

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO KIMI PERNIA DOMICO (IED) (KIMI PERNIA DOMICO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Jorge Armando Algarra Acosta
3. FECHA:	2025-05-09	4. HORA:	Viernes, 12:00:00, 14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	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 :
IDENTIFICA LAS EXPRESIONES SOCIALES GENERADAS EN LA PRÁCTICA, DESARROLLANDO COMPROMISO Y RESPETO FRENTE A LOS DEMÁS.

LUDICA :
RESOLVER LAS DIVERSAS SITUACIONES QUE SE PRESENTAN EN LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE SE DESARROLLAN EN EL CENTRO DE INTERÉS.

TEMA :
EXPLORA LAS EMOCIONES DESARROLLANDO DIFERENTES FORMAS Y POSIBILIDADES DE MOVIMIENTO

SUBTEMAS :
IDENTIFICO MIS EMOCIONES Y MIS POSIBILIDADES DE MOVIMIENTO EN UN ESPACIO DETERMINAD

IMPLEMENTACION :
PLATILLOS, CONOS, AROS, BALONES

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
• Llamado a lista. • Explicación de la temática a trabajar. • Calentamiento movilidad articular, iniciando con las articulaciones del tren inferior hasta las del tren superior, pasando por todas las articulaciones del cuerpo. Luego trote en el puesto, giros, saltos en el puesto, skipping, rodillas al pecho, talones a la cola, desplazamientos laterales.

TIEMPO
15 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
CIRCUITO DE EMOCIONES Objetivo: Fomentar la conciencia emocional en los NNAJ mediante una actividad física y dinámica que les permita identificar y experimentar las señales físicas que genera cada emoción, promoviendo la comprensión de las emociones en situaciones propias de la actividad deportiva. Actividad: El circulo de las emociones Materiales: • Conos, platillos, balones, conos. Estaciones de actividad. Desarrollo de la Actividad: • Introducción (5-10 minutos): Explicar a los NNAJ que el objetivo de la actividad es conocer, reconocer y ser conscientes de las emociones a través de una serie de pruebas físicas. Destacando que todas las emociones son importantes y que saber cómo reconocerlas es esencial para nuestra salud emocional y el bienestar. Formación de Grupos: • Posteriormente se divide el grupo en 4 subgrupos de igual cantidad de personas. • Se organizan las diferentes estaciones con los elementos deportivos donde se ubicará un grupo por cada estación. • Cada uno de los grupos deben pasar por cada una de las estaciones donde los NNAJ deben realizar ejercicios que les ayuden a identificar cada una de las emociones que ellos presenten durante la ejecución de la actividad. • En cada estación, los participantes tendrán que realizar una actividad física, pero también deberán reflexionar y expresar la emoción que ellos evidencien Estación 1: Futbol Al iniciar en esta estación se les dice a los NNAJ que se dividan en dos grupos, allí deben jugar un partido de futbol aplicando las siguientes variables, con la finalidad de ir variando la expresión de emociones en cada uno de ellos Variables: • Futbol cangrejo-Desplazamiento en 4 apoyos • Futbol en un solo pie • Futbol en dos pies • Futbol libre Estación 2: Bolos Al iniciar en esta estación se les dice a los NNAJ que se dividan en dos grupos, allí deben jugar bolos y el grupo que más haga puntos será el ganador, a medida que avance la actividad de irán aplicando las siguientes variables, con la finalidad de ir variando la expresión de emociones en cada uno de ellos. Variables: • Lanzamiento de frente • Lanzamiento de espalda • Lanzamiento por la mitad de las piernas • Lanzamiento elevado y a ras de piso • Lanzamiento podal y bipodal Estación 3: Balón mano Al iniciar en esta estación se les dice a los NNAJ que se dividan en dos grupos, allí deben jugar balonmano aplicando las reglas basicas, a medida que avance la actividad de irán aplicando las siguientes variables, con la finalidad de ir variando la expresión de emociones en cada uno de ellos. Variables: • Pase a ras de piso • Pase elevado • Pasar y hacer un rollo para entrar de nuevo en el juego • Anotar el gol de cabeza precido de un pase de un compañero • Desplazamiento en pica y pala • Desplazamiento libre Estación 4: Relevos En esta estación, los NNAJ deben hacer ejercicios de salto y movimientos rápidos ejecutando habilidades propias y en grupo mientras ejecutan cada una de las actividades propuestas por el formador. Actividades: • En fila pasar por debajo de sus ccompañeros, haciendo el circuito ida y vuelta. • En fila pasar por encima de sus compañeros, haciendo el circuito ida y vuelta. • En fila pasar por debajo y por encima de sus compañeros, haciendo el circuito ida y vuelta. • En fila desplazarse en cadena con cada uno de sus compañeros, haciendo el circuito ida y vuelta.

TIEMPO
80 min

RETO :
ACTIVIDADES
Lograr que el niño exprese sus emociones, de igual manera desarrolle habilidades y movimientos edurante la ejecucion de una serie de actividades.

TIEMPO
10 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES

ACTIVIDADES

Con el grupo completo, los participantes deberán hacer una serie de estiramientos y respiraciones profundas. Mientras lo hacen, reflexionarán sobre qué actividades o pensamientos les ayudan a calmarse cuando se sienten estresados o agitados. Reflexión final: Después de completar el circuito, reúna a todos los grupos en un círculo, cada uno compartirá en qué estación se sintió más cómoda y cuál le resultó más difícil. Hablar de las emociones que experimentaron durante las actividades y cómo pueden aplicar lo aprendido en su vida diaria. Preguntas orientadoras: ¿Cómo se sintieron al identificar y expresar sus emociones? ¿Qué aprendió sobre frente a las respuestas físicas en cada una de las estaciones imaginando cada uno de las emociones? Cierre: Finalizar la actividad con un breve recordatorio de la importancia de reconocer, las respuestas físicas al experimentar una emoción, teniendo en cuenta que las emociones no son ni buenas ni malas, sino que son señales que nos ayudan a entender lo que estamos viviendo.

TIEMPO

15 min

Reporte Sesión de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. KIMI PERNIA DOMICO			Nombre Instructor: Jorge Armando Algarra Acosta	
2. Fecha:	2025-05-09	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 2	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141336770	JHOJAN ALEXANDER MARTINEZ			Asistio
1127624330	ALAN JOSE URREGO			Asistio
1141133420	DYLAN ALEJANDRO SALAMANCA			Asistio
1222212253	MILAN ESTIVER TIMOTE			Asistio
1023016317	KEVIN SAMIR MORENO			Asistio
5960435	JOSE MIGUEL HERNANDEZ			Asistio
1121449904	AUSTIN ABIEL COELLO			Asistio
6743344	CRISTOFER JOSUE ARDILA			Asistio
1222215327	JUAN SEBASTIAN PEREZ			Asistio
1014302034	LUCIANA CAVIEDES			Asistio
1233504814	MARTIN ALEJANDRO SALAMANCA			Asistio
1141355828	ELIAN MATIAS PALACIOS			Asistio
1028894266	YEFERSON ALVAREZ			Asistio