrar dicen el voz alta c/u de ellos: PARES O NONES, se suman los dedos y si el resultado es impar, gana el que dijo: NONES, si es par gana el que dijo: NONES. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Piedra , papel o tijera: En cuanto los 2 pronuncian simultáneamente la frase: ,Piedra , papel o tijera sacan la mano de atrpas de la espalda, formando una de las 3 figura a elección, piedra - puño cerrado, papel - mano extendida, tijera - 2 dedos extendidos, el papel vence a la piedra, la piedra a las tijeras y las tijeras le ganan al papel.

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"Con ayuda del acudiente y/o compañero: - Acostado boca arriba, apoyo de manos al lado del cuerpo, piernas extendidas siempre, la persona que me colabora, toma mi pierna por el pié, elevándola suavemente hasta llegar a los 90°, se cuenta lento hasta 5 segundos y cambia.3 veces con cada pierna. - Acostado de lado derecho, brazo extendido hacia arribe y sobre la cabeza y el izquierdo apoyado frente en el piso, la persona que me colabora, toma mi pierna izquierda, la eleva suave hasta llegar a los 90°, se cuenta lento 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Acostado boca abajo, brazos extendidos hacia arriba, piernas extendidas, la persona que me colabora, toma mi pié, elevándolo suavemente hasta que sienta que no lo puedo subir más, cuenta hasta 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Sentado piernas extendidas y separadas al frente, bajo el tronco hacia adelante lo que más pueda, cuento hasta 5 segundos x 3 veces."

TIEMPO

15 MIN

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-10	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
N37666488871	HELLIANETH SOFIA BARROSO	Asistio
1141357165	SARA GABRIELA GOMEZ	Asistio
1141350709	MARIANA CARDENAS	Asistio
1011247568	SARA VALENTINA MONTAÑO	Asistio
1028878453	STEPHANY NOVA	Asistio
1233502984	ARRON MATHIAS TORRADO	Asistio
1201470664	VALERIA OVALLE	Asistio
1023409717	JOSE ANDRES ARIAS	Asistio
1203713533	YEFERSON ALEXANDER POLOCHE	Asistio
1105335373	DYLAN DAVID MONTEALEGRE	Asistio
1146137345	ANGEL DAVID MUÑOZ	Asistio
1146139253	DANA SOFIA MUÑOZ	Asistio
1220223757	MATHIAS ALFONSO	Asistio
1030694759	DEIVID ALEXANDER PACHON	Asistio
1029153514	PAULA ANDREA BARRAGAN	Asistio
1141355214	DANNA ISABELLA VASQUEZ	Asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-12	4. HORA:	Jueves,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Logra la movilidad general de las articulaciones de hombro, mediante la ejecución de diversos ejercicios, realizandolo con la máxima amplitud posible.

COGNITIVA :
Reacciona ante situaciones haciendo uso de lo aprendido, involucrando su creatividad y demostrando comprensión en las dioferentes ejecuciones.

PSICOSOCIAL :
Posee la capacidad de reconocer sus derechos y aplicarlos en situaciones de discriminacion.

LUDICA :
Reconoce el juego como un instrumendo de aprendizaje contanste.

TEMA :
Flexibilidad hombro y espalda - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Activa - Formas jugadas de la flexibilidad - Derecho a una vivienda digna.

IMPLEMENTACION :
Espacio amplio - colchoneta o manta - Palo de escoba.

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 . Explicación de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las temáticas anteriores para reforzar lo visto. ACTIVIDAD 1: Recoger el desorden: Objetivo: Activación. Descripción del ejercicio: El escolar se ubica en una esquina de la habitación, en el suelo deben haber 15 objetos distribuidas en diferentes lugares, la idea es recogerlos uno por uno y llevarlos a la esquina de inicio, en el menor tiempo posible. Recomendaciones: Pueden hacer la actividad con los miembros de su familia, cada uno en un turno diferente. ACTIVIDAD 2: Rotación de partes del cuerpo. Objetivo: Fase de movilidad musculo articular. Descripción del ejercicio: Se deben rotar en círculos los pies, rodillas, cadera, tronco, hombros, brazos y cabeza, mientras se desplazan por la habitación en diferentes direcciones. Recomendaciones: Los diferentes segmentos utilizados deben rotar lentamente. Carga de ejercicio: cada segmento corporal durará 30 segundos."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Con la cabeza apoyada de forma lateral, empuja tu hombro hacia abajo de forma que no se deslice hacia tu oído. Empuja suavemente tu mano hacia abajo y mantenla en dicha posición. Realiza 3 series de 30 seg. 2. Relaja completamente los hombros y sostén el antebrazo que vayas a estirar con la mano contraria. Presiona el brazo sobre el pecho y ve estirándolo lo más que puedas, para posteriormente mantenerlo por unos cuantos segundos; luego de esto, vuelve a tu posición inicial. Realiza 3 series de 30 seg. 3. Posiciona tu antebrazo sobre el marco de la puerta (puede ser también una columna) y flexiona un poco tus rodillas. Avanza un poco hacia adelante con un pie, y gira tu pecho hacia el lado contrario del marco en el que te estés apoyando, tratando de tirar del omóplato. 4. Arrodíllate en el suelo (preferiblemente sobre algo acolchado, para no lastimar tus rodillas). Inclínate en el el suelo de manera lenta, asegúrate que tu estómago esté descansando sobre tus muslos, y tus glúteos sobre tus talones. Estira los brazos hacia adelante, sin mover o levantar tu cabeza, y busca que las palmas de tus manos estén en dirección boca arriba. Relaja los hombros y respira lentamente. Realiza 3 series de 30 segundos. 5. Apóyate sobre una pared que tengas cerca y ubica tus pies un poco separados de la pared en la que te estés apoyando. Con los brazos y codos apoyados, estíralos por encima de la cabeza mientras deslizas tus pulgares por la pared. Posteriormente, recógelos a su posición inicial, evitando mover los hombros en todo el ejercicio."

TIEMPO
15 min

RETO :
ACTIVIDADES
"Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros y los brazos delante de su cuerpo. Sostén un palo, como un palo de escoba o un tubo de PVC, con un agarre por encima de la mano, tus brazos serán más anchos que el ancho de tus hombros. Asegúrate de que el palo o el tubo esté paralelo al suelo y lentamente levanta el palo de la escoba o el tubo por encima de tu cabeza, manteniendo los brazos rectos. *Sólo ve hasta donde te resulte cómodo. *Mantén la pose por unos segundos. *Vuelva a la posición inicial. *Repita 5 veces."

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"*Arrodillado, con la cola sobre las pies, inclinamos el tronco hacia a tras y apoyamos manos cerca a los pies en el piso. 15 seg. *Arrodilladlo, con la cola sobre los pies, inclino el tronco hacia a delante, llevando la frente al piso y los brazos extendidos adelante también. 15 seg. *Acostado boca arriba, se estira una pierna y la otra se flexiona, llevándola al pecho, sujeta con los brazos y luego se cambia de pié. 15 seg cada uno. *Acostado boca arriba, se llevan las dos piernas hacia el pecho y se sujetan con las manos. 15 seg. "

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-12	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
N37666488871	HELLIANETH SOFIA BARROSO	Asistio
1141357165	SARA GABRIELA GOMEZ	Asistio
1141350709	MARIANA CARDENAS	Asistio
1011247568	SARA VALENTINA MONTAÑO	Asistio
1028878453	STEPHANY NOVA	No asistio
1233502984	ARRON MATHIAS TORRADO	Asistio
1201470664	VALERIA OVALLE	Asistio
1023409717	JOSE ANDRES ARIAS	No asistio
1203713533	YEFERSON ALEXANDER POLOCHE	No asistio
1105335373	DYLAN DAVID MONTEALEGRE	Asistio
1146137345	ANGEL DAVID MUÑOZ	Asistio
1146139253	DANA SOFIA MUÑOZ	Asistio
1220223757	MATHIAS ALFONSO	Asistio
1030694759	DEIVID ALEXANDER PACHON	Asistio
1029153514	PAULA ANDREA BARRAGAN	Asistio
1141355214	DANNA ISABELLA VASQUEZ	Asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-17	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controla voluntariamente los diferentes movimientos corporales a nivel global y segmentario, realizando los desplazamientos y atendiendo a las directrices en el momento indicado.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos.

PSICOSOCIAL :
Enfatiza la importancia de los derechos fundamentales: Derecho a la vida, recreación y el deporte, identidad, libre expresión y participación; fomentando los valores mediante la participación de juegos y actividades físicas deportivas que les permitan la integración grupal.

LUDICA :
Explora y participa en los juegos respetando los roles, la individualidad y el género.

TEMA :
Esquema corporal.

SUBTEMAS :
"Lateralidad, lúdico, biosicosocial. "

IMPLEMENTACION :
8 hojas, 1 botellita, 8 peloticas de pinpn o de papel, 2 vasos plasticos o desechables, 1 globo, 12 circulos de colores(4 amarillos, 4 azules, 4 rojos).

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"1. Formación y llamado a lista. 2. objetivos de la clase. 3. calentamiento cardiovascular: juego de la ruleta de desplazamientos: Se ubican 8 hojas de manera circular, cada una con diferentes desplazamientos (1. A Un Pie. 2. La Alfombra. 3. El Cangrejo, 4. Rodar Con Un Objeto Entre Los Tobillos 5. El Trineo. 6. El Costal. 7. El Túnel. 8. Gateo.) y se utiliza una botellita en el centro para girarla y saber qué tipo de movimiento realizar. Juego el toque toque: El juego consiste en tocar las rodillas de al compañero o pareja y evitar que el toque sus rodillas, gana quien logre tocar la mayor cantidad de veces la rodilla de la pareja en 1 minuto. Luego de esto realizaremos el mismo ejercicio pero tratando de tocar la espalda de la pareja y el hombro."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Ronda el Salta Montes: Salta, salta, salta, saltamontes. Salta, salta, sin cesar. Salta, salta, salta, saltamontes por derecha, por izquierda adelante y hacia atrás. Hacia adelante la pierna derecha me lleva adelante marchando, marchando con paso de gigante. La pierna izquierda me lleva hacia atrás saltando, saltando ahora verás. 2. Carreras de pelotas: Se ubica en el punto de partida un vaso con 8 peloticas de papel y en el punto de llegada otros vaso. El juego consiste en desplazar de un lado al otro las peloticas siguiendo las indicaciones en los desplazamientos (mano derecha, mano izquierda, pie derecho, pie izquierdo, saltando a un pie). Gana el participante que logre desplazar las peloticas en el menor tiempo posible. 3. El Espejo: El formador realiza diferentes movimientos y los escolares deben imitar estos movimientos. El Espejo al Revés:Para este juego necesitaremos gran concentración porque tendrán que realizar ciertos ejercicios al revés. El formador realiza diferetes movimientos y los escolares deben realizar lo opuesto a lo que realice el formador, ejemplo si el formador está sentado los niños deberan estar de pie . 4. El globo: cada niño tendrá un globo. Tendrán que golpearlo de la manera que indique el profesor tratando de que éste no toque el suelo. Utiliza diferentes partes del cuerpo. Incluir nociones como rodilla derecha u hombro izquierdo, entre otras. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Twister: ubica EL Tapete en el piso, luego el formador debe girar la ruleta y anunciar cuál es el color y la parte del cuerpo que indique. Luego, todos los jugadores deben seguir esta instrucción. Por ejemplo: ""Pie derecho, verde"" o ""Mano izquierda, azul"". Coloca la mano o el pie indicados (según lo indicado por el formador) en un círculo vacío del color correspondiente. Todos los jugadores deben colocar la misma parte del cuerpo en un círculo del mismo color al mismo tiempo. Trata de no caerte, el jugador quedará eliminado de esa ronda del juego si cae o si una de sus rodillas o codos entra en contacto con el tapete. Ganará la ronda el último jugador que quede sobre el tapete. "

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Vuelta a la calma: 1) Fichas sobre los derechos fundamentales. 2) Mural. 3)retroalimentacion"

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-17	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
N37666488871	HELLIANETH SOFIA BARROSO	Asistio
1141357165	SARA GABRIELA GOMEZ	Asistio
1141350709	MARIANA CARDENAS	Asistio
1011247568	SARA VALENTINA MONTAÑO	No asistio
1028878453	STEPHANY NOVA	No asistio
1233502984	ARRON MATHIAS TORRADO	No asistio
1201470664	VALERIA OVALLE	No asistio
1023409717	JOSE ANDRES ARIAS	No asistio
1203713533	YEFERSON ALEXANDER POLOCHE	Asistio
1105335373	DYLAN DAVID MONTEALEGRE	Asistio
1146137345	ANGEL DAVID MUÑOZ	Asistio
1146139253	DANA SOFIA MUÑOZ	Asistio
1220223757	MATHIAS ALFONSO	Asistio
1030694759	DEIVID ALEXANDER PACHON	No asistio
1029153514	PAULA ANDREA BARRAGAN	Asistio
1141355214	DANNA ISABELLA VASQUEZ	No asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-19	4. HORA:	Jueves,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Práctica las habilidades básicas de movimiento.

COGNITIVA :
Vivencia habilidades basicas de movimiento a traves del juego.

PSICOSOCIAL :
comprender la importancia del autocontrol , y entender que las emociones son fundamentales en una sociedad.

LUDICA :
Aplica la relacion de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades recreativas y deportivas.

TEMA :
Parada de manos

SUBTEMAS :
Habilidades básicas.

IMPLEMENTACION :
Pared, piso tatami, colchonetas

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"*Saludo y bienvendida del formador a los estudiantes- Respectivo llamado a lista. * Explicacion de objetivos y protocolos de bioseguridad para la sesión. *Juego de roles, congelados tutifruti, de dos a una persona se encargarán de congelar a los demás niños, al realizar esta acción el niño congelado levantará su brazo hasta que un compañero los descongele pasando por debajo del brazo y mencionando una fruta. O una emoción

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"*El estudiante realizara desplazamiento caminando lo mas rapido posible llevando una botella hasta un platillo de papel y volviendo estos se hara todos los escolares al tiempo; este ejercicio se realizara por tiempo. * El estudiante realizara desplazamiento llevando la botella entre las piernas saltando ida y vuelta, ganando el primero en llegar; este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante realizara desplazamiento de espaldas, llevando la botella lo mas rapido posible, gana quien llegue primero; este ejercicio se realizara por tiempo. * El estudiante realizara desplazamiento llevando la botella dandole golpes con el pie, ida y vuelta, gana quien llegue primero; este ejercicio se realizara por tiempo. * El estudiante realizara desplazamiento llevando la botella lanzandola hacia arriba cambiando de mano en cada lanzamiento, gana quien llegue primero; este ejercicio se realizara por tiempo. Ubicar 5 botellas plásticas en el suelo en fila a una distancia de un paso: * Realizar elevación de rodillas por encima de las botellas de derecha y izquierda, y de devuelta me regreso gateando. * Realizar desplazamientos en zig-zag por medio de las botellas, y me regreso gateando. * Realizar salto pie derecho por encima de las botellas, y me regreso como un cangrejo. * Realizar salto pie izquierdo por encima de las botellas, y me regreso como un cangrejo." Trabajos en L y de apoyo en el piso Contra la pared parada de manos. Por grupos parada de manos con cuidados. Trabajo en escuadra y lunch.

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
*Llevar 8 tapas plasticas o de gaseosa los mas rapido posible de un platillo a otro , llevando una por una y según la tarea motriz asignada por el formador según los ejercicios de la fase central.

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"*Estiramiento de pies a cabeza, realizar estiramientos con elongación del tren superior y tren inferior. Cada ejercicio se realizará con una duración de 20 segundos. *Se realizara el protocolo de bioseguridad o desinfeccion a los estudiantes. "

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-19	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
N37666488871	HELLIANETH SOFIA BARROSO	Asistio
1141357165	SARA GABRIELA GOMEZ	Asistio
1141350709	MARIANA CARDENAS	Asistio
1011247568	SARA VALENTINA MONTAÑO	No asistio
1028878453	STEPHANY NOVA	No asistio
1233502984	ARRON MATHIAS TORRADO	No asistio
1201470664	VALERIA OVALLE	No asistio
1023409717	JOSE ANDRES ARIAS	No asistio
1203713533	YEFERSON ALEXANDER POLOCHE	No asistio
1105335373	DYLAN DAVID MONTEALEGRE	Asistio
1146137345	ANGEL DAVID MUÑOZ	No asistio
1146139253	DANA SOFIA MUÑOZ	Asistio
1220223757	MATHIAS ALFONSO	Asistio
1030694759	DEIVID ALEXANDER PACHON	No asistio
1029153514	PAULA ANDREA BARRAGAN	Asistio
1141355214	DANNA ISABELLA VASQUEZ	No asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-24	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo saltos y desplazamientos corporales propias de las técnicas de movimiento.

COGNITIVA :
Identifica por medio del movimiento seguridad al desplazarse en un espacio determinado.

PSICOSOCIAL :
Reconozco el derecho a la identidad como fundamento principal en la vida del ser humano.

LUDICA :
Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.

TEMA :
Actividades atleticas.

SUBTEMAS :
Saltos con elementos y sin elementos.

IMPLEMENTACION :
Aros,conos,botellas plasticas, lazo.

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 . Se colocan en círculo y se realizan diferentes ejercicios, separación de piernas bajamos el tronco hacia el lado derecho y luego hacia el lado izquierdo, en cuclillas subimos y bajamos Intervienen todos los segmentos corporales ejercicios de brazos caminar con los brazos elevados hacia arriba y hacia abajo, trote suave por un espacio determinado. Juego la comba: Es un juego que se puede realizar individual o colectivamente. Si se juega individualmente, es la propia persona la encargada de hacer girar la cuerda y saltar. Si se practica colectivamente, la cuerda será girada por Dos Personas, una a cada extremo, mientras que otra persona será la encargada de saltar. Y asegúrate de saltar más veces que tus compañeros. "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
" -Saltar la soga en el puesto a pie juntos, en un pie, alternando sucesivamente los pies. -Crear diferentes formas de saltar la soga por pareja. -Correr por todo el terreno intentando saltar a lo ancho una colchoneta, a la vez que movemos los brazos hacia delante. Por parejas, uno se agacha y el otro le salta. -Fila de Aros: saltos pies juntos pata coja primero derecha, después izquierda. -Fila de Conos o botellas plásticas: saltos laterales con pies juntos. (Cada estación se realiza dos veces luego las filas van cambiando de estación). "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Carreras y saltos enredados: Consiste en dar carreras con saltos, teniendo una dificultad: que llevemos apretado en las piernas, o muslos una bomba. No se puede dejar caer la bomba o debe reiniciar el recorrido. La distancia para el recorrido de corriendo con saltos será determinada por el resto de los jugadores o por el organizador del juego.Este reto se puede realzar en casa con elementos que tengan (Medias envueltas, bomba, bolsa plástica)."

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Realiza cada uno de los ejercicios de estiramiento durante 30 segundos vuelta a la calma Teléfono roto: se formará un círculo el Formador dará una información al primero y éste tendrá que decírselo suavemente al compañero de la derecha (solo tendrá una oportunidad). Así hasta llegar al primero, a ver si se ha dado bien la información.

TIEMPO

15 MIN

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-24	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
N37666488871	HELLIANETH SOFIA BARROSO	Asistio
1141357165	SARA GABRIELA GOMEZ	Asistio
1141350709	MARIANA CARDENAS	Asistio
1011247568	SARA VALENTINA MONTAÑO	No asistio
1028878453	STEPHANY NOVA	No asistio
1233502984	ARRON MATHIAS TORRADO	No asistio
1201470664	VALERIA OVALLE	No asistio
1023409717	JOSE ANDRES ARIAS	No asistio
1203713533	YEFERSON ALEXANDER POLOCHE	Asistio
1105335373	DYLAN DAVID MONTEALEGRE	Asistio
1146137345	ANGEL DAVID MUÑOZ	Asistio
1146139253	DANA SOFIA MUÑOZ	Asistio
1220223757	MATHIAS ALFONSO	Asistio
1030694759	DEIVID ALEXANDER PACHON	No asistio
1029153514	PAULA ANDREA BARRAGAN	Asistio
1141355214	DANNA ISABELLA VASQUEZ	Asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-26	4. HORA:	Jueves,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizar diversos ejercicios individuales involucrando el equilibrio como capcidad coordinativa fundamental para la gimansia.

COGNITIVA :
Reconoce el juego como herramenta de aprendizaje.

PSICOSOCIAL :
Vivencia la participacion con los demas niños y niñas como sujetos de derecho.

LUDICA :
Crea experiencias recretativas por medio del juego.

TEMA :
Equilibrio.

SUBTEMAS :
Equilibrio estático, juegos sensoriales, derecho a ser reconocido como sujeto social.

IMPLEMENTACION :
Cuaderno,cuchara con pinpon, tiza, lasso, audio.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
" Acogida y bienvenida a la sesion de clase, Saludo , respectivo llamado a lista, y compartir el estado anímico 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 . Juego de equilibrio: ubicaran un cuaderno sobre la cabeza y caminaran por un espacion medianamente amplio, realizando variantes de desplazamientos (adelante, atrás, de lado, cruzando piernas, etc). Juego de la cuchara y el pinpon: La cuchara se colocara en la boca con un pinpon encima con los brazos a los lados o en la cintura se realizaran diversos desplazamientos (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc)."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Con la tiza se dibujara una linea recta de dos metros, se realizara inicialmente desplazamientos sin salirse de la linea (adelante,atras,de lado, cruzando piernas, etc), luego se realizaran desplazamientos en punta de pies (releve) sin salirse de la linea (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc), despues se realizaran diversos saltos sin salirse de la linea (rebotes, salto extension, saltos con una pierna,saltos de lado, etc). Con el laso ubicado en el piso en linea recta se realizaran posiciones de equilibrio y se deberan sostener sin caerse o salirse del lado (con una sola pierna, pierna alfrente, pierna al lado, pierna atras, etc). En un espacio un poco amplio el estudiante se ubicara de pie y realizara 5 vueltas en el puesto y hara equilibrio con una sola pierna tendra variantes de numero de vueltas y posicion de equilibrio despues de las vueltas."

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Sonidos: el profesor colocara un audio donde suenen diferentes animales y los estudiantes deberan escribir en una hoja el nombre de cada animal cuando se acabe el audio el que mayor aciertos tenga gana, tiene variaciones audio de palabras en ingles, audio de sonidos de diferentos aparatos electronicos,etc.

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"El estiramiento sera activo donde deberan desplazarse en el espacio realizando diversos ejercicios colocados por el profesor iniciando de la parte superior a la inferior. se realizara una pequeña retroalimentacion de como se sintio el estudiante en cuanto al desenvolvimiento de la clase y sus compañeros en cuanto a la clase virtual."

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-03	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de la motricidad fina realizando diferentes actividades como escribir y dibujar.

COGNITIVA :
Explora formas básicas de la motricidad fina realizando diferentes actividades como escribir y dibujar.

PSICOSOCIAL :
Explora y reconoce las diferentes formas de motricidad fina a traves de ritmos musicales.

LUDICA :
Explora bases de relación y percepción del yo y del otro, en afianzamiento de derechos , creando escenarios en donde se promuevan los derechos fundamentales como el derecho a la vida.

TEMA :
Explora y desarrolla habilidades lúdicas que permiten mejorar las relaciones con su par .

SUBTEMAS :
"Habilidades motricidad fina , ludico, biosicosocial. "

IMPLEMENTACION :
Escribir , dibujar , Juego con elementos redondos y juegos con música , Juego en familia - Juego de manera individual, Derecho a la libertad.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida - Bievenida - Llamado Respectivo a lista - Dar a conocer las indicaciones y acuerdos para el desarrollo de la clase 1. Activacion y Movilidad articular Juego de calentamiento : Los niños escucharan diferentes canciones, donde bailaran y dibujaran que sienten cuando escuchan la musica . 2.Juego de Estiramiento: Seguir el video que el profesor proyecta https://www.youtube.com/watch?v=t8748OWc1nQ 3. Juego de Instrucciones: El profe orienta actividades, donde los niños deben dibujar lo que sientan con la palabra que el profe asigne . "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Escribir: Los niños escribiran el nombre y lo decoraran como deseen . Dibujar: Los niños dibujaran diferentes figuras y decoraran ello con apoyo de sus padres . Cada uno de ellos expondra lo realizado en la clase en compañia de sus padres . Juego con elementos redondos : Los niños tendran varios elementos redondos (pelotas de papel, pelotas de plastico, pelotas grandes , pequeñas) y realizaran diferentes ejercicios asignados por el docente y crados por ellos . Ejercicios tales como lanzar y dibujar la actividad , dibujar con las bolitas de papel figuras que oriente el formador . Juegos con música: El profe pondra diferentes ritmis musicales, los niños deberan escribir las vocales que escuchen . Juego en familia: Bailar con la familia y luego dibujar la parte que mas les gusto. Socializar la experiencia con sus compañeros . Juego de manera individual: Cada niño crea un juego con el elemento que desee , para ello deben ser muy creativos e ir compartiendo esas ideas con los compañeros y con el formador . Derecho a la libertad: Se mostrara un video y los niños comentaran sobre lo que observaron . "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Dibujar y escribir lo que la formadora proyecta , con el fin de plasmar de manera coherente y creativa lo que pretende la actividad . Despues de realizarla sera mostrada a los niños y ellos explicara lo que dibujaron y haran una pequeña conclusion del trabajo . El dcoente elogiara la tarea de todos los niños .

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Estiramiento Final: Estiramiento según indicaciones del formador Retroalimentacion: Escuchar a los niños mencionar los aspectos positivos y a mejorar en el desarrollo de la clase. Realizar un trabajo de reflexion con respecto al derecho visto . Recomendaciones: Recordar los acuerdos para la sesion de clase "

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-03	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146139580	VAIOLET PERICO	Asistio
1011245083	ALISSON MARIANA RUBIANO	Asistio
1010763433	IAN JOSEPH BARRERA	Asistio
1141357878	SOFIA CORREDOR	Asistio
1146137918	GABRIELA RAMIREZ	Asistio
1220223561	DERLY MARIANA HERRERA	Asistio
1073558652	VALENTINA RODRIGUEZ	Asistio
1022435058	LUISA ELENA PEÑA	Asistio
1025329534	SALOME ORDOÑEZ	Asistio
1146137864	JUAN MANUEL HERNANDEZ	Asistio
1141355598	SARA SOFIA ORJUELA	Asistio
1074819496	KAREN DAYANA VALENCIA	Asistio
1146139737	ASHLEY MICHELL PARRA	Asistio
1012460110	SALOMÉ GUTIERREZ	Asistio
1034309966	LESLY SALOME LEAL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-10	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplica la habilidad motriz de pintar un dibujo determinado, siguiendo las indicaciones de color y orientación.

COGNITIVA :
Comprende las instrucciones dadas en las diferentes actividades y las aplica satisfactoriamente.

PSICOSOCIAL :
Vivencia en la clase y fuera de ella los beneficios de ejercitarse y mantenerse activo en el día a día.

LUDICA :
"Vivencia en la clase y fuera de ella los motivos de la discriminación y su manejo. "

TEMA :
Habilidades motricidad fina - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Pintar, colorear - Juego dirigido - Derecho a la salud.

IMPLEMENTACION :
Colchoneta o manta - espacio amplio - lapices de colores - borrador - tajalapiz.

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 . Movilidad Articular: (de pies a cabeza) rotando la articulación de: pies, piernas, rodilla, cadera, tronco, muñecas, codos, hombro y cuello (40 segundos cada una). Skiping, en el puesto (Trote elevando levemente las rodillas). 40 segundos x 5 veces. Desplazamientos laterales en tijeras ó payasitos (Salto abriendo y cerrando piernas) 40 segundos x 5 veces."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Se le suministra un dibujo (preferiblemente de Gimnasia), el cual el estudiante debe colorear y seguir las indicaciones por ejemplo: el cielo azul, sol amarillo, pero también se le debe dar a escoger en alguna figura el color que desee aplicar, según su gusto. 2. Oro y plata: Se juegan entre 2 personas, los dos jugadores se colocan cara a cara separados a 3 mts de distancia y con las manos en la espalda, uno de los jugadores avanza poniendo un pie delante del otro de forma que elo talón toca la punta del otro y dice: ORO, seguidamente el segundo jugador en su turno dice: PLATA, así se van acercando, cuando el jugador a quien le corresponde avanzar cree estar lo bastante cerca del otro dice: MONTAR, e inmediantamente intenta pisar suavemente le pie de su compañero, el que logre montar a su compañero es el que gana. 3. Las rayas: se dibujan 2 rayas en el piso a una distamcia de 3 mts, los que van a participar se ubican a trás de una raya y con una piedra en la mano, la idea es lanzar la piedra y tratar de dejarla lo más cerca posible de la otra raya, gana el que la ubique más cerca. 4. Pares y nones: dos jugadores con una mano en la espalda, cuentan hasta 3 y ambos sacan la mano, mostrando con cuqlquier número de dedos extendido y el resto doblados, un momento antes de mostrar dicen el voz alta c/u de ellos: PARES O NONES, se suman los dedos y si el resultado es impar, gana el que dijo: NONES, si es par gana el que dijo: NONES. "

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Piedra , papel o tijera: En cuanto los 2 pronuncian simultáneamente la frase: ,Piedra , papel o tijera sacan la mano de atrpas de la espalda, formando una de las 3 figura a elección, piedra - puño cerrado, papel - mano extendida, tijera - 2 dedos extendidos, el papel vence a la piedra, la piedra a las tijeras y las tijeras le ganan al papel.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"Con ayuda del acudiente y/o compañero: - Acostado boca arriba, apoyo de manos al lado del cuerpo, piernas extendidas siempre, la persona que me colabora, toma mi pierna por el pié, elevándola suavemente hasta llegar a los 90°, se cuenta lento hasta 5 segundos y cambia.3 veces con cada pierna. - Acostado de lado derecho, brazo extendido hacia arribe y sobre la cabeza y el izquierdo apoyado frente en el piso, la persona que me colabora, toma mi pierna izquierda, la eleva suave hasta llegar a los 90°, se cuenta lento 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Acostado boca abajo, brazos extendidos hacia arriba, piernas extendidas, la persona que me colabora, toma mi pié, elevándolo suavemente hasta que sienta que no lo puedo subir más, cuenta hasta 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Sentado piernas extendidas y separadas al frente, bajo el tronco hacia adelante lo que más pueda, cuento hasta 5 segundos x 3 veces."

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-10	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146139580	VAIOLET PERICO	Asistio
1011245083	ALISSON MARIANA RUBIANO	Asistio
1010763433	IAN JOSEPH BARRERA	Asistio
1141357878	SOFIA CORREDOR	Asistio
1220223561	DERLY MARIANA HERRERA	Asistio
1073558652	VALENTINA RODRIGUEZ	Asistio
1022435058	LUISA ELENA PEÑA	Asistio
1025329534	SALOME ORDOÑEZ	Asistio
1141355598	SARA SOFIA ORJUELA	Asistio
1074819496	KAREN DAYANA VALENCIA	Asistio
1146139737	ASHLEY MICHELL PARRA	Asistio
1012460110	SALOMÉ GUTIERREZ	Asistio
1034309966	LESLY SALOME LEAL	Asistio
1012437521	MARIANA BERNAL	Asistio
1023405513	NICOLE SARAY RAMIREZ	Asistio
1013151531	JANE MIA GONZALEZ	Asistio
1025076806	ISABELLA VELASQUEZ	Asistio
1013278498	VALERIE EINAV RODRIGUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-12	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Logra la movilidad general de las articulaciones de hombro, mediante la ejecución de diversos ejercicios, realizandolo con la máxima amplitud posible.

COGNITIVA :
Reacciona ante situaciones haciendo uso de lo aprendido, involucrando su creatividad y demostrando comprensión en las dioferentes ejecuciones.

PSICOSOCIAL :
Posee la capacidad de reconocer sus derechos y aplicarlos en situaciones de discriminacion.

LUDICA :
Reconoce el juego como un instrumendo de aprendizaje contanste.

TEMA :
Flexibilidad hombro y espalda - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Activa - Formas jugadas de la flexibilidad - Derecho a una vivienda digna.

IMPLEMENTACION :
Espacio amplio - colchoneta o manta - Palo de escoba.

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 . Explicación de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las temáticas anteriores para reforzar lo visto. ACTIVIDAD 1: Recoger el desorden: Objetivo: Activación. Descripción del ejercicio: El escolar se ubica en una esquina de la habitación, en el suelo deben haber 15 objetos distribuidas en diferentes lugares, la idea es recogerlos uno por uno y llevarlos a la esquina de inicio, en el menor tiempo posible. Recomendaciones: Pueden hacer la actividad con los miembros de su familia, cada uno en un turno diferente. ACTIVIDAD 2: Rotación de partes del cuerpo. Objetivo: Fase de movilidad musculo articular. Descripción del ejercicio: Se deben rotar en círculos los pies, rodillas, cadera, tronco, hombros, brazos y cabeza, mientras se desplazan por la habitación en diferentes direcciones. Recomendaciones: Los diferentes segmentos utilizados deben rotar lentamente. Carga de ejercicio: cada segmento corporal durará 30 segundos."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros y los brazos delante de su cuerpo. Sostén un palo, como un palo de escoba o un tubo de PVC, con un agarre por encima de la mano, tus brazos serán más anchos que el ancho de tus hombros. Asegúrate de que el palo o el tubo esté paralelo al suelo y lentamente levanta el palo de la escoba o el tubo por encima de tu cabeza, manteniendo los brazos rectos. *Sólo ve hasta donde te resulte cómodo. *Mantén la pose por unos segundos. *Vuelva a la posición inicial. *Repita 5 veces."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
"Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros y los brazos delante de su cuerpo. Sostén un palo, como un palo de escoba o un tubo de PVC, con un agarre por encima de la mano, tus brazos serán más anchos que el ancho de tus hombros. Asegúrate de que el palo o el tubo esté paralelo al suelo y lentamente levanta el palo de la escoba o el tubo por encima de tu cabeza, manteniendo los brazos rectos. *Sólo ve hasta donde te resulte cómodo. *Mantén la pose por unos segundos. *Vuelva a la posición inicial. *Repita 5 veces."

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"*Arrodillado, con la cola sobre las pies, inclinamos el tronco hacia a tras y apoyamos manos cerca a los pies en el piso. 15 seg. *Arrodilladlo, con la cola sobre los pies, inclino el tronco hacia a delante, llevando la frente al piso y los brazos extendidos adelante también. 15 seg. *Acostado boca arriba, se estira una pierna y la otra se flexiona, llevándola al pecho, sujeta con los brazos y luego se cambia de pié. 15 seg cada uno. *Acostado boca arriba, se llevan las dos piernas hacia el pecho y se sujetan con las manos. 15 seg. "

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-12	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146139580	VAIOLET PERICO	Asistio
1011245083	ALISSON MARIANA RUBIANO	Asistio
1010763433	IAN JOSEPH BARRERA	Asistio
1141357878	SOFIA CORREDOR	Asistio
1220223561	DERLY MARIANA HERRERA	Asistio
1073558652	VALENTINA RODRIGUEZ	Asistio
1022435058	LUISA ELENA PEÑA	Asistio
1025329534	SALOME ORDOÑEZ	Asistio
1141355598	SARA SOFIA ORJUELA	Asistio
1074819496	KAREN DAYANA VALENCIA	Asistio
1012460110	SALOMÉ GUTIERREZ	Asistio
1034309966	LESLY SALOME LEAL	Asistio
1012437521	MARIANA BERNAL	Asistio
1023405513	NICOLE SARAY RAMIREZ	Asistio
1013151531	JANE MIA GONZALEZ	Asistio
1025076806	ISABELLA VELASQUEZ	Asistio
1013278498	VALERIE EINAV RODRIGUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-17	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controla voluntariamente los diferentes movimientos corporales a nivel global y segmentario, realizando los desplazamientos y atendiendo a las directrices en el momento indicado.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos.

PSICOSOCIAL :
Enfatiza la importancia de los derechos fundamentales: Derecho a la vida, recreación y el deporte, identidad, libre expresión y participación; fomentando los valores mediante la participación de juegos y actividades físicas deportivas que les permitan la integración grupal.

LUDICA :
Explora y participa en los juegos respetando los roles, la individualidad y el género.

TEMA :
Esquema corporal.

SUBTEMAS :
"Lateralidad, lúdico, biosicosocial. "

IMPLEMENTACION :
8 hojas, 1 botellita, 8 peloticas de pinpn o de papel, 2 vasos plasticos o desechables, 1 globo, 12 circulos de colores(4 amarillos, 4 azules, 4 rojos).

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"1. Formación y llamado a lista. 2. objetivos de la clase. 3. calentamiento cardiovascular: juego de la ruleta de desplazamientos: Se ubican 8 hojas de manera circular, cada una con diferentes desplazamientos (1. A Un Pie. 2. La Alfombra. 3. El Cangrejo, 4. Rodar Con Un Objeto Entre Los Tobillos 5. El Trineo. 6. El Costal. 7. El Túnel. 8. Gateo.) y se utiliza una botellita en el centro para girarla y saber qué tipo de movimiento realizar. Juego el toque toque: El juego consiste en tocar las rodillas de al compañero o pareja y evitar que el toque sus rodillas, gana quien logre tocar la mayor cantidad de veces la rodilla de la pareja en 1 minuto. Luego de esto realizaremos el mismo ejercicio pero tratando de tocar la espalda de la pareja y el hombro."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Ronda el Salta Montes: Salta, salta, salta, saltamontes. Salta, salta, sin cesar. Salta, salta, salta, saltamontes por derecha, por izquierda adelante y hacia atrás. Hacia adelante la pierna derecha me lleva adelante marchando, marchando con paso de gigante. La pierna izquierda me lleva hacia atrás saltando, saltando ahora verás. 2. Carreras de pelotas: Se ubica en el punto de partida un vaso con 8 peloticas de papel y en el punto de llegada otros vaso. El juego consiste en desplazar de un lado al otro las peloticas siguiendo las indicaciones en los desplazamientos (mano derecha, mano izquierda, pie derecho, pie izquierdo, saltando a un pie). Gana el participante que logre desplazar las peloticas en el menor tiempo posible. 3. El Espejo: El formador realiza diferentes movimientos y los escolares deben imitar estos movimientos. El Espejo al Revés:Para este juego necesitaremos gran concentración porque tendrán que realizar ciertos ejercicios al revés. El formador realiza diferetes movimientos y los escolares deben realizar lo opuesto a lo que realice el formador, ejemplo si el formador está sentado los niños deberan estar de pie . 4. El globo: cada niño tendrá un globo. Tendrán que golpearlo de la manera que indique el profesor tratando de que éste no toque el suelo. Utiliza diferentes partes del cuerpo. Incluir nociones como rodilla derecha u hombro izquierdo, entre otras. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Twister: ubica EL Tapete en el piso, luego el formador debe girar la ruleta y anunciar cuál es el color y la parte del cuerpo que indique. Luego, todos los jugadores deben seguir esta instrucción. Por ejemplo: ""Pie derecho, verde"" o ""Mano izquierda, azul"". Coloca la mano o el pie indicados (según lo indicado por el formador) en un círculo vacío del color correspondiente. Todos los jugadores deben colocar la misma parte del cuerpo en un círculo del mismo color al mismo tiempo. Trata de no caerte, el jugador quedará eliminado de esa ronda del juego si cae o si una de sus rodillas o codos entra en contacto con el tapete. Ganará la ronda el último jugador que quede sobre el tapete. "

TIEMPO
60 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Vuelta a la calma: 1) Fichas sobre los derechos fundamentales. 2) Mural. 3)retroalimentacion"

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-17	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146139580	VAIOLET PERICO	No asistio
1011245083	ALISSON MARIANA RUBIANO	Asistio
1010763433	IAN JOSEPH BARRERA	Asistio
1141357878	SOFIA CORREDOR	Asistio
1220223561	DERLY MARIANA HERRERA	Asistio
1073558652	VALENTINA RODRIGUEZ	Asistio
1022435058	LUISA ELENA PEÑA	No asistio
1025329534	SALOME ORDOÑEZ	Asistio
1141355598	SARA SOFIA ORJUELA	No asistio
1074819496	KAREN DAYANA VALENCIA	Asistio
1012460110	SALOMÉ GUTIERREZ	Asistio
1034309966	LESLY SALOME LEAL	Asistio
1012437521	MARIANA BERNAL	Asistio
1023405513	NICOLE SARAY RAMIREZ	Asistio
1013151531	JANE MIA GONZALEZ	Asistio
1025076806	ISABELLA VELASQUEZ	Asistio
1013278498	VALERIE EINAV RODRIGUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-19	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de movimiento y combi- naciones con elementos y sin ellos.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos y actividades deportivas.

PSICOSOCIAL :
comprender la importancia del autocontrol , y entender que las emociones son fundamentales en una sociedad

LUDICA :
Reconoce la realizacion de actividades o juegos como una oportunidad de adquirir nuevos conocimientos.

TEMA :
Coordinación dinámica

SUBTEMAS :
Coordinación visopedica y oculo manual.

IMPLEMENTACION :
Botellas plasticas, pelota de papel, platillo de papel, una bomba.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"*Saludo y bienvendida del formador a los estudiantes- Respectivo llamado a lista. * Explicacion de objetivos y protocolos de bioseguridad para la sesión. *Juego de roles, congelados tutifruti, de dos a una persona se encargarán de congelar a los demás niños, al realizar esta acción el niño congelado levantará su brazo hasta que un compañero los descongele pasando por debajo del brazo y mencionando una fruta. O una emoción

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"*El estudiante realizara desplazamiento frontal en trote llevando la pelota de papel con las manos, se realizara lanzamiento hacia arriba y se atrapara nuevamente. este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante utilizara una bomba y realizara desplazamiento sin dejarla caer utilizando unicamente las manos este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante llevara la pelota de papel esquivando objetos que hay en el piso utilizando unicamente los pies, debe realizarlo en diferentes direcciones este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante llevara la bomba dandole golpes hacia arriba e intentara llevar la pelota de papel con los pies al mismo tiempo. este ejercicio se realizara por tiempo. el estudiante se ubicaran 3 botellas plásticas, el estudiante se ubicara a una distancia de 3 metros y de espalda por medio de sus piernas lanzara una pelota y tratara de botar las botellas. *el estudiante utilizar un pitillo y 3 vasos de plásticos, la actividad consiste en llevar los vasos de un lado al otro soplándolos con ayuda del pitillo gana el primero que lleve los tres vasos. *el estudiante se ubicara a una distancia de tres metros de su familiar , el cual le lanzara el pin pon rodando y lo atrapara con el vaso. " Parada de manos iniciación Apoyos 3 pies Parada de manos en escuadra Para de manos pared

TIEMPO
30 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
*El estudiante tendra 5 intentos para golpear y tumbar una botella, haciendo el lanzamiento con los pies o con la mano a una distancia de 5 mestros, gana quien la tumbe mas veces.

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"*Estiramiento de pies a cabeza, realizar estiramientos con elongación del tren superior y tren inferior. Cada ejercicio se realizará con una duración de 20 segundos. *Se realizara el protocolo de bioseguridad o desinfeccion a los estudiantes."

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-19	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146139580	VAIOLET PERICO	Asistio
1011245083	ALISSON MARIANA RUBIANO	Asistio
1010763433	IAN JOSEPH BARRERA	Asistio
1141357878	SOFIA CORREDOR	Asistio
1220223561	DERLY MARIANA HERRERA	Asistio
1073558652	VALENTINA RODRIGUEZ	Asistio
1022435058	LUISA ELENA PEÑA	Asistio
1025329534	SALOME ORDOÑEZ	Asistio
1141355598	SARA SOFIA ORJUELA	Asistio
1074819496	KAREN DAYANA VALENCIA	Asistio
1012460110	SALOMÉ GUTIERREZ	Asistio
1034309966	LESLY SALOME LEAL	Asistio
1012437521	MARIANA BERNAL	Asistio
1023405513	NICOLE SARAY RAMIREZ	Asistio
1013151531	JANE MIA GONZALEZ	Asistio
1025076806	ISABELLA VELASQUEZ	Asistio
1013278498	VALERIE EINAV RODRIGUEZ	No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-24	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo saltos y desplazamientos corporales propias de las técnicas de movimiento.

COGNITIVA :
Identifica por medio del movimiento seguridad al desplazarse en un espacio determinado.

PSICOSOCIAL :
Reconozco el derecho a la identidad como fundamento principal en la vida del ser humano.

LUDICA :
Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.

TEMA :
Actividades atleticas.

SUBTEMAS :
Saltos con elementos y sin elementos.

IMPLEMENTACION :
Aros,conos,botellas plasticas, lazo.

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 . Se colocan en círculo y se realizan diferentes ejercicios, separación de piernas bajamos el tronco hacia el lado derecho y luego hacia el lado izquierdo, en cuclillas subimos y bajamos Intervienen todos los segmentos corporales ejercicios de brazos caminar con los brazos elevados hacia arriba y hacia abajo, trote suave por un espacio determinado. Juego la comba: Es un juego que se puede realizar individual o colectivamente. Si se juega individualmente, es la propia persona la encargada de hacer girar la cuerda y saltar. Si se practica colectivamente, la cuerda será girada por Dos Personas, una a cada extremo, mientras que otra persona será la encargada de saltar. Y asegúrate de saltar más veces que tus compañeros. "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
" -Saltar la soga en el puesto a pie juntos, en un pie, alternando sucesivamente los pies. -Crear diferentes formas de saltar la soga por pareja. -Correr por todo el terreno intentando saltar a lo ancho una colchoneta, a la vez que movemos los brazos hacia delante. Por parejas, uno se agacha y el otro le salta. -Fila de Aros: saltos pies juntos pata coja primero derecha, después izquierda. -Fila de Conos o botellas plásticas: saltos laterales con pies juntos. (Cada estación se realiza dos veces luego las filas van cambiando de estación). "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Carreras y saltos enredados: Consiste en dar carreras con saltos, teniendo una dificultad: que llevemos apretado en las piernas, o muslos una bomba. No se puede dejar caer la bomba o debe reiniciar el recorrido. La distancia para el recorrido de corriendo con saltos será determinada por el resto de los jugadores o por el organizador del juego.Este reto se puede realzar en casa con elementos que tengan (Medias envueltas, bomba, bolsa plástica)."

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Realiza cada uno de los ejercicios de estiramiento durante 30 segundos vuelta a la calma Teléfono roto: se formará un círculo el Formador dará una información al primero y éste tendrá que decírselo suavemente al compañero de la derecha (solo tendrá una oportunidad). Así hasta llegar al primero, a ver si se ha dado bien la información.

TIEMPO

15 MIN

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-24	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146139580	VAIOLET PERICO	Asistio
1011245083	ALISSON MARIANA RUBIANO	Asistio
1010763433	IAN JOSEPH BARRERA	No asistio
1141357878	SOFIA CORREDOR	Asistio
1220223561	DERLY MARIANA HERRERA	Asistio
1073558652	VALENTINA RODRIGUEZ	Asistio
1022435058	LUISA ELENA PEÑA	Asistio
1025329534	SALOME ORDOÑEZ	Asistio
1141355598	SARA SOFIA ORJUELA	No asistio
1074819496	KAREN DAYANA VALENCIA	Asistio
1012460110	SALOMÉ GUTIERREZ	Asistio
1034309966	LESLY SALOME LEAL	Asistio
1012437521	MARIANA BERNAL	Asistio
1023405513	NICOLE SARAY RAMIREZ	No asistio
1013151531	JANE MIA GONZALEZ	No asistio
1025076806	ISABELLA VELASQUEZ	Asistio
1013278498	VALERIE EINAV RODRIGUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-26	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizar diversos ejercicios individuales involucrando el equilibrio como capcidad coordinativa fundamental para la gimansia.

COGNITIVA :
Reconoce el juego como herramenta de aprendizaje.

PSICOSOCIAL :
Vivencia la participacion con los demas niños y niñas como sujetos de derecho.

LUDICA :
Crea experiencias recretativas por medio del juego.

TEMA :
Equilibrio.

SUBTEMAS :
Equilibrio estático, juegos sensoriales, derecho a ser reconocido como sujeto social.

IMPLEMENTACION :
Cuaderno,cuchara con pinpon, tiza, lasso, audio.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
" Acogida y bienvenida a la sesion de clase, Saludo , respectivo llamado a lista, y compartir el estado anímico 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 . Juego de equilibrio: ubicaran un cuaderno sobre la cabeza y caminaran por un espacion medianamente amplio, realizando variantes de desplazamientos (adelante, atrás, de lado, cruzando piernas, etc). Juego de la cuchara y el pinpon: La cuchara se colocara en la boca con un pinpon encima con los brazos a los lados o en la cintura se realizaran diversos desplazamientos (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc)."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Con la tiza se dibujara una linea recta de dos metros, se realizara inicialmente desplazamientos sin salirse de la linea (adelante,atras,de lado, cruzando piernas, etc), luego se realizaran desplazamientos en punta de pies (releve) sin salirse de la linea (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc), despues se realizaran diversos saltos sin salirse de la linea (rebotes, salto extension, saltos con una pierna,saltos de lado, etc). Con el laso ubicado en el piso en linea recta se realizaran posiciones de equilibrio y se deberan sostener sin caerse o salirse del lado (con una sola pierna, pierna alfrente, pierna al lado, pierna atras, etc). En un espacio un poco amplio el estudiante se ubicara de pie y realizara 5 vueltas en el puesto y hara equilibrio con una sola pierna tendra variantes de numero de vueltas y posicion de equilibrio despues de las vueltas."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Sonidos: el profesor colocara un audio donde suenen diferentes animales y los estudiantes deberan escribir en una hoja el nombre de cada animal cuando se acabe el audio el que mayor aciertos tenga gana, tiene variaciones audio de palabras en ingles, audio de sonidos de diferentos aparatos electronicos,etc.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"El estiramiento sera activo donde deberan desplazarse en el espacio realizando diversos ejercicios colocados por el profesor iniciando de la parte superior a la inferior. se realizara una pequeña retroalimentacion de como se sintio el estudiante en cuanto al desenvolvimiento de la clase y sus compañeros en cuanto a la clase virtual."

TIEMPO
15 min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-06	4. HORA:	Viernes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de la motricidad fina realizando diferentes actividades como escribir y dibujar.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las diferentes formas de motricidad fina a traves de ritmos musicales.

PSICOSOCIAL :
Explora bases de relación y percepción del yo y del otro, en afianzamiento de derechos , creando escenarios en donde se promuevan los derechos fundamentales como el derecho a la vida.

LUDICA :
Explora y desarrolla habilidades lúdicas que permiten mejorar las relaciones con su par .

TEMA :
"Habilidades motricidad fina , ludico, biosicosocial. "

SUBTEMAS :
Escribir , dibujar , Juego con elementos redondos y juegos con música , Juego en familia - Juego de manera individual, Derecho a la libertad.

IMPLEMENTACION :
Colores , hojas , musica , espacio seguro , materiales para decorar (Cinta, colbon , papel) bolas de papel y pelotas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida - Bievenida - Llamado Respectivo a lista - Dar a conocer las indicaciones y acuerdos para el desarrollo de la clase 1. Activacion y Movilidad articular Juego de calentamiento : Los niños escucharan diferentes canciones, donde bailaran y dibujaran que sienten cuando escuchan la musica . 2.Juego de Estiramiento: Seguir el video que el profesor proyecta https://www.youtube.com/watch?v=t8748OWc1nQ 3. Juego de Instrucciones: El profe orienta actividades, donde los niños deben dibujar lo que sientan con la palabra que el profe asigne . "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Escribir: Los niños escribiran el nombre y lo decoraran como deseen . Dibujar: Los niños dibujaran diferentes figuras y decoraran ello con apoyo de sus padres . Cada uno de ellos expondra lo realizado en la clase en compañia de sus padres . Juego con elementos redondos : Los niños tendran varios elementos redondos (pelotas de papel, pelotas de plastico, pelotas grandes , pequeñas) y realizaran diferentes ejercicios asignados por el docente y crados por ellos . Ejercicios tales como lanzar y dibujar la actividad , dibujar con las bolitas de papel figuras que oriente el formador . Juegos con música: El profe pondra diferentes ritmis musicales, los niños deberan escribir las vocales que escuchen . Juego en familia: Bailar con la familia y luego dibujar la parte que mas les gusto. Socializar la experiencia con sus compañeros . Juego de manera individual: Cada niño crea un juego con el elemento que desee , para ello deben ser muy creativos e ir compartiendo esas ideas con los compañeros y con el formador . Derecho a la libertad: Se mostrara un video y los niños comentaran sobre lo que observaron . "

TIEMPO
15 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Dibujar y escribir lo que la formadora proyecta , con el fin de plasmar de manera coherente y creativa lo que pretende la actividad . Despues de realizarla sera mostrada a los niños y ellos explicara lo que dibujaron y haran una pequeña conclusion del trabajo . El dcoente elogiara la tarea de todos los niños .

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Estiramiento Final: Estiramiento según indicaciones del formador Retroalimentacion: Escuchar a los niños mencionar los aspectos positivos y a mejorar en el desarrollo de la clase. Realizar un trabajo de reflexion con respecto al derecho visto . Recomendaciones: Recordar los acuerdos para la sesion de clase "

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-06	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1011241979	LUCIANA ISABEL LARRARTE	No asistio
1222209890	DANNA SOFIA PEREZ	No asistio
1141352747	SALOME RUEDA	Asistio
1141351640	ANNIE SALOME PARRA	Asistio
1011329175	SALOME CAMELO	No asistio
1028897402	LORENT STEFHANY DELGADO	No asistio
1028406808	EMILY NATALIA LOPEZ	No asistio
1033118473	SALOME GARAVITO	No asistio
1027536448	SAMAY CHALA	Asistio
1028876923	LAURA CAMILA MURILLO	Asistio
1027297350	LUCIANA MORA	No asistio
1140928825	ISABELLA RODRIGUEZ	No asistio
1206220922	DANA JHIZZEL CHACON	No asistio
1014485224	GABRIELA VEGA	No asistio
1233495079	SARA SOPHIA MOLANO	Asistio
1085180721	VALERY SOFIA LOPEZ	Asistio
1025153253	SALOME OSORIO	No asistio
1023407233	JINATTA ISABELLA TORRES	No asistio
1146136186	SARA SOPHIA SANCHEZ	Asistio
1034669552	SARA VALENTINA ROJAS	Asistio
1230340973	SAMMY CAMILA SUAREZ	No asistio
1074820750	VALERY DIAZ	No asistio
1146133018	DANNA SOFIA OSORIO	Asistio
1141723282	MARIA SALOME LOPEZ	Asistio
1011108356	YOSEF DUVAN ORTEGA	No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-11	4. HORA:	Miercoles,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplica la habilidad motriz de pintar un dibujo determinado, siguiendo las indicaciones de color y orientación.

COGNITIVA :
Comprende las instrucciones dadas en las diferentes actividades y las aplica satisfactoriamente.

PSICOSOCIAL :
Vivencia en la clase y fuera de ella los beneficios de ejercitarse y mantenerse activo en el día a día.

LUDICA :
"Vivencia en la clase y fuera de ella los motivos de la discriminación y su manejo. "

TEMA :
Habilidades motricidad fina - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Pintar, colorear - Juego dirigido - Derecho a la salud.

IMPLEMENTACION :
Colchoneta o manta - espacio amplio - lapices de colores - borrador - tajalapiz.

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 . Movilidad Articular: (de pies a cabeza) rotando la articulación de: pies, piernas, rodilla, cadera, tronco, muñecas, codos, hombro y cuello (40 segundos cada una). Skiping, en el puesto (Trote elevando levemente las rodillas). 40 segundos x 5 veces. Desplazamientos laterales en tijeras ó payasitos (Salto abriendo y cerrando piernas) 40 segundos x 5 veces."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Se le suministra un dibujo (preferiblemente de Gimnasia), el cual el estudiante debe colorear y seguir las indicaciones por ejemplo: el cielo azul, sol amarillo, pero también se le debe dar a escoger en alguna figura el color que desee aplicar, según su gusto. 2. Oro y plata: Se juegan entre 2 personas, los dos jugadores se colocan cara a cara separados a 3 mts de distancia y con las manos en la espalda, uno de los jugadores avanza poniendo un pie delante del otro de forma que elo talón toca la punta del otro y dice: ORO, seguidamente el segundo jugador en su turno dice: PLATA, así se van acercando, cuando el jugador a quien le corresponde avanzar cree estar lo bastante cerca del otro dice: MONTAR, e inmediantamente intenta pisar suavemente le pie de su compañero, el que logre montar a su compañero es el que gana. 3. Las rayas: se dibujan 2 rayas en el piso a una distamcia de 3 mts, los que van a participar se ubican a trás de una raya y con una piedra en la mano, la idea es lanzar la piedra y tratar de dejarla lo más cerca posible de la otra raya, gana el que la ubique más cerca. 4. Pares y nones: dos jugadores con una mano en la espalda, cuentan hasta 3 y ambos sacan la mano, mostrando con cuqlquier número de dedos extendido y el resto doblados, un momento antes de mostrar dicen el voz alta c/u de ellos: PARES O NONES, se suman los dedos y si el resultado es impar, gana el que dijo: NONES, si es par gana el que dijo: NONES. "

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Piedra , papel o tijera: En cuanto los 2 pronuncian simultáneamente la frase: ,Piedra , papel o tijera sacan la mano de atrpas de la espalda, formando una de las 3 figura a elección, piedra - puño cerrado, papel - mano extendida, tijera - 2 dedos extendidos, el papel vence a la piedra, la piedra a las tijeras y las tijeras le ganan al papel.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"Con ayuda del acudiente y/o compañero: - Acostado boca arriba, apoyo de manos al lado del cuerpo, piernas extendidas siempre, la persona que me colabora, toma mi pierna por el pié, elevándola suavemente hasta llegar a los 90°, se cuenta lento hasta 5 segundos y cambia.3 veces con cada pierna. - Acostado de lado derecho, brazo extendido hacia arribe y sobre la cabeza y el izquierdo apoyado frente en el piso, la persona que me colabora, toma mi pierna izquierda, la eleva suave hasta llegar a los 90°, se cuenta lento 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Acostado boca abajo, brazos extendidos hacia arriba, piernas extendidas, la persona que me colabora, toma mi pié, elevándolo suavemente hasta que sienta que no lo puedo subir más, cuenta hasta 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Sentado piernas extendidas y separadas al frente, bajo el tronco hacia adelante lo que más pueda, cuento hasta 5 segundos x 3 veces."

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-11	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1222209890	DANNA SOFIA PEREZ	Asistio
1141352747	SALOME RUEDA	Asistio
1141351640	ANNIE SALOME PARRA	Asistio
1028897402	LORENT STEFHANY DELGADO	Asistio
1028406808	EMILY NATALIA LOPEZ	Asistio
1033118473	SALOME GARAVITO	Asistio
1027536448	SAMAY CHALA	Asistio
1028876923	LAURA CAMILA MURILLO	Asistio
1140928825	ISABELLA RODRIGUEZ	Asistio
1206220922	DANA JHIZZEL CHACON	Asistio
1014485224	GABRIELA VEGA	Asistio
1233495079	SARA SOPHIA MOLANO	Asistio
1085180721	VALERY SOFIA LOPEZ	Asistio
1025153253	SALOME OSORIO	Asistio
1146136186	SARA SOPHIA SANCHEZ	Asistio
1034669552	SARA VALENTINA ROJAS	Asistio
1230340973	SAMMY CAMILA SUAREZ	Asistio
1074820750	VALERY DIAZ	Asistio
1141723282	MARIA SALOME LOPEZ	Asistio
1011108356	YOSEF DUVAN ORTEGA	Asistio
1025076054	ARWEN VALERIA FONCE	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-13	4. HORA:	Viernes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Logra la movilidad general de las articulaciones de hombro, mediante la ejecución de diversos ejercicios, realizandolo con la máxima amplitud posible.

COGNITIVA :
Reacciona ante situaciones haciendo uso de lo aprendido, involucrando su creatividad y demostrando comprensión en las dioferentes ejecuciones.

PSICOSOCIAL :
Posee la capacidad de reconocer sus derechos y aplicarlos en situaciones de discriminacion.

LUDICA :
Reconoce el juego como un instrumendo de aprendizaje contanste.

TEMA :
Flexibilidad hombro y espalda - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Activa - Formas jugadas de la flexibilidad - Derecho a una vivienda digna.

IMPLEMENTACION :
Espacio amplio - colchoneta o manta - Palo de escoba.

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 . Explicación de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las temáticas anteriores para reforzar lo visto. ACTIVIDAD 1: Recoger el desorden: Objetivo: Activación. Descripción del ejercicio: El escolar se ubica en una esquina de la habitación, en el suelo deben haber 15 objetos distribuidas en diferentes lugares, la idea es recogerlos uno por uno y llevarlos a la esquina de inicio, en el menor tiempo posible. Recomendaciones: Pueden hacer la actividad con los miembros de su familia, cada uno en un turno diferente. ACTIVIDAD 2: Rotación de partes del cuerpo. Objetivo: Fase de movilidad musculo articular. Descripción del ejercicio: Se deben rotar en círculos los pies, rodillas, cadera, tronco, hombros, brazos y cabeza, mientras se desplazan por la habitación en diferentes direcciones. Recomendaciones: Los diferentes segmentos utilizados deben rotar lentamente. Carga de ejercicio: cada segmento corporal durará 30 segundos."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Con la cabeza apoyada de forma lateral, empuja tu hombro hacia abajo de forma que no se deslice hacia tu oído. Empuja suavemente tu mano hacia abajo y mantenla en dicha posición. Realiza 3 series de 30 seg. 2. Relaja completamente los hombros y sostén el antebrazo que vayas a estirar con la mano contraria. Presiona el brazo sobre el pecho y ve estirándolo lo más que puedas, para posteriormente mantenerlo por unos cuantos segundos; luego de esto, vuelve a tu posición inicial. Realiza 3 series de 30 seg. 3. Posiciona tu antebrazo sobre el marco de la puerta (puede ser también una columna) y flexiona un poco tus rodillas. Avanza un poco hacia adelante con un pie, y gira tu pecho hacia el lado contrario del marco en el que te estés apoyando, tratando de tirar del omóplato. 4. Arrodíllate en el suelo (preferiblemente sobre algo acolchado, para no lastimar tus rodillas). Inclínate en el el suelo de manera lenta, asegúrate que tu estómago esté descansando sobre tus muslos, y tus glúteos sobre tus talones. Estira los brazos hacia adelante, sin mover o levantar tu cabeza, y busca que las palmas de tus manos estén en dirección boca arriba. Relaja los hombros y respira lentamente. Realiza 3 series de 30 segundos. 5. Apóyate sobre una pared que tengas cerca y ubica tus pies un poco separados de la pared en la que te estés apoyando. Con los brazos y codos apoyados, estíralos por encima de la cabeza mientras deslizas tus pulgares por la pared. Posteriormente, recógelos a su posición inicial, evitando mover los hombros en todo el ejercicio."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
"Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros y los brazos delante de su cuerpo. Sostén un palo, como un palo de escoba o un tubo de PVC, con un agarre por encima de la mano, tus brazos serán más anchos que el ancho de tus hombros. Asegúrate de que el palo o el tubo esté paralelo al suelo y lentamente levanta el palo de la escoba o el tubo por encima de tu cabeza, manteniendo los brazos rectos. *Sólo ve hasta donde te resulte cómodo. *Mantén la pose por unos segundos. *Vuelva a la posición inicial. *Repita 5 veces."

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"*Arrodillado, con la cola sobre las pies, inclinamos el tronco hacia a tras y apoyamos manos cerca a los pies en el piso. 15 seg. *Arrodilladlo, con la cola sobre los pies, inclino el tronco hacia a delante, llevando la frente al piso y los brazos extendidos adelante también. 15 seg. *Acostado boca arriba, se estira una pierna y la otra se flexiona, llevándola al pecho, sujeta con los brazos y luego se cambia de pié. 15 seg cada uno. *Acostado boca arriba, se llevan las dos piernas hacia el pecho y se sujetan con las manos. 15 seg. "

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-13	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1222209890	DANNA SOFIA PEREZ	Asistio
1141352747	SALOME RUEDA	Asistio
1141351640	ANNIE SALOME PARRA	Asistio
1028897402	LORENT STEFHANY DELGADO	Asistio
1028406808	EMILY NATALIA LOPEZ	Asistio
1033118473	SALOME GARAVITO	No asistio
1027536448	SAMAY CHALA	Asistio
1028876923	LAURA CAMILA MURILLO	Asistio
1140928825	ISABELLA RODRIGUEZ	Asistio
1206220922	DANA JHIZZEL CHACON	Asistio
1014485224	GABRIELA VEGA	No asistio
1233495079	SARA SOPHIA MOLANO	Asistio
1085180721	VALERY SOFIA LOPEZ	Asistio
1025153253	SALOME OSORIO	Asistio
1146136186	SARA SOPHIA SANCHEZ	Asistio
1034669552	SARA VALENTINA ROJAS	Asistio
1230340973	SAMMY CAMILA SUAREZ	Asistio
1074820750	VALERY DIAZ	Asistio
1141723282	MARIA SALOME LOPEZ	Asistio
1011108356	YOSEF DUVAN ORTEGA	No asistio
1025076054	ARWEN VALERIA FONCE	Asistio
1141345885	MAIA SALOME VASQUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-18	4. HORA:	Miercoles,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controla voluntariamente los diferentes movimientos corporales a nivel global y segmentario, realizando los desplazamientos y atendiendo a las directrices en el momento indicado.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos.

PSICOSOCIAL :
Enfatiza la importancia de los derechos fundamentales: Derecho a la vida, recreación y el deporte, identidad, libre expresión y participación; fomentando los valores mediante la participación de juegos y actividades físicas deportivas que les permitan la integración grupal.

LUDICA :
Explora y participa en los juegos respetando los roles, la individualidad y el género.

TEMA :
Esquema corporal.

SUBTEMAS :
"Lateralidad, lúdico, biosicosocial. "

IMPLEMENTACION :
8 hojas, 1 botellita, 8 peloticas de pinpn o de papel, 2 vasos plasticos o desechables, 1 globo, 12 circulos de colores(4 amarillos, 4 azules, 4 rojos).

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"1. Formación y llamado a lista. 2. objetivos de la clase. 3. calentamiento cardiovascular: juego de la ruleta de desplazamientos: Se ubican 8 hojas de manera circular, cada una con diferentes desplazamientos (1. A Un Pie. 2. La Alfombra. 3. El Cangrejo, 4. Rodar Con Un Objeto Entre Los Tobillos 5. El Trineo. 6. El Costal. 7. El Túnel. 8. Gateo.) y se utiliza una botellita en el centro para girarla y saber qué tipo de movimiento realizar. Juego el toque toque: El juego consiste en tocar las rodillas de al compañero o pareja y evitar que el toque sus rodillas, gana quien logre tocar la mayor cantidad de veces la rodilla de la pareja en 1 minuto. Luego de esto realizaremos el mismo ejercicio pero tratando de tocar la espalda de la pareja y el hombro."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Ronda el Salta Montes: Salta, salta, salta, saltamontes. Salta, salta, sin cesar. Salta, salta, salta, saltamontes por derecha, por izquierda adelante y hacia atrás. Hacia adelante la pierna derecha me lleva adelante marchando, marchando con paso de gigante. La pierna izquierda me lleva hacia atrás saltando, saltando ahora verás. 2. Carreras de pelotas: Se ubica en el punto de partida un vaso con 8 peloticas de papel y en el punto de llegada otros vaso. El juego consiste en desplazar de un lado al otro las peloticas siguiendo las indicaciones en los desplazamientos (mano derecha, mano izquierda, pie derecho, pie izquierdo, saltando a un pie). Gana el participante que logre desplazar las peloticas en el menor tiempo posible. 3. El Espejo: El formador realiza diferentes movimientos y los escolares deben imitar estos movimientos. El Espejo al Revés:Para este juego necesitaremos gran concentración porque tendrán que realizar ciertos ejercicios al revés. El formador realiza diferetes movimientos y los escolares deben realizar lo opuesto a lo que realice el formador, ejemplo si el formador está sentado los niños deberan estar de pie . 4. El globo: cada niño tendrá un globo. Tendrán que golpearlo de la manera que indique el profesor tratando de que éste no toque el suelo. Utiliza diferentes partes del cuerpo. Incluir nociones como rodilla derecha u hombro izquierdo, entre otras. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Twister: ubica EL Tapete en el piso, luego el formador debe girar la ruleta y anunciar cuál es el color y la parte del cuerpo que indique. Luego, todos los jugadores deben seguir esta instrucción. Por ejemplo: ""Pie derecho, verde"" o ""Mano izquierda, azul"". Coloca la mano o el pie indicados (según lo indicado por el formador) en un círculo vacío del color correspondiente. Todos los jugadores deben colocar la misma parte del cuerpo en un círculo del mismo color al mismo tiempo. Trata de no caerte, el jugador quedará eliminado de esa ronda del juego si cae o si una de sus rodillas o codos entra en contacto con el tapete. Ganará la ronda el último jugador que quede sobre el tapete. "

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Vuelta a la calma: 1) Fichas sobre los derechos fundamentales. 2) Mural. 3)retroalimentacion"

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-18	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1222209890	DANNA SOFIA PEREZ	No asistio
1141352747	SALOME RUEDA	Asistio
1141351640	ANNIE SALOME PARRA	Asistio
1028897402	LORENT STEFHANY DELGADO	No asistio
1028406808	EMILY NATALIA LOPEZ	Asistio
1033118473	SALOME GARAVITO	Asistio
1027536448	SAMAY CHALA	Asistio
1028876923	LAURA CAMILA MURILLO	Asistio
1140928825	ISABELLA RODRIGUEZ	No asistio
1206220922	DANA JHIZZEL CHACON	Asistio
1014485224	GABRIELA VEGA	Asistio
1233495079	SARA SOPHIA MOLANO	Asistio
1085180721	VALERY SOFIA LOPEZ	Asistio
1025153253	SALOME OSORIO	No asistio
1146136186	SARA SOPHIA SANCHEZ	Asistio
1034669552	SARA VALENTINA ROJAS	Asistio
1230340973	SAMMY CAMILA SUAREZ	Asistio
1074820750	VALERY DIAZ	Asistio
1141723282	MARIA SALOME LOPEZ	No asistio
1011108356	YOSEF DUVAN ORTEGA	Asistio
1025076054	ARWEN VALERIA FONCE	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-20	4. HORA:	Viernes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de movimiento y combi- naciones con elementos y sin ellos.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos y actividades deportivas.

PSICOSOCIAL :
comprender la importancia de los derechos fundamentales , y entender que todos somos iguales ante una sociedad.

LUDICA :
Reconoce la realizacion de actividades o juegos como una oportunidad de adquirir nuevos conocimientos.

TEMA :
Coordinación dinámica

SUBTEMAS :
Coordinación visopedica y oculo manual.

IMPLEMENTACION :
Botellas plasticas, pelota de papel, platillo de papel, una bomba.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"*Saludo y bienvendida del formador a los estudiantes- Respectivo llamado a lista. *Explicación de objetivos y protocolos de bioseguridad para la sesion de clase. *El estudiante realizara desplazamiento de una pelota de papel utilizando los pies y las manos. *El estudiante debera golpear la pelota de papel, y esta debe quedar lo mas cercana a un objeto que indique el formador. *El ejercicio anterior lo realizara el estudiante utilizando las manos."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"*El estudiante realizara desplazamiento frontal en trote llevando la pelota de papel con las manos, se realizara lanzamiento hacia arriba y se atrapara nuevamente. este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante utilizara una bomba y realizara desplazamiento sin dejarla caer utilizando unicamente las manos este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante llevara la pelota de papel esquivando objetos que hay en el piso utilizando unicamente los pies, debe realizarlo en diferentes direcciones este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante llevara la bomba dandole golpes hacia arriba e intentara llevar la pelota de papel con los pies al mismo tiempo. este ejercicio se realizara por tiempo. el estudiante se ubicaran 3 botellas plásticas, el estudiante se ubicara a una distancia de 3 metros y de espalda por medio de sus piernas lanzara una pelota y tratara de botar las botellas. *el estudiante utilizar un pitillo y 3 vasos de plásticos, la actividad consiste en llevar los vasos de un lado al otro soplándolos con ayuda del pitillo gana el primero que lleve los tres vasos. *el estudiante se ubicara a una distancia de tres metros de su familiar , el cual le lanzara el pin pon rodando y lo atrapara con el vaso. "

TIEMPO
60 MIN*El estudiante tendra 5 intentos para golpear y tumbar una botella, haciendo el lanzamiento con los pies o con la mano a una distancia de 5 mestros, gana quien la tumbe mas veces.

RETO :
ACTIVIDADES
15 MIN

TIEMPO
"*Estiramiento de pies a cabeza, realizar estiramientos con elongación del tren superior y tren inferior. Cada ejercicio se realizará con una duración de 20 segundos. *Se realizara el protocolo de bioseguridad o desinfeccion a los estudiantes."

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
15 MIN

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-20	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1222209890	DANNA SOFIA PEREZ	No asistio
1141352747	SALOME RUEDA	No asistio
1141351640	ANNIE SALOME PARRA	Asistio
1028897402	LORENT STEFHANY DELGADO	No asistio
1028406808	EMILY NATALIA LOPEZ	No asistio
1033118473	SALOME GARAVITO	Asistio
1027536448	SAMAY CHALA	Asistio
1028876923	LAURA CAMILA MURILLO	Asistio
1140928825	ISABELLA RODRIGUEZ	No asistio
1206220922	DANA JHIZZEL CHACON	Asistio
1014485224	GABRIELA VEGA	Asistio
1233495079	SARA SOPHIA MOLANO	Asistio
1085180721	VALERY SOFIA LOPEZ	Asistio
1025153253	SALOME OSORIO	No asistio
1146136186	SARA SOPHIA SANCHEZ	No asistio
1034669552	SARA VALENTINA ROJAS	Asistio
1230340973	SAMMY CAMILA SUAREZ	Asistio
1074820750	VALERY DIAZ	Asistio
1141723282	MARIA SALOME LOPEZ	No asistio
1011108356	YOSEF DUVAN ORTEGA	No asistio
1025076054	ARWEN VALERIA FONCE	Asistio
1141345885	MAIA SALOME VASQUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-25	4. HORA:	Miercoles,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo saltos y desplazamientos corporales propias de las técnicas de movimiento.

COGNITIVA :
Identifica por medio del movimiento seguridad al desplazarse en un espacio determinado.

PSICOSOCIAL :
Reconozco el derecho a la identidad como fundamento principal en la vida del ser humano.

LUDICA :
Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.

TEMA :
Actividades atleticas.

SUBTEMAS :
Saltos con elementos y sin elementos.

IMPLEMENTACION :
Aros,conos,botellas plasticas, lazo.

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 . Se colocan en círculo y se realizan diferentes ejercicios, separación de piernas bajamos el tronco hacia el lado derecho y luego hacia el lado izquierdo, en cuclillas subimos y bajamos Intervienen todos los segmentos corporales ejercicios de brazos caminar con los brazos elevados hacia arriba y hacia abajo, trote suave por un espacio determinado. Juego la comba: Es un juego que se puede realizar individual o colectivamente. Si se juega individualmente, es la propia persona la encargada de hacer girar la cuerda y saltar. Si se practica colectivamente, la cuerda será girada por Dos Personas, una a cada extremo, mientras que otra persona será la encargada de saltar. Y asegúrate de saltar más veces que tus compañeros. "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
" -Saltar la soga en el puesto a pie juntos, en un pie, alternando sucesivamente los pies. -Crear diferentes formas de saltar la soga por pareja. -Correr por todo el terreno intentando saltar a lo ancho una colchoneta, a la vez que movemos los brazos hacia delante. Por parejas, uno se agacha y el otro le salta. -Fila de Aros: saltos pies juntos pata coja primero derecha, después izquierda. -Fila de Conos o botellas plásticas: saltos laterales con pies juntos. (Cada estación se realiza dos veces luego las filas van cambiando de estación). "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Carreras y saltos enredados: Consiste en dar carreras con saltos, teniendo una dificultad: que llevemos apretado en las piernas, o muslos una bomba. No se puede dejar caer la bomba o debe reiniciar el recorrido. La distancia para el recorrido de corriendo con saltos será determinada por el resto de los jugadores o por el organizador del juego.Este reto se puede realzar en casa con elementos que tengan (Medias envueltas, bomba, bolsa plástica)."

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Realiza cada uno de los ejercicios de estiramiento durante 30 segundos vuelta a la calma Teléfono roto: se formará un círculo el Formador dará una información al primero y éste tendrá que decírselo suavemente al compañero de la derecha (solo tendrá una oportunidad). Así hasta llegar al primero, a ver si se ha dado bien la información.

TIEMPO

15 MIN

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-25	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1222209890	DANNA SOFIA PEREZ	Asistio
1141352747	SALOME RUEDA	Asistio
1141351640	ANNIE SALOME PARRA	Asistio
1028897402	LORENT STEFHANY DELGADO	Asistio
1028406808	EMILY NATALIA LOPEZ	Asistio
1033118473	SALOME GARAVITO	Asistio
1027536448	SAMAY CHALA	Asistio
1028876923	LAURA CAMILA MURILLO	Asistio
1140928825	ISABELLA RODRIGUEZ	Asistio
1206220922	DANA JHIZZEL CHACON	Asistio
1014485224	GABRIELA VEGA	Asistio
1233495079	SARA SOPHIA MOLANO	Asistio
1085180721	VALERY SOFIA LOPEZ	Asistio
1025153253	SALOME OSORIO	Asistio
1146136186	SARA SOPHIA SANCHEZ	Asistio
1034669552	SARA VALENTINA ROJAS	Asistio
1230340973	SAMMY CAMILA SUAREZ	No asistio
1074820750	VALERY DIAZ	Asistio
1141723282	MARIA SALOME LOPEZ	Asistio
1011108356	YOSEF DUVAN ORTEGA	No asistio
1025076054	ARWEN VALERIA FONCE	Asistio
1141345885	MAIA SALOME VASQUEZ	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-27	4. HORA:	Viernes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizar diversos ejercicios individuales involucrando el equilibrio como capcidad coordinativa fundamental para la gimansia.

COGNITIVA :
Reconoce el juego como herramenta de aprendizaje.

PSICOSOCIAL :
Vivencia la participacion con los demas niños y niñas como sujetos de derecho.

LUDICA :
Crea experiencias recretativas por medio del juego.

TEMA :
Equilibrio.

SUBTEMAS :
Equilibrio estático, juegos sensoriales, derecho a ser reconocido como sujeto social.

IMPLEMENTACION :
Cuaderno,cuchara con pinpon, tiza, lasso, audio.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
" Acogida y bienvenida a la sesion de clase, Saludo , respectivo llamado a lista, y compartir el estado anímico 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 . Juego de equilibrio: ubicaran un cuaderno sobre la cabeza y caminaran por un espacion medianamente amplio, realizando variantes de desplazamientos (adelante, atrás, de lado, cruzando piernas, etc). Juego de la cuchara y el pinpon: La cuchara se colocara en la boca con un pinpon encima con los brazos a los lados o en la cintura se realizaran diversos desplazamientos (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc)."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Con la tiza se dibujara una linea recta de dos metros, se realizara inicialmente desplazamientos sin salirse de la linea (adelante,atras,de lado, cruzando piernas, etc), luego se realizaran desplazamientos en punta de pies (releve) sin salirse de la linea (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc), despues se realizaran diversos saltos sin salirse de la linea (rebotes, salto extension, saltos con una pierna,saltos de lado, etc). Con el laso ubicado en el piso en linea recta se realizaran posiciones de equilibrio y se deberan sostener sin caerse o salirse del lado (con una sola pierna, pierna alfrente, pierna al lado, pierna atras, etc). En un espacio un poco amplio el estudiante se ubicara de pie y realizara 5 vueltas en el puesto y hara equilibrio con una sola pierna tendra variantes de numero de vueltas y posicion de equilibrio despues de las vueltas."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Sonidos: el profesor colocara un audio donde suenen diferentes animales y los estudiantes deberan escribir en una hoja el nombre de cada animal cuando se acabe el audio el que mayor aciertos tenga gana, tiene variaciones audio de palabras en ingles, audio de sonidos de diferentos aparatos electronicos,etc.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"El estiramiento sera activo donde deberan desplazarse en el espacio realizando diversos ejercicios colocados por el profesor iniciando de la parte superior a la inferior. se realizara una pequeña retroalimentacion de como se sintio el estudiante en cuanto al desenvolvimiento de la clase y sus compañeros en cuanto a la clase virtual."

TIEMPO
15 min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-06	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de la motricidad fina realizando diferentes actividades como escribir y dibujar.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las diferentes formas de motricidad fina a traves de ritmos musicales.

PSICOSOCIAL :
Explora bases de relación y percepción del yo y del otro, en afianzamiento de derechos , creando escenarios en donde se promuevan los derechos fundamentales como el derecho a la vida.

LUDICA :
Explora y desarrolla habilidades lúdicas que permiten mejorar las relaciones con su par .

TEMA :
"Habilidades motricidad fina , ludico, biosicosocial. "

SUBTEMAS :
Escribir , dibujar , Juego con elementos redondos y juegos con música , Juego en familia - Juego de manera individual, Derecho a la libertad.

IMPLEMENTACION :
Colores , hojas , musica , espacio seguro , materiales para decorar (Cinta, colbon , papel) bolas de papel y pelotas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida - Bievenida - Llamado Respectivo a lista - Dar a conocer las indicaciones y acuerdos para el desarrollo de la clase 1. Activacion y Movilidad articular Juego de calentamiento : Los niños escucharan diferentes canciones, donde bailaran y dibujaran que sienten cuando escuchan la musica . 2.Juego de Estiramiento: Seguir el video que el profesor proyecta https://www.youtube.com/watch?v=t8748OWc1nQ 3. Juego de Instrucciones: El profe orienta actividades, donde los niños deben dibujar lo que sientan con la palabra que el profe asigne . "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Escribir: Los niños escribiran el nombre y lo decoraran como deseen . Dibujar: Los niños dibujaran diferentes figuras y decoraran ello con apoyo de sus padres . Cada uno de ellos expondra lo realizado en la clase en compañia de sus padres . Juego con elementos redondos : Los niños tendran varios elementos redondos (pelotas de papel, pelotas de plastico, pelotas grandes , pequeñas) y realizaran diferentes ejercicios asignados por el docente y crados por ellos . Ejercicios tales como lanzar y dibujar la actividad , dibujar con las bolitas de papel figuras que oriente el formador . Juegos con música: El profe pondra diferentes ritmis musicales, los niños deberan escribir las vocales que escuchen . Juego en familia: Bailar con la familia y luego dibujar la parte que mas les gusto. Socializar la experiencia con sus compañeros . Juego de manera individual: Cada niño crea un juego con el elemento que desee , para ello deben ser muy creativos e ir compartiendo esas ideas con los compañeros y con el formador . Derecho a la libertad: Se mostrara un video y los niños comentaran sobre lo que observaron . "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Dibujar y escribir lo que la formadora proyecta , con el fin de plasmar de manera coherente y creativa lo que pretende la actividad . Despues de realizarla sera mostrada a los niños y ellos explicara lo que dibujaron y haran una pequeña conclusion del trabajo . El dcoente elogiara la tarea de todos los niños .

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Estiramiento Final: Estiramiento según indicaciones del formador Retroalimentacion: Escuchar a los niños mencionar los aspectos positivos y a mejorar en el desarrollo de la clase. Realizar un trabajo de reflexion con respecto al derecho visto . Recomendaciones: Recordar los acuerdos para la sesion de clase "

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-06	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	No asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	No asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1020003165	ALANIS VALERIA PALACIOS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1027537004	SHARON MARIANA TABORDA	No asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	No asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	No asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1027536186	ISABELLA MONCADA	No asistio
1141351277	VALERY PASTES	No asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	No asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	No asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	No asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-11	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplica la habilidad motriz de pintar un dibujo determinado, siguiendo las indicaciones de color y orientación.

COGNITIVA :
Comprende las instrucciones dadas en las diferentes actividades y las aplica satisfactoriamente.

PSICOSOCIAL :
Vivencia en la clase y fuera de ella los beneficios de ejercitarse y mantenerse activo en el día a día.

LUDICA :
"Vivencia en la clase y fuera de ella los motivos de la discriminación y su manejo. "

TEMA :
Habilidades motricidad fina - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Pintar, colorear - Juego dirigido - Derecho a la salud.

IMPLEMENTACION :
Colchoneta o manta - espacio amplio - lapices de colores - borrador - tajalapiz.

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 . Movilidad Articular: (de pies a cabeza) rotando la articulación de: pies, piernas, rodilla, cadera, tronco, muñecas, codos, hombro y cuello (40 segundos cada una). Skiping, en el puesto (Trote elevando levemente las rodillas). 40 segundos x 5 veces. Desplazamientos laterales en tijeras ó payasitos (Salto abriendo y cerrando piernas) 40 segundos x 5 veces."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Se le suministra un dibujo (preferiblemente de Gimnasia), el cual el estudiante debe colorear y seguir las indicaciones por ejemplo: el cielo azul, sol amarillo, pero también se le debe dar a escoger en alguna figura el color que desee aplicar, según su gusto. 2. Oro y plata: Se juegan entre 2 personas, los dos jugadores se colocan cara a cara separados a 3 mts de distancia y con las manos en la espalda, uno de los jugadores avanza poniendo un pie delante del otro de forma que elo talón toca la punta del otro y dice: ORO, seguidamente el segundo jugador en su turno dice: PLATA, así se van acercando, cuando el jugador a quien le corresponde avanzar cree estar lo bastante cerca del otro dice: MONTAR, e inmediantamente intenta pisar suavemente le pie de su compañero, el que logre montar a su compañero es el que gana. 3. Las rayas: se dibujan 2 rayas en el piso a una distamcia de 3 mts, los que van a participar se ubican a trás de una raya y con una piedra en la mano, la idea es lanzar la piedra y tratar de dejarla lo más cerca posible de la otra raya, gana el que la ubique más cerca. 4. Pares y nones: dos jugadores con una mano en la espalda, cuentan hasta 3 y ambos sacan la mano, mostrando con cuqlquier número de dedos extendido y el resto doblados, un momento antes de mostrar dicen el voz alta c/u de ellos: PARES O NONES, se suman los dedos y si el resultado es impar, gana el que dijo: NONES, si es par gana el que dijo: NONES. "

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Piedra , papel o tijera: En cuanto los 2 pronuncian simultáneamente la frase: ,Piedra , papel o tijera sacan la mano de atrpas de la espalda, formando una de las 3 figura a elección, piedra - puño cerrado, papel - mano extendida, tijera - 2 dedos extendidos, el papel vence a la piedra, la piedra a las tijeras y las tijeras le ganan al papel.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"Con ayuda del acudiente y/o compañero: - Acostado boca arriba, apoyo de manos al lado del cuerpo, piernas extendidas siempre, la persona que me colabora, toma mi pierna por el pié, elevándola suavemente hasta llegar a los 90°, se cuenta lento hasta 5 segundos y cambia.3 veces con cada pierna. - Acostado de lado derecho, brazo extendido hacia arribe y sobre la cabeza y el izquierdo apoyado frente en el piso, la persona que me colabora, toma mi pierna izquierda, la eleva suave hasta llegar a los 90°, se cuenta lento 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Acostado boca abajo, brazos extendidos hacia arriba, piernas extendidas, la persona que me colabora, toma mi pié, elevándolo suavemente hasta que sienta que no lo puedo subir más, cuenta hasta 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Sentado piernas extendidas y separadas al frente, bajo el tronco hacia adelante lo que más pueda, cuento hasta 5 segundos x 3 veces."

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-11	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	Asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	Asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1141351277	VALERY PASTES	Asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	Asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-13	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Logra la movilidad general de las articulaciones de hombro, mediante la ejecución de diversos ejercicios, realizandolo con la máxima amplitud posible.

COGNITIVA :
Reacciona ante situaciones haciendo uso de lo aprendido, involucrando su creatividad y demostrando comprensión en las dioferentes ejecuciones.

PSICOSOCIAL :
Posee la capacidad de reconocer sus derechos y aplicarlos en situaciones de discriminacion.

LUDICA :
|Reconoce el juego como un instrumendo de aprendizaje contanste.

TEMA :
Flexibilidad hombro y espalda - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Activa - Formas jugadas de la flexibilidad - Derecho a una vivienda digna.

IMPLEMENTACION :
Espacio amplio - colchoneta o manta - Palo de escoba.

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 . Explicación de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las temáticas anteriores para reforzar lo visto. ACTIVIDAD 1: Recoger el desorden: Objetivo: Activación. Descripción del ejercicio: El escolar se ubica en una esquina de la habitación, en el suelo deben haber 15 objetos distribuidas en diferentes lugares, la idea es recogerlos uno por uno y llevarlos a la esquina de inicio, en el menor tiempo posible. Recomendaciones: Pueden hacer la actividad con los miembros de su familia, cada uno en un turno diferente. ACTIVIDAD 2: Rotación de partes del cuerpo. Objetivo: Fase de movilidad musculo articular. Descripción del ejercicio: Se deben rotar en círculos los pies, rodillas, cadera, tronco, hombros, brazos y cabeza, mientras se desplazan por la habitación en diferentes direcciones. Recomendaciones: Los diferentes segmentos utilizados deben rotar lentamente. Carga de ejercicio: cada segmento corporal durará 30 segundos."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Con la cabeza apoyada de forma lateral, empuja tu hombro hacia abajo de forma que no se deslice hacia tu oído. Empuja suavemente tu mano hacia abajo y mantenla en dicha posición. Realiza 3 series de 30 seg. 2. Relaja completamente los hombros y sostén el antebrazo que vayas a estirar con la mano contraria. Presiona el brazo sobre el pecho y ve estirándolo lo más que puedas, para posteriormente mantenerlo por unos cuantos segundos; luego de esto, vuelve a tu posición inicial. Realiza 3 series de 30 seg. 3. Posiciona tu antebrazo sobre el marco de la puerta (puede ser también una columna) y flexiona un poco tus rodillas. Avanza un poco hacia adelante con un pie, y gira tu pecho hacia el lado contrario del marco en el que te estés apoyando, tratando de tirar del omóplato. 4. Arrodíllate en el suelo (preferiblemente sobre algo acolchado, para no lastimar tus rodillas). Inclínate en el el suelo de manera lenta, asegúrate que tu estómago esté descansando sobre tus muslos, y tus glúteos sobre tus talones. Estira los brazos hacia adelante, sin mover o levantar tu cabeza, y busca que las palmas de tus manos estén en dirección boca arriba. Relaja los hombros y respira lentamente. Realiza 3 series de 30 segundos. 5. Apóyate sobre una pared que tengas cerca y ubica tus pies un poco separados de la pared en la que te estés apoyando. Con los brazos y codos apoyados, estíralos por encima de la cabeza mientras deslizas tus pulgares por la pared. Posteriormente, recógelos a su posición inicial, evitando mover los hombros en todo el ejercicio."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
"Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros y los brazos delante de su cuerpo. Sostén un palo, como un palo de escoba o un tubo de PVC, con un agarre por encima de la mano, tus brazos serán más anchos que el ancho de tus hombros. Asegúrate de que el palo o el tubo esté paralelo al suelo y lentamente levanta el palo de la escoba o el tubo por encima de tu cabeza, manteniendo los brazos rectos. *Sólo ve hasta donde te resulte cómodo. *Mantén la pose por unos segundos. *Vuelva a la posición inicial. *Repita 5 veces."

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"*Arrodillado, con la cola sobre las pies, inclinamos el tronco hacia a tras y apoyamos manos cerca a los pies en el piso. 15 seg. *Arrodilladlo, con la cola sobre los pies, inclino el tronco hacia a delante, llevando la frente al piso y los brazos extendidos adelante también. 15 seg. *Acostado boca arriba, se estira una pierna y la otra se flexiona, llevándola al pecho, sujeta con los brazos y luego se cambia de pié. 15 seg cada uno. *Acostado boca arriba, se llevan las dos piernas hacia el pecho y se sujetan con las manos. 15 seg. "

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-13	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	Asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	Asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1141351277	VALERY PASTES	Asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	Asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-18	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controla voluntariamente los diferentes movimientos corporales a nivel global y segmentario, realizando los desplazamientos y atendiendo a las directrices en el momento indicado.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos.

PSICOSOCIAL :
Enfatiza la importancia de los derechos fundamentales: Derecho a la vida, recreación y el deporte, identidad, libre expresión y participación; fomentando los valores mediante la participación de juegos y actividades físicas deportivas que les permitan la integración grupal.

LUDICA :
Explora y participa en los juegos respetando los roles, la individualidad y el género.

TEMA :
Esquema corporal.

SUBTEMAS :
"Lateralidad, lúdico, biosicosocial. "

IMPLEMENTACION :
8 hojas, 1 botellita, 8 peloticas de pinpn o de papel, 2 vasos plasticos o desechables, 1 globo, 12 circulos de colores(4 amarillos, 4 azules, 4 rojos).

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"1. Formación y llamado a lista. 2. objetivos de la clase. 3. calentamiento cardiovascular: juego de la ruleta de desplazamientos: Se ubican 8 hojas de manera circular, cada una con diferentes desplazamientos (1. A Un Pie. 2. La Alfombra. 3. El Cangrejo, 4. Rodar Con Un Objeto Entre Los Tobillos 5. El Trineo. 6. El Costal. 7. El Túnel. 8. Gateo.) y se utiliza una botellita en el centro para girarla y saber qué tipo de movimiento realizar. Juego el toque toque: El juego consiste en tocar las rodillas de al compañero o pareja y evitar que el toque sus rodillas, gana quien logre tocar la mayor cantidad de veces la rodilla de la pareja en 1 minuto. Luego de esto realizaremos el mismo ejercicio pero tratando de tocar la espalda de la pareja y el hombro."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Ronda el Salta Montes: Salta, salta, salta, saltamontes. Salta, salta, sin cesar. Salta, salta, salta, saltamontes por derecha, por izquierda adelante y hacia atrás. Hacia adelante la pierna derecha me lleva adelante marchando, marchando con paso de gigante. La pierna izquierda me lleva hacia atrás saltando, saltando ahora verás. 2. Carreras de pelotas: Se ubica en el punto de partida un vaso con 8 peloticas de papel y en el punto de llegada otros vaso. El juego consiste en desplazar de un lado al otro las peloticas siguiendo las indicaciones en los desplazamientos (mano derecha, mano izquierda, pie derecho, pie izquierdo, saltando a un pie). Gana el participante que logre desplazar las peloticas en el menor tiempo posible. 3. El Espejo: El formador realiza diferentes movimientos y los escolares deben imitar estos movimientos. El Espejo al Revés:Para este juego necesitaremos gran concentración porque tendrán que realizar ciertos ejercicios al revés. El formador realiza diferetes movimientos y los escolares deben realizar lo opuesto a lo que realice el formador, ejemplo si el formador está sentado los niños deberan estar de pie . 4. El globo: cada niño tendrá un globo. Tendrán que golpearlo de la manera que indique el profesor tratando de que éste no toque el suelo. Utiliza diferentes partes del cuerpo. Incluir nociones como rodilla derecha u hombro izquierdo, entre otras. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Twister: ubica EL Tapete en el piso, luego el formador debe girar la ruleta y anunciar cuál es el color y la parte del cuerpo que indique. Luego, todos los jugadores deben seguir esta instrucción. Por ejemplo: ""Pie derecho, verde"" o ""Mano izquierda, azul"". Coloca la mano o el pie indicados (según lo indicado por el formador) en un círculo vacío del color correspondiente. Todos los jugadores deben colocar la misma parte del cuerpo en un círculo del mismo color al mismo tiempo. Trata de no caerte, el jugador quedará eliminado de esa ronda del juego si cae o si una de sus rodillas o codos entra en contacto con el tapete. Ganará la ronda el último jugador que quede sobre el tapete. "

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Vuelta a la calma: 1) Fichas sobre los derechos fundamentales. 2) Mural. 3)retroalimentacion"

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-18	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	No asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	No asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1141351277	VALERY PASTES	No asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	Asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	No asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	No asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-06	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de la motricidad fina realizando diferentes actividades como escribir y dibujar.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las diferentes formas de motricidad fina a traves de ritmos musicales.

PSICOSOCIAL :
Explora bases de relación y percepción del yo y del otro, en afianzamiento de derechos , creando escenarios en donde se promuevan los derechos fundamentales como el derecho a la vida.

LUDICA :
Explora y desarrolla habilidades lúdicas que permiten mejorar las relaciones con su par .

TEMA :
"Habilidades motricidad fina , ludico, biosicosocial. "

SUBTEMAS :
Escribir , dibujar , Juego con elementos redondos y juegos con música , Juego en familia - Juego de manera individual, Derecho a la libertad.

IMPLEMENTACION :
Colores , hojas , musica , espacio seguro , materiales para decorar (Cinta, colbon , papel) bolas de papel y pelotas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Acogida - Bievenida - Llamado Respectivo a lista - Dar a conocer las indicaciones y acuerdos para el desarrollo de la clase 1. Activacion y Movilidad articular Juego de calentamiento : Los niños escucharan diferentes canciones, donde bailaran y dibujaran que sienten cuando escuchan la musica . 2.Juego de Estiramiento: Seguir el video que el profesor proyecta https://www.youtube.com/watch?v=t8748OWc1nQ 3. Juego de Instrucciones: El profe orienta actividades, donde los niños deben dibujar lo que sientan con la palabra que el profe asigne . "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Escribir: Los niños escribiran el nombre y lo decoraran como deseen . Dibujar: Los niños dibujaran diferentes figuras y decoraran ello con apoyo de sus padres . Cada uno de ellos expondra lo realizado en la clase en compañia de sus padres . Juego con elementos redondos : Los niños tendran varios elementos redondos (pelotas de papel, pelotas de plastico, pelotas grandes , pequeñas) y realizaran diferentes ejercicios asignados por el docente y crados por ellos . Ejercicios tales como lanzar y dibujar la actividad , dibujar con las bolitas de papel figuras que oriente el formador . Juegos con música: El profe pondra diferentes ritmis musicales, los niños deberan escribir las vocales que escuchen . Juego en familia: Bailar con la familia y luego dibujar la parte que mas les gusto. Socializar la experiencia con sus compañeros . Juego de manera individual: Cada niño crea un juego con el elemento que desee , para ello deben ser muy creativos e ir compartiendo esas ideas con los compañeros y con el formador . Derecho a la libertad: Se mostrara un video y los niños comentaran sobre lo que observaron . "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Dibujar y escribir lo que la formadora proyecta , con el fin de plasmar de manera coherente y creativa lo que pretende la actividad . Despues de realizarla sera mostrada a los niños y ellos explicara lo que dibujaron y haran una pequeña conclusion del trabajo . El dcoente elogiara la tarea de todos los niños .

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Estiramiento Final: Estiramiento según indicaciones del formador Retroalimentacion: Escuchar a los niños mencionar los aspectos positivos y a mejorar en el desarrollo de la clase. Realizar un trabajo de reflexion con respecto al derecho visto . Recomendaciones: Recordar los acuerdos para la sesion de clase "

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-06	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	No asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	No asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1020003165	ALANIS VALERIA PALACIOS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1027537004	SHARON MARIANA TABORDA	No asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	No asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	No asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1027536186	ISABELLA MONCADA	No asistio
1141351277	VALERY PASTES	No asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	No asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	No asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	No asistio
1023411034	SALOME JIMENEZ	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-11	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplica la habilidad motriz de pintar un dibujo determinado, siguiendo las indicaciones de color y orientación.

COGNITIVA :
Comprende las instrucciones dadas en las diferentes actividades y las aplica satisfactoriamente.

PSICOSOCIAL :
Vivencia en la clase y fuera de ella los beneficios de ejercitarse y mantenerse activo en el día a día.

LUDICA :
"Vivencia en la clase y fuera de ella los motivos de la discriminación y su manejo. "

TEMA :
Habilidades motricidad fina - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Pintar, colorear - Juego dirigido - Derecho a la salud.

IMPLEMENTACION :
Colchoneta o manta - espacio amplio - lapices de colores - borrador - tajalapiz.

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 . Movilidad Articular: (de pies a cabeza) rotando la articulación de: pies, piernas, rodilla, cadera, tronco, muñecas, codos, hombro y cuello (40 segundos cada una). Skiping, en el puesto (Trote elevando levemente las rodillas). 40 segundos x 5 veces. Desplazamientos laterales en tijeras ó payasitos (Salto abriendo y cerrando piernas) 40 segundos x 5 veces."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Se le suministra un dibujo (preferiblemente de Gimnasia), el cual el estudiante debe colorear y seguir las indicaciones por ejemplo: el cielo azul, sol amarillo, pero también se le debe dar a escoger en alguna figura el color que desee aplicar, según su gusto. 2. Oro y plata: Se juegan entre 2 personas, los dos jugadores se colocan cara a cara separados a 3 mts de distancia y con las manos en la espalda, uno de los jugadores avanza poniendo un pie delante del otro de forma que elo talón toca la punta del otro y dice: ORO, seguidamente el segundo jugador en su turno dice: PLATA, así se van acercando, cuando el jugador a quien le corresponde avanzar cree estar lo bastante cerca del otro dice: MONTAR, e inmediantamente intenta pisar suavemente le pie de su compañero, el que logre montar a su compañero es el que gana. 3. Las rayas: se dibujan 2 rayas en el piso a una distamcia de 3 mts, los que van a participar se ubican a trás de una raya y con una piedra en la mano, la idea es lanzar la piedra y tratar de dejarla lo más cerca posible de la otra raya, gana el que la ubique más cerca. 4. Pares y nones: dos jugadores con una mano en la espalda, cuentan hasta 3 y ambos sacan la mano, mostrando con cuqlquier número de dedos extendido y el resto doblados, un momento antes de mostrar dicen el voz alta c/u de ellos: PARES O NONES, se suman los dedos y si el resultado es impar, gana el que dijo: NONES, si es par gana el que dijo: NONES. "

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Piedra , papel o tijera: En cuanto los 2 pronuncian simultáneamente la frase: ,Piedra , papel o tijera sacan la mano de atrpas de la espalda, formando una de las 3 figura a elección, piedra - puño cerrado, papel - mano extendida, tijera - 2 dedos extendidos, el papel vence a la piedra, la piedra a las tijeras y las tijeras le ganan al papel.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"Con ayuda del acudiente y/o compañero: - Acostado boca arriba, apoyo de manos al lado del cuerpo, piernas extendidas siempre, la persona que me colabora, toma mi pierna por el pié, elevándola suavemente hasta llegar a los 90°, se cuenta lento hasta 5 segundos y cambia.3 veces con cada pierna. - Acostado de lado derecho, brazo extendido hacia arribe y sobre la cabeza y el izquierdo apoyado frente en el piso, la persona que me colabora, toma mi pierna izquierda, la eleva suave hasta llegar a los 90°, se cuenta lento 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Acostado boca abajo, brazos extendidos hacia arriba, piernas extendidas, la persona que me colabora, toma mi pié, elevándolo suavemente hasta que sienta que no lo puedo subir más, cuenta hasta 5 segundos y cambia. 3 veces con cada pierna. - Sentado piernas extendidas y separadas al frente, bajo el tronco hacia adelante lo que más pueda, cuento hasta 5 segundos x 3 veces."

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-11	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	Asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	Asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1141351277	VALERY PASTES	Asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	Asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-13	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Logra la movilidad general de las articulaciones de hombro, mediante la ejecución de diversos ejercicios, realizandolo con la máxima amplitud posible.

COGNITIVA :
Reacciona ante situaciones haciendo uso de lo aprendido, involucrando su creatividad y demostrando comprensión en las dioferentes ejecuciones.

PSICOSOCIAL :
Posee la capacidad de reconocer sus derechos y aplicarlos en situaciones de discriminacion.

LUDICA :
|Reconoce el juego como un instrumendo de aprendizaje contanste.

TEMA :
Flexibilidad hombro y espalda - ludico - biosicosocial.

SUBTEMAS :
Activa - Formas jugadas de la flexibilidad - Derecho a una vivienda digna.

IMPLEMENTACION :
Espacio amplio - colchoneta o manta - Palo de escoba.

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 . Explicación de las actividades, acuerdos , reglas para el desarrollo de la clase . Recordar las temáticas anteriores para reforzar lo visto. ACTIVIDAD 1: Recoger el desorden: Objetivo: Activación. Descripción del ejercicio: El escolar se ubica en una esquina de la habitación, en el suelo deben haber 15 objetos distribuidas en diferentes lugares, la idea es recogerlos uno por uno y llevarlos a la esquina de inicio, en el menor tiempo posible. Recomendaciones: Pueden hacer la actividad con los miembros de su familia, cada uno en un turno diferente. ACTIVIDAD 2: Rotación de partes del cuerpo. Objetivo: Fase de movilidad musculo articular. Descripción del ejercicio: Se deben rotar en círculos los pies, rodillas, cadera, tronco, hombros, brazos y cabeza, mientras se desplazan por la habitación en diferentes direcciones. Recomendaciones: Los diferentes segmentos utilizados deben rotar lentamente. Carga de ejercicio: cada segmento corporal durará 30 segundos."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Con la cabeza apoyada de forma lateral, empuja tu hombro hacia abajo de forma que no se deslice hacia tu oído. Empuja suavemente tu mano hacia abajo y mantenla en dicha posición. Realiza 3 series de 30 seg. 2. Relaja completamente los hombros y sostén el antebrazo que vayas a estirar con la mano contraria. Presiona el brazo sobre el pecho y ve estirándolo lo más que puedas, para posteriormente mantenerlo por unos cuantos segundos; luego de esto, vuelve a tu posición inicial. Realiza 3 series de 30 seg. 3. Posiciona tu antebrazo sobre el marco de la puerta (puede ser también una columna) y flexiona un poco tus rodillas. Avanza un poco hacia adelante con un pie, y gira tu pecho hacia el lado contrario del marco en el que te estés apoyando, tratando de tirar del omóplato. 4. Arrodíllate en el suelo (preferiblemente sobre algo acolchado, para no lastimar tus rodillas). Inclínate en el el suelo de manera lenta, asegúrate que tu estómago esté descansando sobre tus muslos, y tus glúteos sobre tus talones. Estira los brazos hacia adelante, sin mover o levantar tu cabeza, y busca que las palmas de tus manos estén en dirección boca arriba. Relaja los hombros y respira lentamente. Realiza 3 series de 30 segundos. 5. Apóyate sobre una pared que tengas cerca y ubica tus pies un poco separados de la pared en la que te estés apoyando. Con los brazos y codos apoyados, estíralos por encima de la cabeza mientras deslizas tus pulgares por la pared. Posteriormente, recógelos a su posición inicial, evitando mover los hombros en todo el ejercicio."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
"Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros y los brazos delante de su cuerpo. Sostén un palo, como un palo de escoba o un tubo de PVC, con un agarre por encima de la mano, tus brazos serán más anchos que el ancho de tus hombros. Asegúrate de que el palo o el tubo esté paralelo al suelo y lentamente levanta el palo de la escoba o el tubo por encima de tu cabeza, manteniendo los brazos rectos. *Sólo ve hasta donde te resulte cómodo. *Mantén la pose por unos segundos. *Vuelva a la posición inicial. *Repita 5 veces."

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

"*Arrodillado, con la cola sobre las pies, inclinamos el tronco hacia a tras y apoyamos manos cerca a los pies en el piso. 15 seg. *Arrodilladlo, con la cola sobre los pies, inclino el tronco hacia a delante, llevando la frente al piso y los brazos extendidos adelante también. 15 seg. *Acostado boca arriba, se estira una pierna y la otra se flexiona, llevándola al pecho, sujeta con los brazos y luego se cambia de pié. 15 seg cada uno. *Acostado boca arriba, se llevan las dos piernas hacia el pecho y se sujetan con las manos. 15 seg. "

TIEMPO

15 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-13	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	Asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	Asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1141351277	VALERY PASTES	Asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	Asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-18	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controla voluntariamente los diferentes movimientos corporales a nivel global y segmentario, realizando los desplazamientos y atendiendo a las directrices en el momento indicado.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos.

PSICOSOCIAL :
Enfatiza la importancia de los derechos fundamentales: Derecho a la vida, recreación y el deporte, identidad, libre expresión y participación; fomentando los valores mediante la participación de juegos y actividades físicas deportivas que les permitan la integración grupal.

LUDICA :
Explora y participa en los juegos respetando los roles, la individualidad y el género.

TEMA :
Esquema corporal.

SUBTEMAS :
"Lateralidad, lúdico, biosicosocial. "

IMPLEMENTACION :
8 hojas, 1 botellita, 8 peloticas de pinpn o de papel, 2 vasos plasticos o desechables, 1 globo, 12 circulos de colores(4 amarillos, 4 azules, 4 rojos).

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"1. Formación y llamado a lista. 2. objetivos de la clase. 3. calentamiento cardiovascular: juego de la ruleta de desplazamientos: Se ubican 8 hojas de manera circular, cada una con diferentes desplazamientos (1. A Un Pie. 2. La Alfombra. 3. El Cangrejo, 4. Rodar Con Un Objeto Entre Los Tobillos 5. El Trineo. 6. El Costal. 7. El Túnel. 8. Gateo.) y se utiliza una botellita en el centro para girarla y saber qué tipo de movimiento realizar. Juego el toque toque: El juego consiste en tocar las rodillas de al compañero o pareja y evitar que el toque sus rodillas, gana quien logre tocar la mayor cantidad de veces la rodilla de la pareja en 1 minuto. Luego de esto realizaremos el mismo ejercicio pero tratando de tocar la espalda de la pareja y el hombro."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Ronda el Salta Montes: Salta, salta, salta, saltamontes. Salta, salta, sin cesar. Salta, salta, salta, saltamontes por derecha, por izquierda adelante y hacia atrás. Hacia adelante la pierna derecha me lleva adelante marchando, marchando con paso de gigante. La pierna izquierda me lleva hacia atrás saltando, saltando ahora verás. 2. Carreras de pelotas: Se ubica en el punto de partida un vaso con 8 peloticas de papel y en el punto de llegada otros vaso. El juego consiste en desplazar de un lado al otro las peloticas siguiendo las indicaciones en los desplazamientos (mano derecha, mano izquierda, pie derecho, pie izquierdo, saltando a un pie). Gana el participante que logre desplazar las peloticas en el menor tiempo posible. 3. El Espejo: El formador realiza diferentes movimientos y los escolares deben imitar estos movimientos. El Espejo al Revés:Para este juego necesitaremos gran concentración porque tendrán que realizar ciertos ejercicios al revés. El formador realiza diferetes movimientos y los escolares deben realizar lo opuesto a lo que realice el formador, ejemplo si el formador está sentado los niños deberan estar de pie . 4. El globo: cada niño tendrá un globo. Tendrán que golpearlo de la manera que indique el profesor tratando de que éste no toque el suelo. Utiliza diferentes partes del cuerpo. Incluir nociones como rodilla derecha u hombro izquierdo, entre otras. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Twister: ubica EL Tapete en el piso, luego el formador debe girar la ruleta y anunciar cuál es el color y la parte del cuerpo que indique. Luego, todos los jugadores deben seguir esta instrucción. Por ejemplo: ""Pie derecho, verde"" o ""Mano izquierda, azul"". Coloca la mano o el pie indicados (según lo indicado por el formador) en un círculo vacío del color correspondiente. Todos los jugadores deben colocar la misma parte del cuerpo en un círculo del mismo color al mismo tiempo. Trata de no caerte, el jugador quedará eliminado de esa ronda del juego si cae o si una de sus rodillas o codos entra en contacto con el tapete. Ganará la ronda el último jugador que quede sobre el tapete. "

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Vuelta a la calma: 1) Fichas sobre los derechos fundamentales. 2) Mural. 3)retroalimentacion"

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-18	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	No asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	No asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	Asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	Asistio
1141351277	VALERY PASTES	No asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	Asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	No asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	No asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-20	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora formas básicas de movimiento y combi- naciones con elementos y sin ellos.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos y actividades deportivas.

PSICOSOCIAL :
comprender la importancia de los derechos fundamentales , y entender que todos somos iguales ante una sociedad.

LUDICA :
Reconoce la realizacion de actividades o juegos como una oportunidad de adquirir nuevos conocimientos.

TEMA :
Coordinación dinámica

SUBTEMAS :
Coordinación visopedica y oculo manual.

IMPLEMENTACION :
Botellas plasticas, pelota de papel, platillo de papel, una bomba.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"*Saludo y bienvendida del formador a los estudiantes- Respectivo llamado a lista. *Explicación de objetivos y protocolos de bioseguridad para la sesion de clase. *El estudiante realizara desplazamiento de una pelota de papel utilizando los pies y las manos. *El estudiante debera golpear la pelota de papel, y esta debe quedar lo mas cercana a un objeto que indique el formador. *El ejercicio anterior lo realizara el estudiante utilizando las manos."

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"*El estudiante realizara desplazamiento frontal en trote llevando la pelota de papel con las manos, se realizara lanzamiento hacia arriba y se atrapara nuevamente. este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante utilizara una bomba y realizara desplazamiento sin dejarla caer utilizando unicamente las manos este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante llevara la pelota de papel esquivando objetos que hay en el piso utilizando unicamente los pies, debe realizarlo en diferentes direcciones este ejercicio se realizara por tiempo. *El estudiante llevara la bomba dandole golpes hacia arriba e intentara llevar la pelota de papel con los pies al mismo tiempo. este ejercicio se realizara por tiempo. el estudiante se ubicaran 3 botellas plásticas, el estudiante se ubicara a una distancia de 3 metros y de espalda por medio de sus piernas lanzara una pelota y tratara de botar las botellas. *el estudiante utilizar un pitillo y 3 vasos de plásticos, la actividad consiste en llevar los vasos de un lado al otro soplándolos con ayuda del pitillo gana el primero que lleve los tres vasos. *el estudiante se ubicara a una distancia de tres metros de su familiar , el cual le lanzara el pin pon rodando y lo atrapara con el vaso. "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
*El estudiante tendra 5 intentos para golpear y tumbar una botella, haciendo el lanzamiento con los pies o con la mano a una distancia de 5 mestros, gana quien la tumbe mas veces.

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"*Estiramiento de pies a cabeza, realizar estiramientos con elongación del tren superior y tren inferior. Cada ejercicio se realizará con una duración de 20 segundos. *Se realizara el protocolo de bioseguridad o desinfeccion a los estudiantes."

TIEMPO
15 MIN

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	
2. Fecha:	2024-09-20	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027296837	MARIA FERNANDA PALACIOS	Asistio
1233495181	LUNA ISABELLA GUERRA	Asistio
1011242305	LUNA SOFIA VILLALOBOS	Asistio
1146133145	EYMMY SHAYEL JIMENEZ	Asistio
1030685470	LUCIANA GALINDO	Asistio
1016100363	MARIA SALOME RODRIGUEZ	Asistio
1028896225	MARIANA ELIZABETH CARDENAS	Asistio
1141352457	LAURA ISABELLA GIL	Asistio
1233492541	KEYLA SOFIA GAITAN	Asistio
1030683488	DANNA SOFIA CERQUERA	Asistio
1030667640	DANNA FERNANDA CAPERA	Asistio
1146137005	PAULA ANDREA AMADO	Asistio
1021689188	CRISTY SAMANTHA BAREÑO	Asistio
1011238756	VALERIE JULIANA GONZALEZ	No asistio
1030675113	MARIA ANGELICA RUBIANO	Asistio
1141350273	KIARA JAHZUE BABATIVA	No asistio
1141351277	VALERY PASTES	Asistio
1141356305	EIMY SAMARA MONTIEL	Asistio
1011242346	KAROL MARIANA LASSO	Asistio
1011238395	GEREALDINE VALERIA SANCHEZ	Asistio
1027538086	SHARA NIKOL SANCHEZ	Asistio
1146135867	SAMMY ALEXA YATE	No asistio
1012451011	JETHZERY PAOLA QUIROGA	Asistio
1141525982	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO	Asistio
1074532377	LIZZETH MARIANA ORTIZ	Asistio
1016095332	SALOME ANGEL	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-25	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo saltos y desplazamientos corporales propias de las técnicas de movimiento.

COGNITIVA :
Identifica por medio del movimiento seguridad al desplazarse en un espacio determinado.

PSICOSOCIAL :
Reconozco el derecho a la identidad como fundamento principal en la vida del ser humano.

LUDICA :
Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.

TEMA :
Actividades atleticas.

SUBTEMAS :
Saltos con elementos y sin elementos.

IMPLEMENTACION :
Aros,conos,botellas plasticas, lazo.

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 . Se colocan en círculo y se realizan diferentes ejercicios, separación de piernas bajamos el tronco hacia el lado derecho y luego hacia el lado izquierdo, en cuclillas subimos y bajamos Intervienen todos los segmentos corporales ejercicios de brazos caminar con los brazos elevados hacia arriba y hacia abajo, trote suave por un espacio determinado. Juego la comba: Es un juego que se puede realizar individual o colectivamente. Si se juega individualmente, es la propia persona la encargada de hacer girar la cuerda y saltar. Si se practica colectivamente, la cuerda será girada por Dos Personas, una a cada extremo, mientras que otra persona será la encargada de saltar. Y asegúrate de saltar más veces que tus compañeros. "

TIEMPO
30 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
" -Saltar la soga en el puesto a pie juntos, en un pie, alternando sucesivamente los pies. -Crear diferentes formas de saltar la soga por pareja. -Correr por todo el terreno intentando saltar a lo ancho una colchoneta, a la vez que movemos los brazos hacia delante. Por parejas, uno se agacha y el otro le salta. -Fila de Aros: saltos pies juntos pata coja primero derecha, después izquierda. -Fila de Conos o botellas plásticas: saltos laterales con pies juntos. (Cada estación se realiza dos veces luego las filas van cambiando de estación). "

TIEMPO
60 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
"Carreras y saltos enredados: Consiste en dar carreras con saltos, teniendo una dificultad: que llevemos apretado en las piernas, o muslos una bomba. No se puede dejar caer la bomba o debe reiniciar el recorrido. La distancia para el recorrido de corriendo con saltos será determinada por el resto de los jugadores o por el organizador del juego.Este reto se puede realzar en casa con elementos que tengan (Medias envueltas, bomba, bolsa plástica)."

TIEMPO
15 MIN

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Realiza cada uno de los ejercicios de estiramiento durante 30 segundos vuelta a la calma Teléfono roto: se formará un círculo el Formador dará una información al primero y éste tendrá que decírselo suavemente al compañero de la derecha (solo tendrá una oportunidad). Así hasta llegar al primero, a ver si se ha dado bien la información.

TIEMPO

15 MIN

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2024-09-27	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizar diversos ejercicios individuales involucrando el equilibrio como capcidad coordinativa fundamental para la gimansia.

COGNITIVA :
Reconoce el juego como herramenta de aprendizaje.

PSICOSOCIAL :
Vivencia la participacion con los demas niños y niñas como sujetos de derecho.

LUDICA :
Crea experiencias recretativas por medio del juego.

TEMA :
Equilibrio.

SUBTEMAS :
Equilibrio estático, juegos sensoriales, derecho a ser reconocido como sujeto social.

IMPLEMENTACION :
Cuaderno,cuchara con pinpon, tiza, lasso, audio.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
" Acogida y bienvenida a la sesion de clase, Saludo , respectivo llamado a lista, y compartir el estado anímico 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 . Juego de equilibrio: ubicaran un cuaderno sobre la cabeza y caminaran por un espacion medianamente amplio, realizando variantes de desplazamientos (adelante, atrás, de lado, cruzando piernas, etc). Juego de la cuchara y el pinpon: La cuchara se colocara en la boca con un pinpon encima con los brazos a los lados o en la cintura se realizaran diversos desplazamientos (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc)."

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"Con la tiza se dibujara una linea recta de dos metros, se realizara inicialmente desplazamientos sin salirse de la linea (adelante,atras,de lado, cruzando piernas, etc), luego se realizaran desplazamientos en punta de pies (releve) sin salirse de la linea (adelante, atras, de lado, cruzando piernas,etc), despues se realizaran diversos saltos sin salirse de la linea (rebotes, salto extension, saltos con una pierna,saltos de lado, etc). Con el laso ubicado en el piso en linea recta se realizaran posiciones de equilibrio y se deberan sostener sin caerse o salirse del lado (con una sola pierna, pierna alfrente, pierna al lado, pierna atras, etc). En un espacio un poco amplio el estudiante se ubicara de pie y realizara 5 vueltas en el puesto y hara equilibrio con una sola pierna tendra variantes de numero de vueltas y posicion de equilibrio despues de las vueltas."

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Sonidos: el profesor colocara un audio donde suenen diferentes animales y los estudiantes deberan escribir en una hoja el nombre de cada animal cuando se acabe el audio el que mayor aciertos tenga gana, tiene variaciones audio de palabras en ingles, audio de sonidos de diferentos aparatos electronicos,etc.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"El estiramiento sera activo donde deberan desplazarse en el espacio realizando diversos ejercicios colocados por el profesor iniciando de la parte superior a la inferior. se realizara una pequeña retroalimentacion de como se sintio el estudiante en cuanto al desenvolvimiento de la clase y sus compañeros en cuanto a la clase virtual."

TIEMPO
15 min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1.RELACIÓN SESIONES

NOMBRE	OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	COORDINADOR	FABIO ORLANDO TORRES MALDONADO
FECHA REVISIÓN	2024-09-25 21:12:16	Mes	Septiembre

IED	SEDE	GRUPO	SESIONES PLANEADAS (HORARIO)	SESIONES EJECUTADAS	SESIONES NO EJECUTADAS	TOTAL PROGRAMADAS	TOTAL EJECUTADAS
COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICH	ALFONSO LOPEZ MICHELSEN,	1	**Martes,10:30:00,12:30:00** 3-10-17-24 **Jueves,10:30:00,12:30:00** 12-19-26	3-10-12-17-19-24		28	23
	ALFONSO LOPEZ MICHELSEN,	2	**Martes,12:30:00,14:30:00** 3-10-17-24 **Jueves,12:30:00,14:30:00** 12-19-26	3-10-12-17-19-24			
	ALFONSO LOPEZ MICHELSEN,	3	**Viernes,10:30:00,12:30:00** 6-13-20-27 **Miercoles,10:30:00,12:30:00** 11-18-25	6-11-13-18-20	25		
	ALFONSO LOPEZ MICHELSEN,	4	**Viernes,12:30:00,14:30:00** 6-13-20-27 **Miercoles,12:30:00,14:30:00** 11-18-25	6-11-13-18-20-25			