**PLAN DE CLASE**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO ABEL RODRIGUEZ CESPEDES (IED) (COLEGIO ABEL RODRIGUEZ CESPEDES (IED)) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **Wilmer Ferney Machuca Guerrero** |
| 3. FECHA: | 2024-09-10 | 4. HORA: | Martes,12:30:00,14:30:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | ACTIVIDAD FÍSICA | 6. Nº DE SESIÓN: | 11 |
| 7. LOCALIDAD: | Engativa | 8. Nº DE SEMANA: | 10 |
| 8. ZONA: | 2 | 9. CICLO: | |

**DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO**

**MOTRÍZ :**
Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.

**COGNITIVA :**
Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.

**PSICOSOCIAL :**
Explorar diferentes formas de movimiento que le permitan a los niños y niñas el reconocimiento de su cuerpo y el cuidado de sí mismo por medio actividad física.

**LUDICA :**
Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.

**TEMA :**
Percibe los cambios en su cuerpo durante el desarrollo de los diferentes procesos.

**SUBTEMAS :**
Ejecuto ejercicios que me permitan percibir la adaptación y los cambios motrices.

**IMPLEMENTACION :**
silbato, conos

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
Corre abriendo y cerrando los Brazos Durante un minuto. 2. Con las personas que te acompañen en casa juega a tratar de cogerle la espalda y el compañero a no dejarse tocar la espalda con la mano, gana el que más espaldas toque durante 1 minuto 3 veces. 3. Caminar en 4 apoyos moviéndose por el espacio durante 15 segundos. repites el ejercicio 2 veces. 4. Realiza saltos en el puesto en donde alzas las manos, aplaudir arriba de la cabeza y al mismo tiempo separas las piernas este ejercicio se realizará de forma continua durante 15 segundos 2 veces

TIEMPO
30min

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
Realizo el juego de patos al agua, donde el profesor a delimitado 3 zonas: Agua, cielo y tierra cuando el docente lo indica los patos (estudiantes) deben correr a la zona correspondiente, Realizo el juego de patos al agua, pero se agrega un gavilán que atrapa los patos mientras se desplazan.

TIEMPO
30min

**RETO :**
ACTIVIDADES
Juego al ponchado en donde dos compañeros se ubican en los extremos de la cancha y cuyo objetivo es lanzar el balón para tocar a todos los que se encuentran en el centro y eliminarlos para quedar solo un ganador.

TIEMPO
30min

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
Sentado separa las piernas lo más que puedas, inclina el torso hacia adelante sin flexionar las rodillas y sostienes por 15 segundos. 2. Acostado boca abajo, flexiona una pierna y coge el pie con la mano del mismo lado y tira de ella hacia atrás y sostienes por 15 segundos cada pie. 3. Coge el pie por detrás, llévalo a los glúteos y sostienes por 15 segundos cada pie. 4. Eleva la rodilla manteniendo la espalda derecha y llévala al pecho sosteniendo por 15 segundos cada una de las piernas.

TIEMPO
30min

**ASISTENCIA**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. COLEGIO ABEL RODRIGUEZ CESPEDES (IED) | | | Nombre Instructor: Wilmer Ferney Machuca Guerrero | |
| 2. Fecha: | 2024-09-10 | 5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA | 8. Localidad: Engativa | |
| 3. Hora: | Martes,12:30:00,14:30:00 | 6. Nº de Sesion: 11 | 9. Nº de Semana: 10 | |
| 4. Grupo: | ACTIVIDAD FÍSICA 3 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1014282800** | JUAN DAVID OCHOA | Asistio |
| **1014290471** | Angel Jerónimo Izquierdo | Asistio |
| **1020003440** | JUAN FELIPE FONSECA | Asistio |
| **1048850604** | SAMUEL SEBASTIAN LOPEZ | Asistio |
| **1141133731** | DANIEL SANTIAGO GARCIA | Asistio |
| **1141340698** | YHOJANDER ALEXIS MENDOZA | Asistio |
| **1141722705** | SAMUEL MATHIAS BOJACA | Asistio |
| **1220219462** | SANTIAGO LOPEZ | Asistio |
| **1232597278** | ISAAC JOSUE CARDENAS | Asistio |
| **838083119092014** | VICTOR EUNARDO CARROZ | Asistio |
| **N37664417379** | YHOEL SMITH QUINTERO | Asistio |
| **1141131494** | SALOME ESCOBAR | Asistio |
| **1014291115** | SARA ISABELLA COMBARIA | Asistio |
| **1014287917** | JOSUE DELGADO | Asistio |
| **1141132059** | DANNA ELISA RAMIREZ | Asistio |
| **1141128526** | EMMANUEL MURILLO | Asistio |
| **1220214906** | LADY KATHERIN NUÑEZ | Asistio |
| **6483748** | KEVIN DANIEL RUIZ | Asistio |
| **1025150985** | SARA SANCHEZ | Asistio |
| **1141129603** | JUAN JOSE PINZON | Asistio |