



**IDRD**



# OBLIGACIÓN 1

## EVIDENCIA 1



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-04	4. HORA:	Lunes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	63
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas.			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y ?cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> asocio las generalidades y fundamentos de la carrera.			
<b>SUBTEMAS :</b> Entiendo la velocidad, los gestos técnicos de las pruebas propias de velocidad mini atletismo 30, 50 y 60 mts.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, PELOTAS DE TENIS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS EL SIGUIENTE JUEGO ASI: EL LEON - LOS JUGADORES SE DISPONEN EN GRUPOS DE DIEZ PARTICIPANTES. UNO DE ELLOS HARÁ DE LEÓN Y SE COLOCARA A CUATRO PATAS, PUDIÉNDOSE DESPLAZAR. LOS QUE ESTÉN DE PIE LLEVARÁN UN BALÓN ENTRE LAS PIERNAS Y EVITARAN QUE EL LEÓN SE LO ROBE, PARA LO CUAL SE DESPLAZARAN DANDO SALTOS. SI EL LEÓN LOGRARA QUITAR UN BALÓN DE ENTRE LAS PIERNAS EL PERSEGUIDOR PASARÁ A SER OTRO LEÓN MÁS. LA ACTIVIDAD FINALIZA CUANDO TODOS SON LEONES.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Realizamos la prueba de los 600 m de manera suave para prepararnos para el pentatlón el día 13 de mayo  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-04	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 63	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1145228975	NUVILETH TATIANA LANDETE			No asistio
1023045240	Y Aid Josue Lanvertino			Asistio
1016116726	Genesis Saray Marin			No asistio
N37666787471	Yoheli Amelys Romero			No asistio
1081835483	Salome Guerrero			Asistio
1015485755	Valery Mojica			Asistio
1222216944	Yailiz Sofia Garcia			Asistio
1152945235	Tamara Andrea Landete			Asistio
1220222242	Mathias Mendez			No asistio
1031848273	Santiago Herrera			Asistio
1145227316	Isabella Villamil			No asistio
6773949	Anyeli Valeska Diaz			No asistio
1073257691	Martin Johan Pinzon			Asistio
1050738502	Keren Dayana Martinez			No asistio
1063974060	Samara Sofia Mejia			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-06	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	67
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas.			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.			
<b>SUBTEMAS :</b> Identifico los múltiples eventos de pista y campo.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, flexómetro.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos el juego LOS SALVAVIDAS. Ponemos en contexto a los niños como si estuviéramos en mitad del mar y recreamos como es la vida en el mar. El juego es así: los jugadores estarán colocados en dos grupos, cada uno de ellos en una linea de fondo en un campo o espacio grande en posición de cuatro apoyos. En el centro se encontraran distribuidos unos aros de dos colores. Cuando oigan la señal, saldrán a la máxima velocidad hacia el medio del campo para conseguir encontrar el aro del color que le corresponde e introducirse en el, para luego desplazarse saltando en una pierna con el aro sujeto a la altura de la cadera. vencerá aquel equipo que todos sus componentes lleguen antes a su línea de salida.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Tarea y actividad lúdica reto: Correr entre varias cuerdas con un solo apoyo entre cada dos cuerdas. Las cuerdas estarán situadas a dos metros unas de otras, con el objeto de que cada niño tenga que abrir su zancada para lograrlo. A continuación colocaremos unos aros muy juntos con idea de trabajar la frecuencia y, por ultimo, unas cuerdas separadas que los obligue a ampliar la zancada.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**FASE FINAL :**

ACTIVIDADES

REALIZAREMOS LA PRIMERA ACTIVIDAD LA CUAL NOS QUEDA PERFECTA YA QUE ESTAMOS PREVIO A LA COMPETENCIA DE INTERCOLEGIADOS ADI: El muro de los logros (visualización y refuerzo). Esta dinámica ayuda a los niños a visualizar su progreso, lo cual es fundamental para mantener el interés. Paso 1: Designa un espacio en la pared o una cartulina grande. Paso 2: Define metas pequeñas y accesibles a corto plazo (ej. “ordenar los implementos que se utilizan en práctica” u otras que identifiques se puedan hacer). Paso 3: Cada vez que el niño cumpla una meta, permite que pegue una estrellita, carita feliz o color en el muro. Paso 4: Al final de la semana, celebren juntos las metas alcanzadas.

TIEMPO

20 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-06	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 67	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1145228975	NUVILETH TATIANA LANDETE			Asistio
1023045240	Y Aid Josue Lanvertino			No asistio
1016116726	Genesis Saray Marin			No asistio
N37666787471	Yoheli Amelys Romero			No asistio
1081835483	Salome Guerrero			No asistio
1015485755	Valery Mojica			No asistio
1222216944	Yailiz Sofia Garcia			No asistio
1152945235	Tamara Andrea Landete			Asistio
1220222242	Mathias Mendez			No asistio
1031848273	Santiago Herrera			Asistio
1145227316	Isabella Villamil			No asistio
6773949	Anyeli Valeska Diaz			Asistio
1073257691	Martin Johan Pinzon			No asistio
1050738502	Keren Dayana Martinez			Asistio
1063974060	Samara Sofia Mejia			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-11	4. HORA:	Lunes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	71
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.			
<b>SUBTEMAS :</b> identifico los múltiples eventos de pista y campo.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-11	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 71	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1145228975	NUVILETH TATIANA LANDETE			No asistio
1023045240	Y Aid Josue Lanvertino			No asistio
1016116726	Genesis Saray Marin			No asistio
N37666787471	Yoheli Amelys Romero			No asistio
1081835483	Salome Guerrero			No asistio
1015485755	Valery Mojica			No asistio
1222216944	Yailiz Sofia Garcia			No asistio
1152945235	Tamara Andrea Landete			No asistio
1220222242	Mathias Mendez			No asistio
1031848273	Santiago Herrera			No asistio
1145227316	Isabella Villamil			No asistio
6773949	Anyeli Valeska Diaz			No asistio
1073257691	Martin Johan Pinzon			No asistio
1050738502	Keren Dayana Martinez			No asistio
1063974060	Samara Sofia Mejia			No asistio



PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-13	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	75
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.			
<b>SUBTEMAS :</b> identifico los múltiples eventos de pista y campo.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-13	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 75	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1145228975	NUVILETH TATIANA LANDETE			Asistio
1023045240	Y Aid Josue Lanvertino			Asistio
1016116726	Genesis Saray Marin			Asistio
N37666787471	Yoheli Amelys Romero			No asistio
1081835483	Salome Guerrero			No asistio
1015485755	Valery Mojica			Asistio
1222216944	Yailiz Sofia Garcia			No asistio
1152945235	Tamara Andrea Landete			Asistio
1220222242	Mathias Mendez			Asistio
1031848273	Santiago Herrera			Asistio
1145227316	Isabella Villamil			No asistio
6773949	Anyeli Valeska Diaz			Asistio
1073257691	Martin Johan Pinzon			Asistio
1050738502	Keren Dayana Martinez			Asistio
1063974060	Samara Sofia Mejia			No asistio
1014311985	Luciana Saray Carrasco			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-20	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	81
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas			
COGNITIVA : Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
PSICOSOCIAL : LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
LUDICA : Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.			
TEMA : Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.			
SUBTEMAS : Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.			
IMPLEMENTACION : PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES "El LANZAMIENTO DEL COMETA "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de tenis metida al fondo de una media larga (calcetín).Agarre: Los niños sujetan el extremo abierto de la media. Organización y Espacio Zonas: Dibuja un gran círculo de lanzamiento en el suelo. Seguridad: Delimita una zona de caída libre al frente. Ningún niño puede pisar esa zona. Filas: Los niños esperan su turno en filas seguras detrás del lanzador. Desarrollo del Juego Posición: El niño se coloca de espaldas a la zona de caída. Voleos: Gira el "cometa" sobre su cabeza de forma continua para ganar velocidad. Giro: Realiza un giro de 180 grados sobre sus pies. Lanzamiento: Suelta la media extendiendo los brazos hacia arriba y atrás. Puntuación: Se colocan aros en el suelo con diferentes puntajes según la distancia. Reglas de Seguridad Cruciales Lanzar solo bajo la señal del silbato. Recoger los implementos solo cuando todos hayan lanzado. Mantener una distancia de 5 metros entre filas.  TIEMPO 50 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES COLOCAMOS AROS CADA 1 M PARA REALIZAR COMPETENCIA DE QUIEN LOGRA LANZAR EL MARTILLO MAS LEJOS ATINANDO EN EL ARO MAS LEJOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			

<p><b>FASE FINAL :</b></p> <p><b>ACTIVIDADES</b></p> <p>Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.</p>
<p><b>TIEMPO</b></p> <p>20 MINUTOS</p>

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

TIEMPO

## Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-20	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 81	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1014311985	LUCIANA SARAY CARRASCO			Asistio
1152945235	TAMARA ANDREA LANDETE			Asistio
N37666787471	YOHELI AMELYS ROMERO			No asistio
1081835483	SALOME GUERRERO			No asistio
1220222242	MATHIAS MENDEZ			Asistio
6773949	ANYELI VALESKA DIAZ			Asistio
1016116726	GENESIS SARAY MARIN			No asistio
1031848273	SANTIAGO HERRERA			Asistio
1222216944	YAILIZ SOFIA GARCIA			Asistio
1145227316	ISABELLA VILLAMIL			No asistio
1073257691	MARTIN JOHAN PINZON			Asistio
1023045240	Y Aid Josue Lanvertino			Asistio
1145228975	NUVILETH TATIANA LANDETE			Asistio
1063974060	SAMARA SOFIA MEJIA			No asistio
1015485755	VALERY MOJICA			Asistio
1050738502	KEREN DAYANA MARTINEZ			Asistio
6662446	YHON CRISTIAN RIASCOS			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-25	4. HORA:	Lunes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	85
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

**MOTRÍZ :**  
Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.

**COGNITIVA :**  
Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

**PSICOSOCIAL :**  
LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

**LUDICA :**  
Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.

**TEMA :**  
Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.

**SUBTEMAS :**  
Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.

**IMPLEMENTACION :**  
PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS, CONOS, CINTA O CUERDA.

**FASES**

**FASE INICIAL :**  
ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS

TIEMPO  
30 MINUTOS

**FASE CENTRAL :**  
ACTIVIDADES  
Estructura del Juego: "Los Derribadores del Castillo "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de esponja o plástico amarrada a una cuerda fina o cinta de tela de 1 metro. Organización del Espacio El Castillo: En el centro de la zona de caída, arma una torre con conos, vasos de plástico o cajas de cartón. Línea de Fuego: Una línea recta a unos 4 o 5 metros de la torre donde se ubican los lanzadores. Desarrollo del Juego El Balanceo: El niño se para de lado a la torre, balanceando el martillo adaptado de abajo hacia arriba al costado de su cuerpo. Los Voleos: Pasa el implemento por encima de su cabeza dibujando círculos en el aire para ganar fuerza. El Ataque: Sin girar los pies (para mantener el control a esta edad), suelta el martillo buscando derribar el castillo. Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos. Beneficios del Gesto Técnico Enseña la trayectoria circular del implemento. Ayuda a comprender el momento exacto de la soltada (punto de liberación).Evita mareos al eliminar los giros complejos en los más pequeños.

TIEMPO  
50 MINUTOS

**RETO :**  
ACTIVIDADES  
Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos.

TIEMPO  
20 MINUTOS

<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 MINUTOS</div></div>
---

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-27	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	89
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.			
<b>COGNITIVA :</b> Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.			
<b>TEMA :</b> Proyectar los movimientos atléticos hacia las carreras con vallas. Identificar la diversidad, los fundamentos y la forma de practicar las carreras con vallas.			
<b>SUBTEMAS :</b> Comprendo las especificaciones físicas, técnicas y tácticas de la modalidad atlética de las carreras con vallas. Reconozco los métodos de enseñanza e interacción, para, comprender las carreras con vallas.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> VALLAS BAJAS , VALLAS MEDIANAS, DECAMETRO, CONOS, CAJAS DE CARTON, PELOTAS DE TENIS, AROS, PLATILLOS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Para la fase de apropiación con niños de 6 a 8 años (1° a 3° de primaria), el juego ideal es "El Rescate de los Huevos de Dragón". Este juego automatiza el paso de vallas de forma fluida, obligándolos a mantener el ritmo de carrera sin frenarse ante el obstáculo. Estructura del Juego: "El Rescate de los Huevos de Dragón "El Implemento Adaptado (Vallas Seguras)Material: Conos pequeños con bastones de plástico apoyados encima, bloques de espuma o cajas de cartón. Altura: Muy baja (entre 10 y 15 centímetros) para evitar caídas y miedo. Organización del Espacio Pistas: Diseña 2 o 3 carriles paralelos. Obstáculos: Coloca 3 vallas por carril, separadas uniformemente a una distancia corta (unos 2 o 3 metros entre vallas) para que den tres pasos naturales entre ellas. El Nido: Al final de cada carril hay un aro con pelotas pequeñas ("los huevos").Desarrollo del Juego La Misión: Por turnos en forma de relevos, los niños corren hacia el nido superando las vallas. El Gesto Técnico: Deben pasar las vallas "atacando" con una pierna estirada hacia adelante y recobrando la otra de lado, sin saltar como un conejo (evitando rebotar muy alto).El Regreso: Toman un "huevo", regresan corriendo por fuera de la pista a toda velocidad y lo dejan en la base de su equipo. Continuidad: Sale el siguiente compañero cuando el anterior le choca la mano. Foco en la Apropiación Técnica Ritmo constante: La distancia corta entre vallas los obliga a dar pasos rápidos y no saltos gigantes. Pierna de ataque: Se les pide que intenten pasar siempre la primera pierna recta, como si dieran un paso muy largo en el aire o el paso de ganzo.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS EL GESTO POR EQUIPO Y QUIEN PRIMERO RESCATE LOS HUEVOS (PELOTAS) GANA  TIEMPO 20 MINUTOS			



**FASE FINAL :**  
ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8139 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-04	4. HORA:	Lunes, 12:00:00, 14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	64
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
COGNITIVA : Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
PSICOSOCIAL : LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
LUDICA : Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros			
TEMA : asocio las generalidades y fundamentos de la carrera.			
SUBTEMAS : Entiendo la velocidad, los gestos técnicos de las pruebas propias de velocidad mini atletismo 30, 50 y 60 m			
IMPLEMENTACION : DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, PELOTAS DE TENIS.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES REALIZAMOS EL SIGUIENTE JUEGO ASI: EL LEON - LOS JUGADORES SE DISPONEN EN GRUPOS DE DIEZ PARTICIPANTES. UNO DE ELLOS HARÁ DE LEÓN Y SE COLOCARA A CUATRO PATAS, PUDIÉNDOSE DESPLAZAR. LOS QUE ESTÉN DE PIE LLEVARÁN UN BALÓN ENTRE LAS PIERNAS Y EVITARAN QUE EL LEÓN SE LO ROBE, PARA LO CUAL SE DESPLAZARAN DANDO SALTOS. SI EL LEÓN LOGRARA QUITAR UN BALÓN DE ENTRE LAS PIERNAS EL PERSEGUIDOR PASARÁ A SER OTRO LEÓN MÁS. LA ACTIVIDAD FINALIZA CUANDO TODOS SON LEONES.  TIEMPO 50 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES Realizamos la prueba de los 600 m de manera suave para prepararnos para el pentatlón el día 13 de mayo  TIEMPO 20 MINUTOS			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-04	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 64	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1092549187	DARLY ESMERALDA VILLAMIZAR			Asistio
1016966220	MARIA JOSE DIAGAMA			No asistio
1016967697	SOPHIA VICTORIA GALINDO			No asistio
1084470194	KIANA LUCIA RADA			No asistio
1014313057	YERIK MATIAS CALDERON			No asistio
1145933784	JULIAN MATTEO ANTOLINEZ			No asistio
1016967374	AARON SAMUEL GALLEGO			No asistio
1031854561	ISABELLA NAN MARTINEZ			No asistio
1034404594	LUCAS CALEB NOVA			No asistio
1033818680	RONALD SAMUEL BENAVIDES			Asistio
1023987026	NICOLAS MEDINA			Asistio
1145229330	JOHNNY KENS CASTAÑO			No asistio
1016967388	DILAN MATIAS CEPEDA			No asistio
1018518348	ISAAC ANTONIO OROZCO			No asistio
1018517411	DANNA ISABELLA PRECIADO			No asistio
1145228301	ALAN MATHIAS BAHAMON			Asistio
1031851068	AXEL DAVID PERDOMO			Asistio
6368265	MARIANGEL ISABELLA GUERRRERO			Asistio
1233909416	DYLAN ANDRES DE LA ROSA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-06	4. HORA:	Miercoles,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	68
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas.			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.			
<b>SUBTEMAS :</b> Identifico los múltiples eventos de pista y campo.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos el juego LOS SALVAVIDAS. Ponemos en contexto a los niños como si estuviéramos en mitad del mar y recreamos como es la vida en el mar. El juego es así: los jugadores estarán colocados en dos grupos, cada uno de ellos en una linea de fondo en un campo o espacio grande en posición de cuatro apoyos. En el centro se encontraran distribuidos unos aros de dos colores. Cuando oigan la señal, saldrán a la máxima velocidad hacia el medio del campo para conseguir encontrar el aro del color que le corresponde e introducirse en el, para luego desplazarse saltando en una pierna con el aro sujeto a la altura de la cadera. vencerá aquel equipo que todos sus componentes lleguen antes a su línea de salida.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES ACTIVIDADES Tarea y actividad lúdica reto: Correr entre varias cuerdas con un solo apoyo entre cada dos cuerdas. Las cuerdas estarán situadas a dos metros unas de otras, con el objeto de que cada niño tenga que abrir su zancada para lograrlo. A continuación colocaremos unos aros muy juntos con idea de trabajar la frecuencia y, por ultimo, unas cuerdas separadas que los obligue a ampliar la zancada.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**FASE FINAL :**

ACTIVIDADES

REALIZAREMOS LA PRIMERA ACTIVIDAD LA CUAL NOS QUEDA PERFECTA YA QUE ESTAMOS PREVIO A LA COMPETENCIA DE INTERCOLEGIADOS ADI: El muro de los logros (visualización y refuerzo). Esta dinámica ayuda a los niños a visualizar su progreso, lo cual es fundamental para mantener el interés. Paso 1: Designa un espacio en la pared o una cartulina grande. Paso 2: Define metas pequeñas y accesibles a corto plazo (ej. “ordenar los implementos que se utilizan en práctica” u otras que identifiques se puedan hacer). Paso 3: Cada vez que el niño cumpla una meta, permite que pegue una estrellita, carita feliz o color en el muro. Paso 4: Al final de la semana, celebren juntos las metas alcanzadas.

TIEMPO

20 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-06	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 68	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1092549187	DARLY ESMERALDA VILLAMIZAR			Asistio
1016966220	MARIA JOSE DIAGAMA			No asistio
1016967697	SOPHIA VICTORIA GALINDO			Asistio
1084470194	KIANA LUCIA RADA			Asistio
1014313057	YERIK MATIAS CALDERON			No asistio
1145933784	JULIAN MATTEO ANTOLINEZ			Asistio
1016967374	AARON SAMUEL GALLEGO			Asistio
1031854561	ISABELLA NAN MARTINEZ			Asistio
1034404594	LUCAS CALEB NOVA			Asistio
1033818680	RONALD SAMUEL BENAVIDES			Asistio
1023987026	NICOLAS MEDINA			Asistio
1145229330	JOHNNY KENS CASTAÑO			Asistio
1016967388	DILAN MATIAS CEPEDA			No asistio
1018518348	ISAAC ANTONIO OROZCO			Asistio
1018517411	DANNA ISABELLA PRECIADO			Asistio
1145228301	ALAN MATHIAS BAHAMON			Asistio
1031851068	AXEL DAVID PERDOMO			Asistio
6368265	MARIANGEL ISABELLA GUERRRERO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-11	4. HORA:	Lunes, 12:00:00, 14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	72
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas

COGNITIVA :

Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.

LUDICA :

Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.

TEMA :

entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones

SUBTEMAS :

identifico los múltiples eventos de pista y campo

IMPLEMENTACION :

DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS.  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  
  
TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-11	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 72	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1092549187	DARLY ESMERALDA VILLAMIZAR			No asistio
1016966220	MARIA JOSE DIAGAMA			No asistio
1016967697	SOPHIA VICTORIA GALINDO			No asistio
1084470194	KIANA LUCIA RADA			No asistio
1014313057	YERIK MATIAS CALDERON			No asistio
1145933784	JULIAN MATTEO ANTOLINEZ			No asistio
1016967374	AARON SAMUEL GALLEGO			No asistio
1031854561	ISABELLA NAN MARTINEZ			No asistio
1034404594	LUCAS CALEB NOVA			No asistio
1033818680	RONALD SAMUEL BENAVIDES			No asistio
1023987026	NICOLAS MEDINA			No asistio
1145229330	JOHNNY KENS CASTAÑO			No asistio
1016967388	DILAN MATIAS CEPEDA			No asistio
1018518348	ISAAC ANTONIO OROZCO			No asistio
1018517411	DANNA ISABELLA PRECIADO			No asistio
1145228301	ALAN MATHIAS BAHAMON			No asistio
1031851068	AXEL DAVID PERDOMO			No asistio
6368265	MARIANGEL ISABELLA GUERRRERO			No asistio



PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-13	4. HORA:	Miercoles,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	76
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.			
<b>SUBTEMAS :</b> identifico los múltiples eventos de pista y campo.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-13	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 76	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
6368265	MARIANGEL ISABELLA GUERRRERO			Asistio
1016966220	MARIA JOSE DIAGAMA			No asistio
1034404594	LUCAS CALEB NOVA			Asistio
1016967697	SOPHIA VICTORIA GALINDO			Asistio
1031851068	AXEL DAVID PERDOMO			Asistio
1092549187	DARLY ESMERALDA VILLAMIZAR			No asistio
1016967374	AARON SAMUEL GALLEGO			Asistio
1023987026	NICOLAS MEDINA			Asistio
1033818680	RONALD SAMUEL BENAVIDES			Asistio
1018518348	ISAAC ANTONIO OROZCO			Asistio
1145933784	JULIAN MATTEO ANTOLINEZ			No asistio
1016967388	DILAN MATIAS CEPEDA			No asistio
1145229330	JOHNNY KENS CASTAÑO			Asistio
1031854561	ISABELLA NAN MARTINEZ			Asistio
1014313057	YERIK MATIAS CALDERON			Asistio
1145228301	ALAN MATHIAS BAHAMON			Asistio
1018517411	DANNA ISABELLA PRECIADO			Asistio
1084470194	KIANA LUCIA RADA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-20	4. HORA:	Miercoles,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	82
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.

COGNITIVA :

Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

LUDICA :

Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.

TEMA :

Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.

SUBTEMAS :

Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.

IMPLEMENTACION :

PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  
  
TIEMPO  
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
"El LANZAMIENTO DEL COMETA "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de tenis metida al fondo de una media larga (calcetín).Agarre: Los niños sujetan el extremo abierto de la media. Organización y Espacio Zonas: Dibuja un gran círculo de lanzamiento en el suelo. Seguridad: Delimita una zona de caída libre al frente. Ningún niño puede pisar esa zona. Filas: Los niños esperan su turno en filas seguras detrás del lanzador. Desarrollo del Juego Posición: El niño se coloca de espaldas a la zona de caída. Voleos: Gira el "cometa" sobre su cabeza de forma continua para ganar velocidad. Giro: Realiza un giro de 180 grados sobre sus pies. Lanzamiento: Suelta la media extendiendo los brazos hacia arriba y atrás. Puntuación: Se colocan aros en el suelo con diferentes puntajes según la distancia. Reglas de Seguridad Cruciales Lanzar solo bajo la señal del silbato. Recoger los implementos solo cuando todos hayan lanzado. Mantener una distancia de 5 metros entre filas.  
  
TIEMPO  
50 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
COLOCAMOS AROS CADA 1 M PARA REALIZAR COMPETENCIA DE QUIEN LOGRA LANZAR EL MARTILLO MAS LEJOS ATINANDO EN EL ARO MAS LEJOS.  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 MINUTOS</div></div>
---

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-20	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 82	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
6368265	MARIANGEL ISABELLA GUERRRERO			Asistio
1016966220	MARIA JOSE DIAGAMA			Asistio
1034404594	LUCAS CALEB NOVA			Asistio
1016967697	SOPHIA VICTORIA GALINDO			Asistio
1031851068	AXEL DAVID PERDOMO			Asistio
1092549187	DARLY ESMERALDA VILLAMIZAR			Asistio
1016967374	AARON SAMUEL GALLEGO			Asistio
1023987026	NICOLAS MEDINA			Asistio
1033818680	RONALD SAMUEL BENAVIDES			No asistio
1018518348	ISAAC ANTONIO OROZCO			Asistio
1145933784	JULIAN MATTEO ANTOLINEZ			Asistio
1016967388	DILAN MATIAS CEPEDA			Asistio
1145229330	JOHNNY KENS CASTAÑO			Asistio
1031854561	ISABELLA NAN MARTINEZ			Asistio
1014313057	YERIK MATIAS CALDERON			Asistio
1145228301	ALAN MATHIAS BAHAMON			Asistio
1018517411	DANNA ISABELLA PRECIADO			Asistio
1084470194	KIANA LUCIA RADA			Asistio
1233515356	ALANNA RODRIGUEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-25	4. HORA:	Lunes, 12:00:00, 14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	86
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.			
<b>COGNITIVA :</b> Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros			
<b>TEMA :</b> Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.			
<b>SUBTEMAS :</b> Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS, CONOS, CINTA O CUERDA.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Estructura del Juego: "Los Derribadores del Castillo "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de esponja o plástico amarrada a una cuerda fina o cinta de tela de 1 metro. Organización del Espacio El Castillo: En el centro de la zona de caída, arma una torre con conos, vasos de plástico o cajas de cartón. Línea de Fuego: Una línea recta a unos 4 o 5 metros de la torre donde se ubican los lanzadores. Desarrollo del Juego El Balanceo: El niño se para de lado a la torre, balanceando el martillo adaptado de abajo hacia arriba al costado de su cuerpo. Los Voleos: Pasa el implemento por encima de su cabeza dibujando círculos en el aire para ganar fuerza. El Ataque: Sin girar los pies (para mantener el control a esta edad), suelta el martillo buscando derribar el castillo. Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos. Beneficios del Gesto Técnico Enseña la trayectoria circular del implemento. Ayuda a comprender el momento exacto de la soltada (punto de liberación).Evita mareos al eliminar los giros complejos en los más pequeños.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**FASE FINAL :**  
ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8139 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-27	4. HORA:	Miercoles,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	90
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas			
COGNITIVA : Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
PSICOSOCIAL : LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
LUDICA : Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros			
TEMA : Proyectar los movimientos atléticos hacia las carreras con vallas. Identificar la diversidad, los fundamentos y la forma de practicar las carreras con vallas.			
SUBTEMAS : Comprendo las especificaciones físicas, técnicas y tácticas de la modalidad atlética de las carreras con vallas. Reconozco los métodos de enseñanza e interacción, para, comprender las carreras con vallas.			
IMPLEMENTACION : VALLAS BAJAS , VALLAS MEDIANAS, DECAMETRO, CONOS, CAJAS DE CARTON, PELOTAS DE TENIS, AROS, PLATILLOS			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Para la fase de apropiación con niños de 6 a 8 años (1° a 3° de primaria), el juego ideal es "El Rescate de los Huevos de Dragón". Este juego automatiza el paso de vallas de forma fluida, obligándolos a mantener el ritmo de carrera sin frenarse ante el obstáculo. Estructura del Juego: "El Rescate de los Huevos de Dragón "El Implemento Adaptado (Vallas Seguras)Material: Conos pequeños con bastones de plástico apoyados encima, bloques de espuma o cajas de cartón. Altura: Muy baja (entre 10 y 15 centímetros) para evitar caídas y miedo. Organización del Espacio Pistas: Diseña 2 o 3 carriles paralelos. Obstáculos: Coloca 3 vallas por carril, separadas uniformemente a una distancia corta (unos 2 o 3 metros entre vallas) para que den tres pasos naturales entre ellas. El Nido: Al final de cada carril hay un aro con pelotas pequeñas ("los huevos").Desarrollo del Juego La Misión: Por turnos en forma de relevos, los niños corren hacia el nido superando las vallas. El Gesto Técnico: Deben pasar las vallas "atacando" con una pierna estirada hacia adelante y recobrando la otra de lado, sin saltar como un conejo (evitando rebotar muy alto).El Regreso: Toman un "huevo", regresan corriendo por fuera de la pista a toda velocidad y lo dejan en la base de su equipo. Continuidad: Sale el siguiente compañero cuando el anterior le choca la mano. Foco en la Apropiación Técnica Ritmo constante: La distancia corta entre vallas los obliga a dar pasos rápidos y no saltos gigantes. Pierna de ataque: Se les pide que intenten pasar siempre la primera pierna recta, como si dieran un paso muy largo en el aire o el paso de ganzo  TIEMPO 50 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES REALIZAMOS EL GESTO POR EQUIPO Y QUIEN PRIMERO RESCATE LOS HUEVOS (PELOTAS) GANA  TIEMPO 20 MINUTOS			



**FASE FINAL :**

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## TIEMPO

20 MINUTOS

## Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-05	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	65
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas.			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> asocio las generalidades y fundamentos de la carrera			
<b>SUBTEMAS :</b> Entiendo la velocidad, los gestos técnicos de las pruebas propias de velocidad mini atletismo 30, 50 y 60 m.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, PELOTAS DE TENIS O DE BALON MANO.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS EL SIGUIENTE JUEGO ASI: EL LEON - LOS JUGADORES SE DISPONEN EN GRUPOS DE DIEZ PARTICIPANTES. UNO DE ELLOS HARÁ DE LEÓN Y SE COLOCARA A CUATRO PATAS, PUDIÉNDOSE DESPLAZAR. LOS QUE ESTÉN DE PIE LLEVARÁN UN BALÓN ENTRE LAS PIERNAS Y EVITARAN QUE EL LEÓN SE LO ROBE, PARA LO CUAL SE DESPLAZARAN DANDO SALTOS. SI EL LEÓN LOGRARA QUITAR UN BALÓN DE ENTRE LAS PIERNAS EL PERSEGUIDOR PASARÁ A SER OTRO LEÓN MÁS. LA ACTIVIDAD FINALIZA CUANDO TODOS SON LEONES.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Realizamos la prueba de los 600 m de manera suave para prepararnos para el pentatlón el día 13 de mayo  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAREMOS LA PRIMERA ACTIVIDAD LA CUAL NOS QUEDA PERFECTA YA QUE ESTAMOS PREVIO A LA COMPETENCIA DE INTERCOLEGIADOS ADI: El muro de los logros (visualización y refuerzo). Esta dinámica ayuda a los niños a visualizar su progreso, lo cual es fundamental para mantener el interés. Paso 1: Designa un espacio en la pared o una cartulina grande. Paso 2: Define metas pequeñas y accesibles a corto plazo (ej. “ordenar los implementos que se utilizan en práctica" u otras que identifiques se puedan hacer). Paso 3: Cada vez que el niño cumpla una meta, permite que pegue una estrellita, carita feliz o color en el muro. Paso 4: Al final de la semana, celebren juntos las metas alcanzadas.  TIEMPO 20 MINUTOS			



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-05	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 65	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1222222609	ELIAN GAEI DÍAZ			No asistio
1141137369	SAYRA CAMILA BAUTISTA			No asistio
1264876	DILAN JOSUE RIOS			No asistio
1101211912	MARIA CELESTE PAEZ			No asistio
6248058	LIAN GAEI PETIT			No asistio
1141137186	JUAN MANUEL GARCIA			No asistio
1065859485	JOEL ESTEBAN DABOIN			No asistio
1016966685	ANGEL EDUARDO QUINTERO			No asistio
1145228224	SANTIAGO DAVID ABAD			No asistio
7956373	DOMINIC HAKING PATIÑO			No asistio
1084607970	GABRIEL DE JESUS LEGUIA			No asistio
1016968668	ZOE SALOME VILLAFANE			Asistio
1014314435	VICTORIA ALVAREZ			No asistio
1104713687	JOHAN ANDREY RIVERA			Asistio
1216977721	ISAIAS JOSE SANCHEZ			Asistio
1233698438	LUIS ALEJANDRO GAONA			No asistio
6774052	DERWIN MATHIAS SANCHEZ			Asistio
1014897678	OWEN ANDRES BELTRAN			No asistio
1031851980	IAN THOMAS MARTINEZ			No asistio
1072677488	WILMER GABRIEL TELLEZ			Asistio
1233698142	MAURICIO ABRAHAM RAMIREZ			No asistio
1141724570	JUAN JOSE MENDOZA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-07	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	69
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas

COGNITIVA :

Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

LUDICA :

Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.

TEMA :

entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.

SUBTEMAS :

Identifico los múltiples eventos de pista y campo.

IMPLEMENTACION :

DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  
  
TIEMPO  
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos el juego LOS SALVAVIDAS. Ponemos en contexto a los niños como si estuviéramos en mitad del mar y recreamos como es la vida en el mar. El juego es así: los jugadores estarán colocados en dos grupos, cada uno de ellos en una linea de fondo en un campo o espacio grande en posición de cuatro apoyos. En el centro se encontraran distribuidos unos aros de dos colores. Cuando oigan la señal, saldrán a la máxima velocidad hacia el medio del campo para conseguir encontrar el aro del color que le corresponde e introducirse en el, para luego desplazarse saltando en una pierna con el aro sujeto a la altura de la cadera. vencerá aquel equipo que todos sus componentes lleguen antes a su línea de salida.  
  
TIEMPO  
50 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
Tarea y actividad lúdica reto: Correr entre varias cuerdas con un solo apoyo entre cada dos cuerdas. Las cuerdas estarán situadas a dos metros unas de otras, con el objeto de que cada niño tenga que abrir su zancada para lograrlo. A continuación colocaremos unos aros muy juntos con idea de trabajar la frecuencia y, por ultimo, unas cuerdas separadas que los obligue a ampliar la zancada.  
  
TIEMPO  
50 MINUTOS

<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>REALIZAREMOS LA PRIMERA ACTIVIDAD LA CUAL NOS QUEDA PERFECTA YA QUE ESTAMOS PREVIO A LA COMPETENCIA DE INTERCOLEGIADOS ADI: El muro de los logros (visualización y refuerzo). Esta dinámica ayuda a los niños a visualizar su progreso, lo cual es fundamental para mantener el interés. Paso 1: Designa un espacio en la pared o una cartulina grande. Paso 2: Define metas pequeñas y accesibles a corto plazo (ej. “ordenar los implementos que se utilizan en práctica" u otras que identifiques se puedan hacer). Paso 3: Cada vez que el niño cumpla una meta, permite que pegue una estrellita, carita feliz o color en el muro. Paso 4: Al final de la semana, celebren juntos las metas alcanzadas.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 MINUTOS</div></div> <div><b>Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</b></div>
---

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-07	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 69	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137369	SAYRA CAMILA BAUTISTA			Asistio
1264876	DILAN JOSUE RIOS			No asistio
1101211912	MARIA CELESTE PAEZ			Asistio
6248058	LIAN GAEI PETIT			Asistio
1141137186	JUAN MANUEL GARCIA			No asistio
1065859485	JOEL ESTEBAN DABOIN			No asistio
1016966685	ANGEL EDUARDO QUINTERO			Asistio
1145228224	SANTIAGO DAVID ABAD			Asistio
7956373	DOMINIC HAKING PATIÑO			Asistio
1084607970	GABRIEL DE JESUS LEGUIA			Asistio
1016968668	ZOE SALOME VILLAFANE			Asistio
1014314435	VICTORIA ALVAREZ			Asistio
1104713687	JOHAN ANDREY RIVERA			Asistio
1216977721	ISAIAS JOSE SANCHEZ			No asistio
1233698438	LUIS ALEJANDRO GAONA			Asistio
6774052	DERWIN MATHIAS SANCHEZ			Asistio
1014897678	OWEN ANDRES BELTRAN			Asistio
1031851980	IAN THOMAS MARTINEZ			No asistio
1072677488	WILMER GABRIEL TELLEZ			No asistio
1233698142	MAURICIO ABRAHAM RAMIREZ			No asistio
1141724570	JUAN JOSE MENDOZA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-12	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	73
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones			
<b>SUBTEMAS :</b> identifico los múltiples eventos de pista y campo			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			



ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-12	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 73	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137369	SAYRA CAMILA BAUTISTA			Asistio
1264876	DILAN JOSUE RIOS			No asistio
1101211912	MARIA CELESTE PAEZ			Asistio
6248058	LIAN GAEI PETIT			Asistio
1141137186	JUAN MANUEL GARCIA			No asistio
1065859485	JOEL ESTEBAN DABOIN			No asistio
1016966685	ANGEL EDUARDO QUINTERO			Asistio
1145228224	SANTIAGO DAVID ABAD			Asistio
7956373	DOMINIC HAKING PATIÑO			Asistio
1084607970	GABRIEL DE JESUS LEGUIA			Asistio
1016968668	ZOE SALOME VILLAFANE			Asistio
1014314435	VICTORIA ALVAREZ			Asistio
1104713687	JOHAN ANDREY RIVERA			Asistio
1216977721	ISAIAS JOSE SANCHEZ			Asistio
1233698438	LUIS ALEJANDRO GAONA			No asistio
6774052	DERWIN MATHIAS SANCHEZ			No asistio
1014897678	OWEN ANDRES BELTRAN			Asistio
1031851980	IAN THOMAS MARTINEZ			Asistio
1072677488	WILMER GABRIEL TELLEZ			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-14	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	77
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas

COGNITIVA :

Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

LUDICA :

Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros

TEMA :

entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones

SUBTEMAS :

identifico los múltiples eventos de pista y campo.

IMPLEMENTACION :

DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  
  
TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-14	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 77	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016966685	ANGEL EDUARDO QUINTERO			Asistio
1264876	DILAN JOSUE RIOS			Asistio
1084607970	GABRIEL DE JESUS LEGUIA			Asistio
1031851980	IAN THOMAS MARTINEZ			Asistio
1101211912	MARIA CELESTE PAEZ			Asistio
1141137369	SAYRA CAMILA BAUTISTA			No asistio
1016968668	ZOE SALOME VILLAFANE			Asistio
1014897678	OWEN ANDRES BELTRAN			Asistio
6248058	LIAN GAELE PETIT			Asistio
7956373	DOMINIC HAKING PATIÑO			No asistio
1014314435	VICTORIA ALVAREZ			Asistio
1072677488	WILMER GABRIEL TELLEZ			No asistio
1233698438	LUIS ALEJANDRO GAONA			No asistio
1065859485	JOEL ESTEBAN DABOIN			No asistio
1141137186	JUAN MANUEL GARCIA			No asistio
1145228224	SANTIAGO DAVID ABAD			Asistio
6774052	DERWIN MATHIAS SANCHEZ			Asistio
1104713687	JOHAN ANDREY RIVERA			Asistio
1216977721	ISAIAS JOSE SANCHEZ			Asistio
1222222609	ELIAN GAELE DIAZ			No asistio
1141724570	JUAN JOSE MENDOZA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-19	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	79
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.			
<b>COGNITIVA :</b> Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.			
<b>TEMA :</b> Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.			
<b>SUBTEMAS :</b> Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES "El LANZAMIENTO DEL COMETA "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de tenis metida al fondo de una media larga (calcetín).Agarre: Los niños sujetan el extremo abierto de la media. Organización y Espacio Zonas: Dibuja un gran círculo de lanzamiento en el suelo. Seguridad: Delimita una zona de caída libre al frente. Ningún niño puede pisar esa zona. Filas: Los niños esperan su turno en filas seguras detrás del lanzador. Desarrollo del Juego Posición: El niño se coloca de espaldas a la zona de caída. Voleos: Gira el "cometa" sobre su cabeza de forma continua para ganar velocidad. Giro: Realiza un giro de 180 grados sobre sus pies. Lanzamiento: Suelta la media extendiendo los brazos hacia arriba y atrás. Puntuación: Se colocan aros en el suelo con diferentes puntajes según la distancia. Reglas de Seguridad Cruciales Lanzar solo bajo la señal del silbato. Recoger los implementos solo cuando todos hayan lanzado. Mantener una distancia de 5 metros entre filas.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES COLOCAMOS AROS CADA 1 M PARA REALIZAR COMPETENCIA DE QUIEN LOGRA LANZAR EL MARTILLO MAS LEJOS ATINANDO EN EL ARO MAS LEJOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**FASE FINAL :**

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## TIEMPO

20 MINUTOS

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-19	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 79	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016966685	ANGEL EDUARDO QUINTERO			Asistio
1264876	DILAN JOSUE RIOS			No asistio
1084607970	GABRIEL DE JESUS LEGUIA			Asistio
1031851980	IAN THOMAS MARTINEZ			Asistio
1101211912	MARIA CELESTE PAEZ			Asistio
1141137369	SAYRA CAMILA BAUTISTA			Asistio
1016968668	ZOE SALOME VILLAFANE			Asistio
1014897678	OWEN ANDRES BELTRAN			Asistio
6248058	LIAN GAELE PETIT			Asistio
7956373	DOMINIC HAKING PATIÑO			No asistio
1014314435	VICTORIA ALVAREZ			Asistio
1072677488	WILMER GABRIEL TELLEZ			No asistio
1233698438	LUIS ALEJANDRO GAONA			Asistio
1065859485	JOEL ESTEBAN DABOIN			No asistio
1141137186	JUAN MANUEL GARCIA			No asistio
1145228224	SANTIAGO DAVID ABAD			Asistio
6774052	DERWIN MATHIAS SANCHEZ			Asistio
1104713687	JOHAN ANDREY RIVERA			No asistio
1216977721	ISAIAS JOSE SANCHEZ			Asistio
1222222609	ELIAN GAELE DIAZ			No asistio
1141724570	JUAN JOSE MENDOZA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-21	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	83
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.			
<b>COGNITIVA :</b> Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.			
<b>TEMA :</b> Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.			
<b>SUBTEMAS :</b> Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES "El LANZAMIENTO DEL COMETA "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de tenis metida al fondo de una media larga (calcetín).Agarre: Los niños sujetan el extremo abierto de la media. Organización y Espacio Zonas: Dibuja un gran círculo de lanzamiento en el suelo. Seguridad: Delimita una zona de caída libre al frente. Ningún niño puede pisar esa zona. Filas: Los niños esperan su turno en filas seguras detrás del lanzador. Desarrollo del Juego Posición: El niño se coloca de espaldas a la zona de caída. Voleos: Gira el "cometa" sobre su cabeza de forma continua para ganar velocidad. Giro: Realiza un giro de 180 grados sobre sus pies. Lanzamiento: Suelta la media extendiendo los brazos hacia arriba y atrás. Puntuación: Se colocan aros en el suelo con diferentes puntajes según la distancia. Reglas de Seguridad Cruciales Lanzar solo bajo la señal del silbato. Recoger los implementos solo cuando todos hayan lanzado. Mantener una distancia de 5 metros entre filas.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES COLOCAMOS AROS CADA 1 M PARA REALIZAR COMPETENCIA DE QUIEN LOGRA LANZAR EL MARTILLO MAS LEJOS ATINANDO EN EL ARO MAS LEJOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**FASE FINAL :**

## ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## TIEMPO

20 MINUTOS

### Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-21	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 83	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016966685	ANGEL EDUARDO QUINTERO			No asistio
1264876	DILAN JOSUE RIOS			No asistio
1084607970	GABRIEL DE JESUS LEGUIA			Asistio
1031851980	IAN THOMAS MARTINEZ			No asistio
1101211912	MARIA CELESTE PAEZ			Asistio
1141137369	SAYRA CAMILA BAUTISTA			Asistio
1016968668	ZOE SALOME VILLAFANE			Asistio
1014897678	OWEN ANDRES BELTRAN			Asistio
6248058	LIAN GAEL PETIT			Asistio
7956373	DOMINIC HAKING PATIÑO			Asistio
1014314435	VICTORIA ALVAREZ			No asistio
1072677488	WILMER GABRIEL TELLEZ			Asistio
1233698438	LUIS ALEJANDRO GAONA			Asistio
1141137186	JUAN MANUEL GARCIA			No asistio
1145228224	SANTIAGO DAVID ABAD			Asistio
6774052	DERWIN MATHIAS SANCHEZ			Asistio
1104713687	JOHAN ANDREY RIVERA			No asistio
1216977721	ISAIAS JOSE SANCHEZ			Asistio
1141724570	JUAN JOSE MENDOZA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-26	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	87
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.

COGNITIVA :

Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

LUDICA :

Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros

TEMA :

Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.

SUBTEMAS :

Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.

IMPLEMENTACION :

PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS, CONOS, CINTA O CUERDA.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  
  
TIEMPO  
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Estructura del Juego: "Los Derribadores del Castillo "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de esponja o plástico amarrada a una cuerda fina o cinta de tela de 1 metro. Organización del Espacio El Castillo: En el centro de la zona de caída, arma una torre con conos, vasos de plástico o cajas de cartón. Línea de Fuego: Una línea recta a unos 4 o 5 metros de la torre donde se ubican los lanzadores. Desarrollo del Juego El Balanceo: El niño se para de lado a la torre, balanceando el martillo adaptado de abajo hacia arriba al costado de su cuerpo. Los Voleos: Pasa el implemento por encima de su cabeza dibujando círculos en el aire para ganar fuerza. El Ataque: Sin girar los pies (para mantener el control a esta edad), suelta el martillo buscando derribar el castillo. Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos. Beneficios del Gesto Técnico Enseña la trayectoria circular del implemento. Ayuda a comprender el momento exacto de la soltada (punto de liberación).Evita mareos al eliminar los giros complejos en los más pequeños.  
  
TIEMPO  
50 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos.  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

**FASE FINAL :**

## ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## TIEMPO

20 MINUTOS

### Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-28	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	91
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas			
COGNITIVA : Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
PSICOSOCIAL : LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
LUDICA : Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros			
TEMA : Proyectar los movimientos atléticos hacia las carreras con vallas. Identificar la diversidad, los fundamentos y la forma de practicar las carreras con vallas.			
SUBTEMAS : Comprendo las especificaciones físicas, técnicas y tácticas de la modalidad atlética de las carreras con vallas. Reconozco los métodos de enseñanza e interacción, para, comprender las carreras con vallas.			
IMPLEMENTACION : VALLAS BAJAS , VALLAS MEDIANAS, DECAMETRO, CONOS, CAJAS DE CARTON, PELOTAS DE TENIS, AROS, PLATILLOS			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Para la fase de apropiación con niños de 6 a 8 años (1° a 3° de primaria), el juego ideal es "El Rescate de los Huevos de Dragón". Este juego automatiza el paso de vallas de forma fluida, obligándolos a mantener el ritmo de carrera sin frenarse ante el obstáculo. Estructura del Juego: "El Rescate de los Huevos de Dragón "El Implemento Adaptado (Vallas Seguras)Material: Conos pequeños con bastones de plástico apoyados encima, bloques de espuma o cajas de cartón. Altura: Muy baja (entre 10 y 15 centímetros) para evitar caídas y miedo. Organización del Espacio Pistas: Diseña 2 o 3 carriles paralelos. Obstáculos: Coloca 3 vallas por carril, separadas uniformemente a una distancia corta (unos 2 o 3 metros entre vallas) para que den tres pasos naturales entre ellas. El Nido: Al final de cada carril hay un aro con pelotas pequeñas ("los huevos").Desarrollo del Juego La Misión: Por turnos en forma de relevos, los niños corren hacia el nido superando las vallas. El Gesto Técnico: Deben pasar las vallas "atacando" con una pierna estirada hacia adelante y recobrando la otra de lado, sin saltar como un conejo (evitando rebotar muy alto).El Regreso: Toman un "huevo", regresan corriendo por fuera de la pista a toda velocidad y lo dejan en la base de su equipo. Continuidad: Sale el siguiente compañero cuando el anterior le choca la mano. Foco en la Apropiación Técnica Ritmo constante: La distancia corta entre vallas los obliga a dar pasos rápidos y no saltos gigantes. Pierna de ataque: Se les pide que intenten pasar siempre la primera pierna recta, como si dieran un paso muy largo en el aire o el paso de ganzo  TIEMPO 50 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES REALIZAMOS EL GESTO POR EQUIPO Y QUIEN PRIMERO RESCATE LOS HUEVOS (PELOTAS) GANA  TIEMPO 20 MINUTOS			

<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 MINUTOS</div></div>
---

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-05	4. HORA:	Martes,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	66
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas.			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> asocio las generalidades y fundamentos de la carrera			
<b>SUBTEMAS :</b> Entiendo la velocidad, los gestos técnicos de las pruebas propias de velocidad mini atletismo 30, 50 y 60 mts.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, PELOTAS DE TENIS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS EL SIGUIENTE JUEGO ASI: EL LEON - LOS JUGADORES SE DISPONEN EN GRUPOS DE DIEZ PARTICIPANTES. UNO DE ELLOS HARÁ DE LEÓN Y SE COLOCARA A CUATRO PATAS, PUDIÉNDOSE DESPLAZAR. LOS QUE ESTÉN DE PIE LLEVARÁN UN BALÓN ENTRE LAS PIERNAS Y EVITARAN QUE EL LEÓN SE LO ROBE, PARA LO CUAL SE DESPLAZARAN DANDO SALTOS. SI EL LEÓN LOGRARA QUITAR UN BALÓN DE ENTRE LAS PIERNAS EL PERSEGUIDOR PASARÁ A SER OTRO LEÓN MÁS. LA ACTIVIDAD FINALIZA CUANDO TODOS SON LEONES.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Realizamos la prueba de los 600 m de manera suave para prepararnos para el pentatlón el día 13 de mayo  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAREMOS LA PRIMERA ACTIVIDAD LA CUAL NOS QUEDA PERFECTA YA QUE ESTAMOS PREVIO A LA COMPETENCIA DE INTERCOLEGIADOS ADI: El muro de los logros (visualización y refuerzo). Esta dinámica ayuda a los niños a visualizar su progreso, lo cual es fundamental para mantener el interés. Paso 1: Designa un espacio en la pared o una cartulina grande. Paso 2: Define metas pequeñas y accesibles a corto plazo (ej. "ordenar los implementos que se utilizan en práctica" u otras que identifiques se puedan hacer). Paso 3: Cada vez que el niño cumpla una meta, permite que pegue una estrellita, carita feliz o color en el muro. Paso 4: Al final de la semana, celebren juntos las metas alcanzadas.  TIEMPO 20 MINUTOS			



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-05	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes, 12:00:00, 14:00:00	6. N° de Sesión: 66	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137854	RAFAEL MATHIAS RODRIGUEZ			Asistio
1222223910	SERGIO ALEJANDRO PRIETO			Asistio
1141138646	PAULA MARIANA MOTAVITA			Asistio
1016967863	LUCIANA ANDREA OBESO			No asistio
1016968244	ABBY ISABELLA TAPIAS			Asistio
1016967710	DYLAN MARTINEZ			Asistio
1093313036	MATIAS LEONARDO MOSQUERA			Asistio
1043851916	SAMUEL DAVID CANTILLO			No asistio
1016967647	JOEL ALEXANDER AREVALO			Asistio
1145227485	ESTEFANIA VALENTINA NOGUERA			No asistio
1016967270	LUCIANA VALENTINA SUANCHA			No asistio
1014311263	MARIA PAULA DÍAZ			No asistio
1031852661	ANTONELLA GUERRERO			No asistio
1021401320	ERIK SANTIAGO RUIZ			No asistio
1016966600	ANGELO CAICEDO			No asistio
1222219398	DAVID MATIAS MEJIA			No asistio
6718057	NAYLA SARAI HIDALGO			Asistio
1145229066	DOMINIC ALEJANDRO MAZUERA			Asistio
1032509863	MARIA ALEJANDRA SUAREZ			No asistio
1222218093	DANNA MARIANA RAMOS			No asistio
1222218655	ANGEL MATIAS CHAVES			No asistio
1222222914	DANNA SALOME MORA			Asistio



PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-07	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	70
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas.

COGNITIVA :

Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés.

LOUDICA :

Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.

TEMA :

entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones.

SUBTEMAS :

Identifico los múltiples eventos de pista y campo.

IMPLEMENTACION :

DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  
  
TIEMPO  
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos el juego LOS SALVAVIDAS. Ponemos en contexto a los niños como si estuviéramos en mitad del mar y recreamos como es la vida en el mar. El juego es así: los jugadores estarán colocados en dos grupos, cada uno de ellos en una linea de fondo en un campo o espacio grande en posición de cuatro apoyos. En el centro se encontraran distribuidos unos aros de dos colores. Cuando oigan la señal, saldrán a la máxima velocidad hacia el medio del campo para conseguir encontrar el aro del color que le corresponde e introducirse en el, para luego desplazarse saltando en una pierna con el aro sujeto a la altura de la cadera. vencerá aquel equipo que todos sus componentes lleguen antes a su línea de salida.  
  
TIEMPO  
50 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
ACTIVIDADES Tarea y actividad lúdica reto: Correr entre varias cuerdas con un solo apoyo entre cada dos cuerdas. Las cuerdas estarán situadas a dos metros unas de otras, con el objeto de que cada niño tenga que abrir su zancada para lograrlo. A continuación colocaremos unos aros muy juntos con idea de trabajar la frecuencia y, por ultimo, unas cuerdas separadas que los obligue a ampliar la zancada  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-07	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 70	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ATLETISMO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137854	RAFAEL MATHIAS RODRIGUEZ			Asistio
1222223910	SERGIO ALEJANDRO PRIETO			Asistio
1141138646	PAULA MARIANA MOTAVITA			Asistio
1016967863	LUCIANA ANDREA OBESO			Asistio
1016968244	ABBY ISABELLA TAPIAS			Asistio
1016967710	DYLAN MARTINEZ			Asistio
1093313036	MATIAS LEONARDO MOSQUERA			Asistio
1043851916	SAMUEL DAVID CANTILLO			Asistio
1016967647	JOEL ALEXANDER AREVALO			Asistio
1145227485	ESTEFANIA VALENTINA NOGUERA			Asistio
1016967270	LUCIANA VALENTINA SUANCHA			No asistio
1014311263	MARIA PAULA DÍAZ			No asistio
1031852661	ANTONELLA GUERRERO			No asistio
1021401320	ERIK SANTIAGO RUIZ			Asistio
1016966600	ANGELO CAICEDO			Asistio
1222219398	DAVID MATIAS MEJIA			Asistio
6718057	NAYLA SARAI HIDALGO			No asistio
1145229066	DOMINIC ALEJANDRO MAZUERA			Asistio
1032509863	MARIA ALEJANDRA SUAREZ			Asistio
1222218093	DANNA MARIANA RAMOS			Asistio
1222218655	ANGEL MATIAS CHAVES			Asistio
1222222914	DANNA SALOME MORA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-12	4. HORA:	Martes,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	74
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones			
<b>SUBTEMAS :</b> identifico los múltiples eventos de pista y campo			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-12	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes, 12:00:00, 14:00:00	6. N° de Sesión: 74	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137854	RAFAEL MATHIAS RODRIGUEZ			Asistio
1222223910	SERGIO ALEJANDRO PRIETO			Asistio
1141138646	PAULA MARIANA MOTAVITA			Asistio
1016967863	LUCIANA ANDREA OBESO			Asistio
1016968244	ABBY ISABELLA TAPIAS			Asistio
1016967710	DYLAN MARTINEZ			Asistio
1093313036	MATIAS LEONARDO MOSQUERA			Asistio
1043851916	SAMUEL DAVID CANTILLO			Asistio
1016967647	JOEL ALEXANDER AREVALO			Asistio
1145227485	ESTEFANIA VALENTINA NOGUERA			Asistio
1016967270	LUCIANA VALENTINA SUANCHA			Asistio
1014311263	MARIA PAULA DÍAZ			No asistio
1031852661	ANTONELLA GUERRERO			Asistio
1021401320	ERIK SANTIAGO RUIZ			Asistio
1016966600	ANGELO CAICEDO			Asistio
1222219398	DAVID MATIAS MEJIA			Asistio
6718057	NAYLA SARAI HIDALGO			Asistio
1145229066	DOMINIC ALEJANDRO MAZUERA			Asistio
1032509863	MARIA ALEJANDRA SUAREZ			Asistio
1222218093	DANNA MARIANA RAMOS			Asistio
1222218655	ANGEL MATIAS CHAVES			Asistio
1222222914	DANNA SALOME MORA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-14	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	78
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas deportivas			
<b>COGNITIVA :</b> Relaciono cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros			
<b>TEMA :</b> entiendo acerca de la pista de atletismo y otros patrones			
<b>SUBTEMAS :</b> identifico los múltiples eventos de pista y campo.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> DECAMETRO, CONOS, MINIVALLAS, CLAQUETA, CRONOMETRO, CINTA DE FINALIZACION PARA LA META O CORDON DE TELA, FLEXOMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA DE LA "MARISOLA" O CON MUSICA DE RONDA DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LAVE, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos practica de las pruebas del pentatlón así: 1-salto largo 2- lanzamiento pelota 80 grs dos de las competencias del pentatlón utilizamos la pista auxiliar la zona de foso de salto y la tabla de batida.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES HAREMOS COMPETENCIA DE DUATLON CINCO NIÑAS Y CINCO NIÑAS Y QUIEN GANA EN LAS 2 COMPETENCIAS POR PUNTOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-14	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 78	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ATLETISMO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137854	RAFAEL MATHIAS RODRIGUEZ			No asistio
1222218093	DANNA MARIANA RAMOS			Asistio
1014311263	MARIA PAULA DÍAZ			Asistio
1145227485	ESTEFANIA VALENTINA NOGUERA			Asistio
1222219398	DAVID MATIAS MEJIA			Asistio
1016966600	ANGELO CAICEDO			Asistio
1222218655	ANGEL MATIAS CHAVES			Asistio
1016967647	JOEL ALEXANDER AREVALO			Asistio
1016967710	DYLAN MARTINEZ			No asistio
1016967863	LUCIANA ANDREA OBESO			No asistio
1093313036	MATIAS LEONARDO MOSQUERA			Asistio
1021401320	ERIK SANTIAGO RUIZ			No asistio
1031852661	ANTONELLA GUERRERO			Asistio
1222222914	DANNA SALOME MORA			Asistio
1222223910	SERGIO ALEJANDRO PRIETO			Asistio
1141138646	PAULA MARIANA MOTAVITA			Asistio
1016968244	ABBY ISABELLA TAPIAS			Asistio
1032509863	MARIA ALEJANDRA SUAREZ			Asistio
1016967270	LUCIANA VALENTINA SUANCHA			Asistio
1043851916	SAMUEL DAVID CANTILLO			Asistio
6718057	NAYLA SARAI HIDALGO			No asistio
1145229066	DOMINIC ALEJANDRO MAZUERA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-19	4. HORA:	Martes,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	80
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.			
<b>COGNITIVA :</b> Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
<b>LUDICA :</b> Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.			
<b>TEMA :</b> Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.			
<b>SUBTEMAS :</b> Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES "El LANZAMIENTO DEL COMETA "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de tenis metida al fondo de una media larga (calcetín).Agarre: Los niños sujetan el extremo abierto de la media. Organización y Espacio Zonas: Dibuja un gran círculo de lanzamiento en el suelo. Seguridad: Delimita una zona de caída libre al frente. Ningún niño puede pisar esa zona. Filas: Los niños esperan su turno en filas seguras detrás del lanzador. Desarrollo del Juego Posición: El niño se coloca de espaldas a la zona de caída. Voleos: Gira el "cometa" sobre su cabeza de forma continua para ganar velocidad. Giro: Realiza un giro de 180 grados sobre sus pies. Lanzamiento: Suelta la media extendiendo los brazos hacia arriba y atrás. Puntuación: Se colocan aros en el suelo con diferentes puntajes según la distancia. Reglas de Seguridad Cruciales Lanzar solo bajo la señal del silbato. Recoger los implementos solo cuando todos hayan lanzado. Mantener una distancia de 5 metros entre filas.  TIEMPO 50 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES COLOCAMOS AROS CADA 1 M PARA REALIZAR COMPETENCIA DE QUIEN LOGRA LANZAR EL MARTILLO MAS LEJOS ATINANDO EN EL ARO MAS LEJOS.  TIEMPO 20 MINUTOS			



## FASE FINAL :

## ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## TIEMPO

## 20 MINUTOS

## Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-19	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes, 12:00:00, 14:00:00	6. N° de Sesión: 80	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137854	RAFAEL MATHIAS RODRIGUEZ			No asistio
1222218093	DANNA MARIANA RAMOS			Asistio
1014311263	MARIA PAULA DÍAZ			No asistio
1145227485	ESTEFANIA VALENTINA NOGUERA			Asistio
1222219398	DAVID MATIAS MEJIA			Asistio
1016966600	ANGELO CAICEDO			Asistio
1222218655	ANGEL MATIAS CHAVES			Asistio
1016967647	JOEL ALEXANDER AREVALO			Asistio
1016967710	DYLAN MARTINEZ			No asistio
1016967863	LUCIANA ANDREA OBESO			Asistio
1093313036	MATIAS LEONARDO MOSQUERA			Asistio
1021401320	ERIK SANTIAGO RUIZ			Asistio
1031852661	ANTONELLA GUERRERO			Asistio
1222222914	DANNA SALOME MORA			Asistio
1222223910	SERGIO ALEJANDRO PRIETO			No asistio
1141138646	PAULA MARIANA MOTAVITA			Asistio
1016968244	ABBY ISABELLA TAPIAS			Asistio
1032509863	MARIA ALEJANDRA SUAREZ			No asistio
1016967270	LUCIANA VALENTINA SUANCHA			Asistio
1043851916	SAMUEL DAVID CANTILLO			Asistio
6718057	NAYLA SARAI HIDALGO			Asistio
1145229066	DOMINIC ALEJANDRO MAZUERA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-21	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	84
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas.

COGNITIVA :

Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

PSICOSOCIAL :

LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

LUDICA :

Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.

TEMA :

Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.

SUBTEMAS :

Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.

IMPLEMENTACION :

PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  
  
TIEMPO  
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
"El LANZAMIENTO DEL COMETA "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de tenis metida al fondo de una media larga (calcetín).Agarre: Los niños sujetan el extremo abierto de la media. Organización y Espacio Zonas: Dibuja un gran círculo de lanzamiento en el suelo. Seguridad: Delimita una zona de caída libre al frente. Ningún niño puede pisar esa zona. Filas: Los niños esperan su turno en filas seguras detrás del lanzador. Desarrollo del Juego Posición: El niño se coloca de espaldas a la zona de caída. Voleos: Gira el "cometa" sobre su cabeza de forma continua para ganar velocidad. Giro: Realiza un giro de 180 grados sobre sus pies. Lanzamiento: Suelta la media extendiendo los brazos hacia arriba y atrás. Puntuación: Se colocan aros en el suelo con diferentes puntajes según la distancia. Reglas de Seguridad Cruciales Lanzar solo bajo la señal del silbato. Recoger los implementos solo cuando todos hayan lanzado. Mantener una distancia de 5 metros entre filas  
  
TIEMPO  
50 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
COLOCAMOS AROS CADA 1 M PARA REALIZAR COMPETENCIA DE QUIEN LOGRA LANZAR EL MARTILLO MAS LEJOS ATINANDO EN EL ARO MAS LEJOS.  
  
TIEMPO  
20 MINUTOS

**FASE FINAL :**

## ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## TIEMPO

20 MINUTOS

### Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. BACHUE			Nombre Instructor: Alfonso Sandoval Brochero	
2. Fecha:	2026-05-21	5. Centro de Interes ATLETISMO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 84	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ATLETISMO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141137854	RAFAEL MATHIAS RODRIGUEZ			Asistio
1222218093	DANNA MARIANA RAMOS			Asistio
1014311263	MARIA PAULA DÍAZ			Asistio
1145227485	ESTEFANIA VALENTINA NOGUERA			Asistio
1222219398	DAVID MATIAS MEJIA			Asistio
1016966600	ANGELO CAICEDO			No asistio
1222218655	ANGEL MATIAS CHAVES			Asistio
1016967647	JOEL ALEXANDER AREVALO			Asistio
1016967710	DYLAN MARTINEZ			Asistio
1016967863	LUCIANA ANDREA OBESO			Asistio
1093313036	MATIAS LEONARDO MOSQUERA			Asistio
1021401320	ERIK SANTIAGO RUIZ			Asistio
1031852661	ANTONELLA GUERRERO			Asistio
1222222914	DANNA SALOME MORA			Asistio
1222223910	SERGIO ALEJANDRO PRIETO			No asistio
1141138646	PAULA MARIANA MOTAVITA			Asistio
1016968244	ABBY ISABELLA TAPIAS			Asistio
1032509863	MARIA ALEJANDRA SUAREZ			Asistio
1016967270	LUCIANA VALENTINA SUANCHA			Asistio
1043851916	SAMUEL DAVID CANTILLO			No asistio
6718057	NAYLA SARAI HIDALGO			Asistio
1145229066	DOMINIC ALEJANDRO MAZUERA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-26	4. HORA:	Martes,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	88
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

**MOTRÍZ :**  
Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas

**COGNITIVA :**  
Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.

**PSICOSOCIAL :**  
LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés

**LUDICA :**  
Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros.

**TEMA :**  
Reconocer los diferentes gestos técnicos con énfasis en los lanzamientos. Identificar los diferentes lanzamientos y sus fundamentos físicos, técnicos y tácticos.

**SUBTEMAS :**  
Realizo movimientos de coordinación que estimulen las fases de preparación, desplazamiento, descarga, recuperación. Identifico los fundamentos específicos de los lanzamientos.

**IMPLEMENTACION :**  
PELOTAS DE TENIS, MEDIA LARGA CON ARENA, DECAMETRO, AROS, CONOS, CINTA O CUERDA.

**FASES**

**FASE INICIAL :**  
ACTIVIDADES  
REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS

TIEMPO  
30 MINUTOS

**FASE CENTRAL :**  
ACTIVIDADES  
Estructura del Juego: "Los Derribadores del Castillo "El Implemento Adaptado Material: Una pelota de esponja o plástico amarrada a una cuerda fina o cinta de tela de 1 metro. Organización del Espacio El Castillo: En el centro de la zona de caída, arma una torre con conos, vasos de plástico o cajas de cartón. Línea de Fuego: Una línea recta a unos 4 o 5 metros de la torre donde se ubican los lanzadores. Desarrollo del Juego El Balanceo: El niño se para de lado a la torre, balanceando el martillo adaptado de abajo hacia arriba al costado de su cuerpo. Los Voleos: Pasa el implemento por encima de su cabeza dibujando círculos en el aire para ganar fuerza. El Ataque: Sin girar los pies (para mantener el control a esta edad), suelta el martillo buscando derribar el castillo. Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos. Beneficios del Gesto Técnico Enseña la trayectoria circular del implemento. Ayuda a comprender el momento exacto de la soltada (punto de liberación).Evita mareos al eliminar los giros complejos en los más pequeños.

TIEMPO  
50 MINUTOS

**RETO :**  
ACTIVIDADES  
Trabajo en Equipo: Divide al grupo en dos equipos; gana el equipo que logre tirar más piezas de la torre en menos intentos.

TIEMPO  
20 MINUTOS

**FASE FINAL :**  
ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## 20 MINUTOS

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Alfonso Sandoval Brochero
3. FECHA:	2026-05-28	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ATLETISMO	6. N° DE SESIÓN:	92
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Aplico los fundamentos básicos del movimiento en la realización de diversas prácticas atléticas			
COGNITIVA : Determino como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado			
PSICOSOCIAL : LA MOTIVACIÓN: Qué es y cómo se puede mantener la motivación a través del juego, el deporte y la recreación dentro del centro de interés			
LUDICA : Entiendo sobre el juego como una herramienta lúdica para aprender, socializar y divertirse con los compañeros			
TEMA : Proyectar los movimientos atléticos hacia las carreras con vallas. Identificar la diversidad, los fundamentos y la forma de practicar las carreras con vallas			
SUBTEMAS : Comprendo las especificaciones físicas, técnicas y tácticas de la modalidad atlética de las carreras con vallas. Reconozco los métodos de enseñanza e interacción, para, comprender las carreras con vallas			
IMPLEMENTACION : VALLAS BAJAS , VALLAS MEDIANAS, DECAMETRO, CONOS, CAJAS DE CARTON, PELOTAS DE TENIS, AROS, PLATILLOS			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES REALIZAMOS LLAMADO LISTA, NOS TRASLADAMOS A LA PISTA AUXILIAR DE 200 MTS DE LA UDS, REALIZAMOS UNA RONDA MUSICALIZADA CON MUSICA DE RONDAS DEL CARIBE COLOMBIANO ( bullerengue o cantos bailados de tradición oral ) PARA MOVILIDAD ARTICULAR Y LUEGO PASAR A ELEVACION DE TEMPERATURA CORPORAL CON CAMINATA INICIAL SIGUIENDO CON TROTE SUAVE ALREDEDOR DE LA PISTA Y TERMINANDO CON JUEGO DE LA LLEVA O ESCONDIDAS, LUEGO PREPARARSE PARA SEGUIR CON LA FASE CENTRAL, ANTES HIDRATAMOS  TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Para la fase de apropiación con niños de 6 a 8 años (1° a 3° de primaria), el juego ideal es "El Rescate de los Huevos de Dragón". Este juego automatiza el paso de vallas de forma fluida, obligándolos a mantener el ritmo de carrera sin frenarse ante el obstáculo. Estructura del Juego: "El Rescate de los Huevos de Dragón "El Implemento Adaptado (Vallas Seguras)Material: Conos pequeños con bastones de plástico apoyados encima, bloques de espuma o cajas de cartón. Altura: Muy baja (entre 10 y 15 centímetros) para evitar caídas y miedo. Organización del Espacio Pistas: Diseña 2 o 3 carriles paralelos. Obstáculos: Coloca 3 vallas por carril, separadas uniformemente a una distancia corta (unos 2 o 3 metros entre vallas) para que den tres pasos naturales entre ellas. El Nido: Al final de cada carril hay un aro con pelotas pequeñas ("los huevos").Desarrollo del Juego La Misión: Por turnos en forma de relevos, los niños corren hacia el nido superando las vallas. El Gesto Técnico: Deben pasar las vallas "atacando" con una pierna estirada hacia adelante y recobrando la otra de lado, sin saltar como un conejo (evitando rebotar muy alto).El Regreso: Toman un "huevo", regresan corriendo por fuera de la pista a toda velocidad y lo dejan en la base de su equipo. Continuidad: Sale el siguiente compañero cuando el anterior le choca la mano. Foco en la Apropiación Técnica Ritmo constante: La distancia corta entre vallas los obliga a dar pasos rápidos y no saltos gigantes. Pierna de ataque: Se les pide que intenten pasar siempre la primera pierna recta, como si dieran un paso muy largo en el aire o el paso de ganzo  TIEMPO 50 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES REALIZAMOS EL GESTO POR EQUIPO Y QUIEN PRIMERO RESCATE LOS HUEVOS (PELOTAS) GANA  TIEMPO 20 MINUTOS			



**FASE FINAL :**  
ACTIVIDADES

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿Qué la genera? - ¿Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

Realizaremos preguntas sobre la temática : LA MOTIVACIÓN - ¿Qué es? - ¿?Qué la genera? - ¿?Cómo se puede mantener la motivación a través del ?juego, el deporte y la recreación? - ¿?Cómo automotivarme para mi crecimiento personal? - ¿?Cómo afrontar situaciones que me desmotivan?, y una de las actividades dispuestas para este mes y cuyo tema es la MOTIVACION.

## 20 MINUTOS

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria