

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO DE LA BICI (IED) (DE LA BICI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LAURA GERALDINE AMADO SALAS
3. FECHA:	2026-05-29	4. HORA:	Viernes,13:00:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. N° DE SESIÓN:	23
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Ejecutar diversos ejercicios y movimientos de naturaleza general, proyectados al patinaje, demostrando dominio de mis segmentos corporales de forma global y segmentaria.			
COGNITIVA : Reconocer la incidencia del propio estado de ánimo en el desempeño durante las actividades lúdico-deportivas, identificando cómo las emociones pueden influir positiva o negativamente en la participación, el esfuerzo y la convivencia, y buscando estrategias para regularlas de manera adecuada.			
PSICOSOCIAL : Construir entornos pedagógicos protectores y reflexiones sobre la motivación que fortalezcan la participación, permanencia y el desarrollo integral de los NNAJ, promoviendo la construcción de vínculos seguros y el reconocimiento del C. I. como un espacio inclusivo y transformador.			
LUDICA : Explorar el juego como un momento especial dentro del centro de interés, permitiendo a los escolares que participen en actividades lúdicas que estimulen la creatividad, la interacción y el disfrute, fortaleciendo al mismo tiempo habilidades motoras, emocionales y sociales.			
TEMA : Reforzamiento de habilidades básicas			
SUBTEMAS : Identifico los movimientos básicos del deporte, Practico ejercicios básicos del deporte (carrito, moto, slalom etc)			
IMPLEMENTACION : Platillos, conos, aros, lazos.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se recibe a los escolares se realiza llamado a lista. Trabajo de movilidad articular dirigido por la formadora con ayuda de los estudiantes. Activación muscular con circuito de habilidades variadas, incluyendo paso en cadena, saltos, zigzag, slalom y caídas. TIEMPO 30 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Espacio para colocarse patines y protecciones y para la verificación de la postura adecuada de estos. Trabajo de carrito y motivo, se realiza practicando inicialmente en grama para manejo de la posición corporal y la posición de los patines para realizar los ejercicios, luego se traslada a pista con asistencia inicialmente (empujando o jalando al compañero) y luego de manera individual. TIEMPO 30 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Gusanito, en grupos de 3 estudiantes se organizan con un motor una base y un carrito, este último realiza posición de carrito ayudando en el apoyo con los patines de la base, esta se mantiene en posición básica y se deja dar impulso del compañero restante. TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Espacio para quitada de patines y protecciones y organización adecuada de estas, estiramiento. Reflexión y retroalimentación de las actividades y temáticas del día, indicaciones para la siguiente clase. TIEMPO 10 minutos			