PLAN DE CLASE
PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ABEL RODRIGUEZ CESPEDES (IED) (COLEGIO ABEL RODRIGUEZ CESPEDES (IED))		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**LAURA GERALDINE AMADO SALAS**
3. FECHA:	2024-10-17	4. HORA:	Jueves,14:30:00,16:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. Nº DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Domina diversos ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés, vivenciando el trabajo de sus segmentos corporales de forma global y segmentaria, aplicando las capacidades básicas en juegos y ejercicios, manteniendo control y ritmo de su cuerpo.

COGNITIVA :
Comprende la importancia de tener hábitos de higiene y salud, antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.

PSICOSOCIAL :
Entiende la importancia de conocerse para determinar los alcances personales en temas deportivos y sociales, así mismo comprender las realidades de los demás, para ayudar y no juzgar.

LUDICA :
Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.

TEMA :
Desarrolla movimientos de habilidades motrices de individualización segmentaria y en conjunto.

SUBTEMAS :
Manejo ejercicios en pareja para el aprendizaje de las diferentes habilidades, Adapto mi cuerpo y realizo ejercicios teniendo en cuenta al otro, Realizo ejercicios de las habilidades aprendidas individual y conjunto

IMPLEMENTACION :
Conos, Platillos, Lazos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Se recibe a los escolares se realiza llamado a lista. Trabajo de movilidad articular dirigida por la formadora, se realiza activación muscular con trabajo de gelatinas. Se ubican en tríos, se ubican dos a los costados y uno en el centro, el estudiante que esta en el centro adopta la posición básica de patinaje y se deja caer hacia el lado para que el compañero de ese lado lo atrape y lo sostenga y luego lo envíe hacia el otro lado.

TIEMPO
40 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Espacio para colocarse patines y protecciones y para la verificación de la postura adecuada de estos. trabajo de balanceo y estabilidad en curva, se van adicionando las habilidades aprendidas y se adoptan alternativas para la mejor ejecución, primero trabajando en parejas y luego de forma individual.

TIEMPO
40 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Trenzado sostenido, se toma impulso hasta el punto donde esta ubicado el punto de retorno, en donde se deberá realizar la secuencia de posición, inclinación y sostenimiento con el pie cruzado para mantener esa posición durante todo el punto de retorno (Curva)

TIEMPO
20 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Espacio para quitada de patines y protecciones y organización adecuada de estas, estiramiento. Reflexión y retroalimentación de las actividades y temáticas del día, indicaciones para la siguiente clase.

TIEMPO
20 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. COLEGIO ABEL RODRIGUEZ CESPEDES (IED)			Nombre Instructor: LAURA GERALDINE AMADO SALAS	
2. Fecha:	2024-10-17	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,14:30:00,16:30:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	PATINAJE 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1141133508	LUISA FERNANDA LOZANO	Asistio
1220218312	ANGIE ESTEFANIA DIAZ	Asistio
1222208678	EMILY VALERY JHORINDEL MONTENEGRO	Asistio
1028876183	LICED VALENTINA LOZANO	Asistio
1220216739	ZARETH JHULIET SALINAS	Asistio
1141129551	VALERIA RAMIREZ	Asistio
1141721303	VALERY DANIELA BONILLA	Asistio
202320032014	KARLI VALESCA PERDOMO	Asistio
1014279727	Juana Sofiah Hernandez	Asistio
7196060	FRANSHESCA MICHELLE DUARTE	Asistio
1014288074	ISABELLA TALERO	Asistio
1028951442	EMILY SARAI ALVAREZ	Asistio
1141131579	GUADALUPE ROCHA	Asistio
1233698588	JHADEN SAZORY PINEDA	Asistio
1011234801	LUCIANA HERNANDEZ	Asistio
1141131986	ZARA MARTINA LINARES	Asistio