

JORNADA ESCOLAR		
ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO		
COLEGIO:	Ciudad Bolivar Argentina	NOMBRE DE FORMADOR
		NOMBRE DE LA FORMADORA
FECHA:	febrero 10-2026	NOMBRE ÁREA DE RECREACIÓN
CENTRO DE INTERÉS:	PATINAJE	SESIÓN Nº:
LOCALIDAD	CIUDAD BOLIVAR	FECHA:
ZONA:	Zona Tres	HORA:
DIMENSIONES DEL PROGRAMA		
MOTRÍZ:	Iniciar la mejora de acciones motrices adecuadas para los deportes del	
COGNITIVA:	Instituyó en franquicia para Infobae una serie de ejercicios y desafíos vi	
PSICOSOCIAL:	Las actividades físicas son una realidad social, la cual se extiende por e	
LÚDICA:	interacción con la naturaleza, y las actividades al aire libre, orientadas.	
OBJETIVO ÁREA DE RECREACIÓN		
TEMA GENERAL:	Inicio de Clases	
MATERIALES:	Material humano, implementos deportivos, juegos	
ACTIVIDADES		
FASE INICIAL:	SALUDOS DE BIENVENIDA Y PRESENTACION DEL EQUIPO I PRESENTACION DEL EQUIPO DE FORMAL	
FASE CENTRAL:	Actividad Transportar pelotas de p C Pelotas Formar Colocar un balde con a Cada participante El primer miembro de cada gr El sigu Gar	
RETO:	Actividad Transportar	

	Formar c Cada participante tiene 1 minuto para llevar un platillo Gana el equipo q	
FASE FINAL :	Hidrataci Vuelta a la Calm Estiramiento General: Preguntas y Observaciones: Responder p	
OBSERVACIONES:	CLASE SUJETA A CAMBIOS	

AR COMPLEMENTARIA
FALECIMIENTO RECREATIVO
FRANZ MAURICIO PEREZ NADER
1
febrero 10-2026
10:00 A 12:00 M Y 12:00 A14:00 PM.
DESARROLLO HUMANO:
balonmano y el voleibol para niños participes
suales para ejercitar el cerebro y las habilidades
el disfrute del juego con los valores olimpico orientados al respeto del contrario
S A DESARROLLAR
<p>DE TRABAJO enfocando las areas de trabajo con los simbolos de los juegos olimpico Y DORES DE LA JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA DEL IDRD</p> <p>I: Carrera de Ping Pong con Cucharas</p> <p>Objetivo: ping pong con cucharas en el menor tiempo posible.</p> <p>Materiales: ucharas (una por participante) de ping pong (una por participante) Cuatro baldes con agua</p> <p>Instrucciones: cuatro grupos de diez participantes. gua para cada grupo al otro lado del área de juego. recibe una cuchara y una pelota de ping pong. upo lleva la pelota en la cuchara hasta el balde y regresa. iente participante repite el proceso. ia el grupo que termine primero.</p> <p>II: Carrera de Platos en la Cabeza</p> <p>Objetivo: platos en la cabeza sin dejarlos caer.</p> <p>Instrucciones:</p>

cuatro grupos de diez participantes.
en la cabeza desde el punto de inicio hasta el final del recorrido sin dejarlo caer.
de transporte más platillos sin dejarlos caer.

Actividades Finales:

ión: Tomar agua para rehidratarse.
a: Ejercicios suaves para relajar el cuerpo.
Estirar todos los grupos musculares principales.
preguntas de los participantes y hacer observaciones sobre la clase.

RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	30 MINUTOS
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	65 MINUTOS
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA	10 MINUTOS.

EQUIPO RECREACION IDRD	
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	15 MINUTOS

JORNADA ESCOLAR		
ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO		
Colegio:	Ciudad Bolivar Argentina	NOMBRE DE FORMADOR
		NOMBRE DE LA FORMADORA
FECHA:	Febrero 11 2026	NOMBRE ÁREA DE RECREACIÓN
CENTRO DE INTERÉS:	PATINAJE	SESIÓN Nº:
LOCALIDAD	CIUDAD BOLIVAR	FECHA:
ZONA:	Tres	HORA:
DIMENSIONES DEL DISEÑO		
MOTRÍZ:	Iniciar la mejora de acciones motrices adecuadas para los deportes del	
COGNITIVA:	Instituyó en franquicia para Infobae una serie de ejercicios y desafíos vi	
PSICOSOCIAL:	Las actividades físicas son una realidad social, la cual se extiende por e	
LÚDICA:	interacción con la naturaleza, y las actividades al aire libre, orientadas.	
OBJETIVO ÁREA DE RECREACIÓN		
TEMA GENERAL:	inicio de clases	
MATERIALES:	Material humano, implementos deportivos, juegos	
ACTIVIDADES		
FASE INICIAL:	CONTEO INICIAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL Colegio Ciudad Bolívar	
FASE CENTRAL:	<p>A</p> <p>Formar un triqui</p> <p>Formar los</p> <p>A las indicaciones de los formado</p> <p>El equipo qu</p> <p>Gana el equipo</p>	
RETO:	<p>Actividad</p> <p>Transportar p</p> <p>Formar los n</p> <p>Cada participante tiene 1 minuto para llevar un platillo e</p> <p>Gana el equipo que lc</p>	

FASE FINAL :	<div>Hidratación</div> <div>Vuelta a la Calma:</div> <div>Estiramiento General: E</div> <div>Preguntas y Observaciones: Responder pre</div>
OBSERVACIONES:	CLASE SU JETA A CAMBIOS

COMPLEMENTARIA
DESEMPEÑO RECREATIVO
FRANZ MAURICIO PEREZ NADER
3
Febrero 11 2026
10:00 A 12:00 M
DESARROLLO HUMANO:
balonmano y el voleibol para niños participes
suales para ejercitar el cerebro y las habilidades
el disfrute del juego con los valores olimpicos orientados al respeto del contrario
DESARROLLAR
ad Bolivar Argentina SE INICIO CON ACTIVIDADES DE CALENTAMIENTO CON LOS FORMADORES.
<p>Actividad: Conformar un Triqui</p> <p>Objetivo:</p> <p>(tres en línea) antes que los otros equipos.</p> <p>Instrucciones:</p> <p>mismos cuatro equipos del primer día.</p> <p>res, los equipos realizarán la actividad de conformar un triqui.</p> <p>e forme un triqui primero gana un punto.</p> <p>Se realizarán 6 rondas.</p> <p>que obtenga más puntos formando triquis.</p>
<p>II: Carrera de Conos en la Cabeza</p> <p>Objetivo:</p> <p>platillos en la cabeza sin dejarlos caer.</p> <p>Instrucciones:</p> <p>nismos cuatro equipos del primer día.</p> <p>en la cabeza desde el punto de inicio hasta el final del recorrido sin dejarlo caer.</p> <p>ngre transportar más platillos sin dejarlos caer.</p>
Actividades Finales:

n: Tomar agua para rehidratarse.

· Ejercicios suaves para relajar el cuerpo.

· Estirar todos los grupos musculares principales.

· Preguntas de los participantes y hacer observaciones sobre la clase.

RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	30 MINUTOS
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD EQUIPO RECREACION IDRD	65 MINUTOS
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	10 MINUTOS.
RESPONSABLE	DURACION

EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	15 MINUTOS
---	------------

JORNADA ESCOLAR		
ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO		
Colegio:	Ciudad Bolivar Argentina	NOMBRE DE FORMADOR
		NOMBRE DE LA FORMADORA
FECHA:	Febrero 12 2026	NOMBRE ÁREA DE RECREACIÓN
CENTRO DE INTERÉS:	PATINAJE	SESIÓN Nº:
LOCALIDAD	CIUDAD BOLIVAR	FECHA:
ZONA:	Tres	HORA:
DIMENSIONES DEL DISEÑO		
MOTRÍZ:	Iniciar la mejora de acciones motrices adecuadas para los deportes del	
COGNITIVA:	Instituyó en franquicia para Infobae una serie de ejercicios y desafíos vi	
PSICOSOCIAL:	Las actividades físicas son una realidad social, la cual se extiende por e	
LÚDICA:	interacción con la naturaleza, y las actividades al aire libre, orientadas.	
OBJETIVO ÁREA DE RECREACIÓN		
TEMA GENERAL:	Iniciacion de Clase	
MATERIALES:	Material humano, implementos deportivos, juegos	
ACTIVIDADES		
FASE INICIAL:	<p>CONTEO INICIAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL Colegio Ciudad Bolívar</p> <p>FORMADORES DEL IDR D SE LES EXPLICA A LOS NIÑOS Y NIÑAS BUEN T</p>	
FASE CENTRAL:	<p>Jugar partidos de polo formar</p> <p>Formar cuatro grup</p> <p>Los formadores guiarán a</p> <p>Se jugarán partidos donde cada</p> <p>El equipo con mé</p>	
RETO:	<p>Actividad:</p> <p>Organizar juegos de balon</p> <p>Los participantes</p> <p>Se explica a cada participante que pu</p> <p>Una vez que todos los integrantes c</p> <p>El equipo que obt</p>	

FASE FINAL :	Hidratación Vuelta a la Calma: Estiramiento General: E Preguntas y Observaciones: Responder pre
OBSERVACIONES:	CLASE SU JETA A CAMBIOS

R COMPLEMENTARIA
DESENVOLUPAMIENTO RECREATIVO
FRANZ MAURICIO PEREZ NADER
3
Febrero 12 2026
10:00 A 12:00 M
DESARROLLO HUMANO:
balonmano y el voleibol para niños participes
ejercicios para ejercitar el cerebro y las habilidades
que disfrute del juego con los valores olimpicos orientados al respeto del contrario
A DESARROLLAR
<p>ad Bolivar Argentina SE INICIO CON ACTIVIDADES DE CALENTAMIENTO CON LOS S LA IMPORTANCIA DEL MANEJO Y CUIDADO QUE DEBEN TENER duranre la clase y EL TRATO CON sus compañeros.</p>
<p>Actividad: Polo en Grupos</p> <p>Objetivo: do equipos para obtener la mayor cantidad de puntos.</p> <p>Instrucciones:</p> <p>os basados en la actividad del día anterior. los equipos para formar equipos de polo acuático. a equipo intentará obtener la mayor cantidad de puntos. is puntos al final será el campeón del día.</p>
<p>Torneo de Balonmano por Grupos</p> <p>Objetivo: mano adaptados a las edades de los participantes.</p> <p>Instrucciones:</p> <p>se dividen en 4 grupos según sus edades. ueden dar cuatro pasos con la pelota y luego realizar un pase. del grupo hayan tocado la pelota, pueden intentar hacer gol. tenga más goles será el campeón del día.</p>

Actividades Finales:

n: Tomar agua para rehidratarse.

· Ejercicios suaves para relajar el cuerpo.

· Estirar todos los grupos musculares principales.

· Preguntas de los participantes y hacer observaciones sobre la clase.

RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	30 MINUTOS
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD EQUIPO RECREACION IDRD	65 MINUTOS
RESPONSABLE	DURACION
EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	10 MINUTOS.
RESPONSABLE	DURACION

EQUIPO FORMADORES JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA EQUIPO RECREACION IDRD	15 MINUTOS
---	------------