

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO REPUBLICA DEL ECUADOR (IED) (REPUBLICA DEL ECUADOR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Yensy Balbina Hernandez Calvo
3. FECHA:	2025-06-16	4. HORA:	Lunes, 13:00:00, 15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. N° DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.

COGNITIVA :

Explorar y reconocer las habilidades básicas de movimiento por medio de juegos y actividades deportivas

PSICOSOCIAL :

EMOCIONES

LUDICA :

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

TEMA :

Implementa trabajos de patrones básicos de movimiento por medio de circuito motrices

SUBTEMAS :

Reconoce la motricidad gruesa a partir de actividades lúdicas individuales

IMPLEMENTACION :

conos aros tapas pelotas fichas

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se inicia sesión realizando presentación del CI de Gimnasia a los NNJ del colegio republica del ecuador , donde se cuenta como se va a realizar las sesiones, días y horarios. se recibe documentación solicitada durante jornadas de presentación y divulgación del CI de gimnasia. Se llegan acuerdos y deberes en las sesiones de Gimnasia como son: 1. Llegada puntual 2. Ropa adecuada (camisa IDRDR quien la tiene) 3. Hidratación 4. Respeto con los demás 5. Cuidado de elementos personales 6. Cuidado de espacio y elementos utilizados en las sesiones durante las sesiones se adicionaran acuerdos Se llama asistencia a NNJ , se indica las actividades que se van a realizar durante la sesión. Seguidamente se realiza calentamiento en cancha con las siguientes actividades: 1. Realiza carrera lenta - rápida por dos veces llegando a cono. 2. carrera hacia atrás 3. saltos 3. jumping jacks 4. burpees

TIEMPO  
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
se realiza actividades de saltos en diferentes desplazamientos y combinaciones donde se realizaran hileras de 4 estudiantes, según la cantidad de asistentes se realizaran estaciones donde con música se relaja el salto durante 30 segundos y descansaran 10 segundos y cambiarán de estación. En la primera ronda se realizarán saltos básicos, primera estación salto pies juntos sobre aros, segunda estación salto en un pie sobre platillo En la segunda ronda saltos laterales, primera estación salto en tijera, segunda estación salto abriendo los pies y cerrando dentro de aro.

TIEMPO  
45 minutos

RETO :

ACTIVIDADES  
salto de lazo individual

TIEMPO  
30 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
El final de la sesión se realizará estiramiento de cuerpo realizando los siguientes estiramientos: 1. apertura de pies 2. mariposa viva, muerta 3 zancada de rodillas 4. Elevación de rodillas 5. Postura de tortuga

TIEMPO  
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. REPUBLICA DEL ECUADOR			Nombre Instructor: Yensy Balbina Hernandez Calvo	
2. Fecha:	2025-06-16	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Lunes,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016744902	JHOSEEP DAVID DIAZ			Asistio
1034316545	AVRIL SOPHIA HERRERA			Asistio
1011246324	MILAN ANDRES BARON			Asistio
1016746354	DULCE DAYANNA LOPEZ			Asistio
1222216302	JESUS DAVID ARANGO			Asistio
1014485499	JUAN SEBASTIAN MOLANO			Asistio
1034315987	AILEN SALOME PULIDO			Asistio
1016745507	IAN SAMUEL CUELLAR			Asistio

1.RELACIÓN SESIONES							
NOMBRE	Yensy Balbina Hernandez Calvo		COORDINADOR	ROSEMBERG JIMENEZ QUINTERO			
FECHA REVISIÓN	2025-06-22 16:30:04		Mes	Junio			
IED	SEDE	GRUPO	SESIONES PLANEADAS (HORARIO)	SESIONES EJECUTADAS	SESIONES NO EJECUTADAS	TOTAL PROGRAMADAS	TOTAL EJECUTADAS
COLEGIO REPUBLICA DEL ECUA	REPUBLICA DEL ECUADOR,	1	<b>Miercoles,13:00:00,15:00:00</b> 4-11-18 <b>Lunes,13:00:00,15:00:00</b> 9-16	4-9-11-16-18		16	16
	REPUBLICA DEL ECUADOR,	2	<b>Martes,13:00:00,15:00:00</b> 3-10-17 <b>Jueves,13:00:00,15:00:00</b> 5-12-19	3-5-10-12-17-19			
	REPUBLICA DEL ECUADOR,	3	<b>Miercoles,15:00:00,17:00:00</b> 4-11-18 <b>Lunes,15:00:00,17:00:00</b> 9-16	4-9-11-16-18			