PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS (IED) (NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ**
3. FECHA:	2024-11-14	4. HORA:	Jueves,06:00:00,08:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Fortalezco mi velocidad de reacción en combinación con el salto.

COGNITIVA :
Identifico las secuencias motrices en las pruebas combinadas.

PSICOSOCIAL :
Vinculo dinámicas colectivas que promuevan la comunicación asertiva para la solución de conflictos.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas me relaciono con mis compañeros y fortalezco la comunicación.

TEMA :
El salto.

SUBTEMAS :
Solución de conflictos.

IMPLEMENTACION :
Platillos, aros, conos y balones.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
a. Saludo: De acuerdo con los lineamientos entregados se realizará saludo y bienvenida a los participantes (Nombre del programa, llamado a lista, cuidados general y otras indicaciones de la dinámica de clase). En el salón. b. Recomendaciones generales: Se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los aprendizajes esperados, adicionalmente se harán recomendaciones sobre el equipamiento que se utilizará, preferiblemente ropa y zapatos cómodos. En cuanto al escenario se darán pautas para su uso. Finalmente se recomendará mantener líquido e hidratar cada vez que sea necesario, preferiblemente agua. c. Entrada en calor: Inicialmente se realizará trote continuo alrededor del escenario deportivo (cuatro vueltas). A continuación, se realizará el juego denominado: “ladrón de balones”. Un jugador persigue a los demás. El resto se moverá libremente por todo el espacio previamente delimitado, cuando un participante sea tocado por quien lleva el balón, este deberá quedara fuera del espacio demarcado en una hilera, cada vez que el balón toque el suelo, uno de los jugadores previamente eliminados podrá reingresar al juego. Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá compartir un momento difícil de su vida.

TIEMPO
a. Saludo: 5 minuto aproximadamente. b. Recomendaciones generales: 5 minutos aproximadamente. c. Entrada en calor: 10 minutos aproximadamente. Tiempo total aproximado para la primera fase: 20 minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
a. Actividad 1: Actividad 1: Los participantes por grupos de 4 estudiantes. Posteriormente deberán iniciar trabajo de carrera y saltos por turnos. b. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. c. Actividad 2: Siguiendo la dinámica del ejercicio anterior se deberán realizar desplazamientos por parejas y trios. d. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. e. Practica predeportiva: Se realizará una práctica autónoma de actividades que llevan implícitas las habilidades motrices relacionadas con el atletismo, haciendo énfasis en la implementación de las distintas técnicas vistas en clase.

TIEMPO
a. Actividad 1: 20 minuto aprox. b. Hidratación: 05 minutos aprox. c. Actividad 2: 20 minutos aprox. d. Hidratación: 05 minutos aprox. e. Practica: 20 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la segunda fase: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los niños a realizar la mayor cantidad lanzamientos al aire del balón o pelota, sin que este toque el suelo.

TIEMPO
a. Reto: 10 minutos aprox. Tiempo total aproximado para el reto: 10 minutos.

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

a. Vuelta a la calma: A continuación, se realizarán desplazamiento en trote suave por 5 minutos. Posteriormente se hará trabajó de estiramiento iniciando desde el tronco inferior al superior. b. Retroalimentación: Se les pedirá a los participantes que nos compartan sus sensaciones acerca de la sesión de clase, como momentos divertidos, dificultades y mejoras, así mismo que propuestas tienen para próximas clases.

TIEMPO

a. Vuelta a la calma: 15 minuto aprox. b. Retroalimentación 05 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la fase final: 20 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2024-11-14	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Jueves,06:00:00,08:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1015193958	LINDA ESTRELLA ALMANZA	No asistio
1021688527	LYNN ASIANNA ADRADE	Asistio
1140928410	LEIDY SOFIA AVILA	No asistio
1029292615	JOSEPH AARON BOTERO	No asistio
1140925900	DAVID SANTIAGO BRAVO	No asistio
1140928315	IMER LEANDRO CAMACHO	No asistio
1023018699	BRANDON SEBASTIAN CARDOZO	No asistio
1140927533	JUAN DAVID FAJARDO	Asistio
1074818473	ANDRES FELIPE GOMEZ	Asistio
1013143994	RONALD MATIAS HOLGUIN	No asistio
1023019709	SOFIA ISABEL JIMENEZ	No asistio
1140928506	ADRIANA XIMENA LOPEZ	No asistio
1011234789	DAYANA ALEJANDRA MARTINEZ DE FELIPE	No asistio
1023020770	LAURA DANIELA MONROY	Asistio
1018488957	DILAN ADRIAN MORA	Asistio
1016091277	MARIANA MOSQUERA	No asistio
1201239755	NICOLL ARIANA PEROZA	No asistio
1023010513	BEHMER YESID NIEVES	Asistio
1140928209	ALEJANDRO OCAMPO	Asistio
1011237611	JOHAN SEBASTIAN PASCUAS	No asistio
1011225236	ISABELLA PASCUAS	Asistio
1140928957	FABIAN ANDRES OROZCO	Asistio
1049641430	NICOLAS ESTIBEN PINILLA	Asistio
1140928204	ITHAM STEVEN RODRIGUEZ	Asistio
1028620719	JUAN CAMILO SAAVEDRA	Asistio
1140927245	DAISY YULIANA SAYO	Asistio
1140926509	JUAN SEBASTIAN SOTELO	Asistio
1070620692	ZAHIRA CATALINA SUAREZ	Asistio
1140927421	SHAROL TATIANA TIQUE	No asistio
1141344499	DUVAN SANTIAGO YEPES	Asistio
1116805895	SALOME MARTINEZ	Asistio
1011236303	VALERHY SOPHIA SUAREZ	Asistio