



IDRD



OBLIGACIÓN 2

EVIDENCIA 1



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-10	4. HORA:	Miercoles,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	56
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.

COGNITIVA :

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

PSICOSOCIAL :

Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés

LUDICA :

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

TEMA :

coordinación básica

SUBTEMAS :

ritmo y coordinación

IMPLEMENTACION :

platillos o conos, cancha de futbol

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Movilidad articular Cuello Hombros Codos Cadera Rodillas Tobillos

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
1. Escalera coordinativa Un apoyo por espacio Dos apoyos por espacio Lateral Saltos 2. Zigzag entre conos Desplazarse sin tocar conos. 3. Saltos en aros Ambos pies Pie alterno Un pie 4. Coordinación mano-ojo Lanzar y atrapar balón. 5. Reacción por señales Cambiar movimiento según color o sonido. - todos los ejercicios están sujetos a variantes

TIEMPO
60 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Completar todas las estaciones sin equivocarse

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?”

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-10	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 56	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1025558913	LIAM SAMUEL ALVARADO			Asistio
1071171242	MARY ANGEL ALVAREZ			Asistio
1013151217	JUAN CAMILO BAQUERO			Asistio
1025558796	JUAN PABLO BUSTOS			Asistio
N37666916974	LIAM JOSE CERRA			Asistio
1027536032	JUAN DIEGO FAGUA			Asistio
1011244474	ALEJANDRO GONZALEZ			Asistio
1011246235	KEVIN SMITH SILVA			Asistio
1013150724	ANTHONY DE JESUS OSORIO			Asistio
1013151784	JUAN ESTEBAN RONCANCIO			Asistio
1013151795	ANGEL MATHIAS OVALLE			Asistio
1013152534	LIAM GERONIMO GAITAN			Asistio
1013685444	JUAN JOSE PINZON			No asistio
1023033535	SAMUEL JARAMILLO			Asistio
1024588836	SARA NICOLE MORENO			Asistio
1024592655	BRIANNA VALENTINA ROJAS			No asistio
1025558895	LUIS ALEJANDRO SANABRIA			Asistio
1025559204	ASHLY MARIANA GOMEZ			No asistio
1027537495	IAN SAMUEL PIRAQUIVE			Asistio
1030692547	ARIANNA GUTIERREZ			Asistio
1010968307	MARIA JOSÉ CALDERON			No asistio
1141356617	STEVAN CUBILLOS			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-05	4. HORA:	Viernes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	52
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.			
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés			
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
TEMA : coordinación básica			
SUBTEMAS : ritmo y coordinación			
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Cada niño lleva una cinta o pañuelo en la parte trasera. Los compañeros deben intentar quitar “la cola” sin perder la propia. ??? Variantes: Solo desplazamiento lateral. En parejas. Con zonas seguras. Caminando rápido o trotando. TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Se ubican aros, colchonetas o zonas marcadas simulando “islas”. Los niños deben desplazarse: trotando saltando lateralmente en zigzag Cuando el profesor diga: “¡Tsunami!” ? deben buscar una isla rápido. “¡Cambio!” ? cambiar de isla. “¡Congelados!” ? mantener equilibrio en un pie 2.Se distribuyen conos o objetos de colores. Los niños se desplazan libremente realizando: skipping trote desplazamiento lateral Al escuchar un color: deben correr y tocar el cono correcto. 3. Los niños forman túneles con piernas abiertas. El compañero debe: pasar reptando correr alrededor regresar y chocar manos Luego cambia el turno. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Completar todas las estaciones sin equivocarse - Gana quien lo haga mejor, no el más rápido TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos			

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-05	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 52	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1025558913	LIAM SAMUEL ALVARADO			No asistio
1071171242	MARY ANGEL ALVAREZ			Asistio
1013151217	JUAN CAMILO BAQUERO			Asistio
1025558796	JUAN PABLO BUSTOS			Asistio
N37666916974	LIAM JOSE CERRA			Asistio
1027536032	JUAN DIEGO FAGUA			Asistio
1011244474	ALEJANDRO GONZALEZ			Asistio
1011246235	KEVIN SMITH SILVA			Asistio
1013150724	ANTHONY DE JESUS OSORIO			Asistio
1013151784	JUAN ESTEBAN RONCANCIO			Asistio
1013151795	ANGEL MATHIAS OVALLE			No asistio
1013152534	LIAM GERONIMO GAITAN			Asistio
1013685444	JUAN JOSE PINZON			No asistio
1023033535	SAMUEL JARAMILLO			Asistio
1024588836	SARA NICOLE MORENO			Asistio
1024592655	BRIANNA VALENTINA ROJAS			No asistio
1025558895	LUIS ALEJANDRO SANABRIA			Asistio
1025559204	ASHLY MARIANA GOMEZ			Asistio
1027537495	IAN SAMUEL PIRAQUIVE			Asistio
1030692547	ARIANNA GUTIERREZ			Asistio
1010968307	MARIA JOSÉ CALDERON			No asistio
1141356617	STEVAN CUBILLOS			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-03	4. HORA:	Miercoles,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	48
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.

COGNITIVA :

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

PSICOSOCIAL :

Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés

LUDICA :

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

TEMA :

coordinación básica

SUBTEMAS :

ritmo y coordinación

IMPLEMENTACION :

platillos o conos, cancha de futbol

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) ACTIVIDAD N°8 POLICIAS Y LADRONES: Se divide el grupo en 2, unos son policías y otros son ladrones. La idea del juego es que los policías van a atrapar a los ladrones y los llevan a una “cárcel”, mientras los ladrones tratan deliberarse entre ellos. Gana el equipo que más jugadores tenga al finl del tiempo determinado.

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
1. Circuito coordinativo Organiza estaciones: Aros (saltos): Saltar dentro de cada aro con ambos pies Luego alternando pies Zigzag con conos: Correr esquivando conos sin tocarlos Escalera (o marcas en el piso): Pasos rápidos dentro y fuera 2. Juego: “Semáforo avanzado” Verde ? correr Amarillo ? caminar lento Rojo ? quedarse quieto Extra: Azul ? saltar Negro ? acostarse 3. Relevos dinámicos Equipos Llevar un objeto (balón o cono) y regresar TODOS LOS EJERCICIOS ESTAN PROPUESTOS PARA TENER VARIANTES

TIEMPO
60 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Completar todas las estaciones sin equivocarse - Gana quien lo haga mejor, no el más rápido

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?”

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-03	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 48	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1025558913	LIAM SAMUEL ALVARADO			Asistio
1071171242	MARY ANGEL ALVAREZ			Asistio
1013151217	JUAN CAMILO BAQUERO			Asistio
1025558796	JUAN PABLO BUSTOS			Asistio
N37666916974	LIAM JOSE CERRA			Asistio
1027536032	JUAN DIEGO FAGUA			Asistio
1011244474	ALEJANDRO GONZALEZ			Asistio
1011246235	KEVIN SMITH SILVA			Asistio
1013150724	ANTHONY DE JESUS OSORIO			Asistio
1013151784	JUAN ESTEBAN RONCANCIO			Asistio
1013151795	ANGEL MATHIAS OVALLE			Asistio
1013152534	LIAM GERONIMO GAITAN			Asistio
1013685444	JUAN JOSE PINZON			Asistio
1023033535	SAMUEL JARAMILLO			Asistio
1024588836	SARA NICOLE MORENO			Asistio
1024592655	BRIANNA VALENTINA ROJAS			Asistio
1025558895	LUIS ALEJANDRO SANABRIA			Asistio
1025559204	ASHLY MARIANA GOMEZ			Asistio
1027537495	IAN SAMUEL PIRAQUIVE			Asistio
1030692547	ARIANNA GUTIERREZ			Asistio
1010968307	MARIA JOSÉ CALDERON			Asistio
1141356617	STEVAN CUBILLOS			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-16	4. HORA:	Martes,13:30:00,15:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	63
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.			
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés			
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
TEMA : coordinación básica.			
SUBTEMAS : ritmo y coordinación			
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) ACTIVIDAD LA LLEVA: consiste en que uno ovarios jugadores tiene el rol de "la lleva", es decir que deben perseguir a los demás compañeros para tocarlos. Cuando un jugador es tocado, pasa a ser quien "lleva" o también puede quedar eliminado o cumplir una condición, dependiendo la variante del juego TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Circuito coordinativo progresivo Estación 1: Aros (saltos pies juntos alternos salto + giro) Estación 2: Zigzag (frente lateral atrás) Estación 3: Escalera (patrones 1–1, 2–2, dentro-fuera) Estación 4: Reacción (señal correr a cono correcto) 2. Juego: “Semáforo avanzado” Verde: correr Rojo: parar Azul: saltar Amarillo: caminar Nivel alto: combinaciones (rojo+azul) 3. Relevos con tareas Correr pasar obstáculo 5 saltos conducción de balón regreso - TODOS LOS EJERCICIOS ESTAN PROPORCIONADOS A VARIANTES TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Completar el circuito sin errores y respetando técnica. TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-16	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,13:30:00,15:30:00	6. N° de Sesion: 63	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1012926136	IAN MARTTIN LEIVA			No asistio
1022449669	THIAGO FELIPE BONILLA			Asistio
1030708132	EIMMY LUCIANA BUITRAGO			Asistio
1040840044	MARIA ANGEL GOMEZ			No asistio
1141368984	AZUL LUCIA HERNANDEZ			Asistio
1141369679	ALAN GARCIA			Asistio
1233524012	ASHLY ANTHONELLA GOMEZ			Asistio
N3766686227	ANGEL DE JESUS LUJANO			No asistio
N3766687055	ZADIEL ARON FARFAN			Asistio
N37666992598	JOSIANNYS KLEYMAR MIJARES			No asistio
1125008067	ANDRES ARLEY MIRANDA			Asistio
7915437	DERLIMAR SOFIA OCANDO			Asistio
1012926003	MARIA CAMILA PALACIO			Asistio
6584157	ABRIL KAMILA PERALTA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO			
3. FECHA:		2026-06-11		4. HORA:		Jueves,13:30:00,15:30:00	
5. CENTRO INTERÉS:		ACTIVIDAD FÍSICA		6. N° DE SESIÓN:		59	
7. LOCALIDAD:		Kennedy		8. N° DE SEMANA:		10	
8. ZONA:		5		9. CICLO:			
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO							
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.							
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.							
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés							
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.							
TEMA : coordinación básica							
SUBTEMAS : ritmo y coordinación							
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol							
FASES							
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Movilidad articular Cuello Hombros Codos Cadera Rodillas Tobillos							
TIEMPO 15 minutos							
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Sprint corto Carrera rápida de 10 a 20 metros. 2. Salida por reacción Salir al escuchar señal. 3. Carrera con obstáculos Conos o líneas para esquivar. 4. Relevos Trabajo en equipos. 5. Carrera lateral Desplazamiento rápido lateral. - todos los ejercicios están sujetos a variantes							
TIEMPO 60 minutos							
RETO : ACTIVIDADES 1. Reto relámpago Llegar al cono y regresar antes de que el compañero termine el recorrido. 2. Reto zigzag extremo Pasar entre todos los conos sin tocar ninguno y en el menor tiempo posible.							
TIEMPO 30 minutos							
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?”							
TIEMPO 15							

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-11	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,13:30:00,15:30:00	6. N° de Sesion: 59	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1012926136	IAN MARTTIN LEIVA			No asistio
1022449669	THIAGO FELIPE BONILLA			Asistio
1030708132	EIMMY LUCIANA BUITRAGO			Asistio
1040840044	MARIA ANGEL GOMEZ			No asistio
1141368984	AZUL LUCIA HERNANDEZ			Asistio
1141369679	ALAN GARCIA			Asistio
1233524012	ASHLY ANTHONELLA GOMEZ			Asistio
N3766686227	ANGEL DE JESUS LUJANO			Asistio
N3766687055	ZADIEL ARON FARFAN			Asistio
N37666992598	JOSIANNYS KLEYMAR MIJARES			Asistio
1125008067	ANDRES ARLEY MIRANDA			Asistio
7915437	DERLIMAR SOFIA OCANDO			Asistio
1012926003	MARIA CAMILA PALACIO			Asistio
6584157	ABRIL KAMILA PERALTA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-09	4. HORA:	Martes,13:30:00,15:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	55
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.			
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés			
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
TEMA : coordinación básica			
SUBTEMAS : ritmo y coordinación			
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Movilidad articular Cuello Hombros Codos Cadera Rodillas Tobillos TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Escalera coordinativa Un apoyo por espacio Dos apoyos por espacio Lateral Saltos 2. Zigzag entre conos Desplazarse sin tocar conos. 3. Saltos en aros Ambos pies Pie alterno Un pie 4. Coordinación mano-ojo Lanzar y atrapar balón. 5. Reacción por señales Cambiar movimiento según color o sonido. - todos los ejercicios están sujetos a variantes TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Completar todas las estaciones sin equivocarse TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-09	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,13:30:00,15:30:00	6. N° de Sesion: 55	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1012926136	IAN MARTTIN LEIVA			No asistio
1022449669	THIAGO FELIPE BONILLA			Asistio
1030708132	EIMMY LUCIANA BUITRAGO			Asistio
1040840044	MARIA ANGEL GOMEZ			No asistio
1141368984	AZUL LUCIA HERNANDEZ			Asistio
1141369679	ALAN GARCIA			Asistio
1233524012	ASHLY ANTHONELLA GOMEZ			No asistio
N3766686227	ANGEL DE JESUS LUJANO			Asistio
N3766687055	ZADIEL ARON FARFAN			Asistio
N37666992598	JOSIANNYS KLEYMAR MIJARES			No asistio
1125008067	ANDRES ARLEY MIRANDA			Asistio
7915437	DERLIMAR SOFIA OCANDO			Asistio
1012926003	MARIA CAMILA PALACIO			Asistio
6584157	ABRIL KAMILA PERALTA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO			
3. FECHA:		2026-06-04		4. HORA:		Jueves,13:30:00,15:30:00	
5. CENTRO INTERÉS:		ACTIVIDAD FÍSICA		6. N° DE SESIÓN:		51	
7. LOCALIDAD:		Kennedy		8. N° DE SEMANA:		9	
8. ZONA:		5		9. CICLO:			
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO							
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.							
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.							
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés							
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.							
TEMA : coordinación básica							
SUBTEMAS : ritmo y coordinación							
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol							
FASES							
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Cada niño lleva una cinta o pañuelo en la parte trasera. Los compañeros deben intentar quitar “la cola” sin perder la propia. ??? Variantes: Solo desplazamiento lateral. En parejas. Con zonas seguras. Caminando rápido o trotando. TIEMPO 15 minutos							
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Se ubican aros, colchonetas o zonas marcadas simulando “islas”. Los niños deben desplazarse: trotando saltando lateralmente en zigzag Cuando el profesor diga: “¡Tsunami!” ? deben buscar una isla rápido. “¡Cambio!” ? cambiar de isla. “¡Congelados!” ? mantener equilibrio en un pie 2.Se distribuyen conos o objetos de colores. Los niños se desplazan libremente realizando: skipping trote desplazamiento lateral Al escuchar un color: deben correr y tocar el cono correcto. 3. Los niños forman túneles con piernas abiertas. El compañero debe: pasar reptando correr alrededor regresar y chocar manos Luego cambia el turno. TIEMPO 60 minutos							
RETO : ACTIVIDADES Completar todas las estaciones sin equivocarse - Gana quien lo haga mejor, no el más rápido TIEMPO 30 minutos							
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos							

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-04	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,13:30:00,15:30:00	6. N° de Sesion: 51	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1012926136	IAN MARTTIN LEIVA			No asistio
1022449669	THIAGO FELIPE BONILLA			No asistio
1030708132	EIMMY LUCIANA BUITRAGO			No asistio
1040840044	MARIA ANGEL GOMEZ			No asistio
1141368984	AZUL LUCIA HERNANDEZ			No asistio
1141369679	ALAN GARCIA			No asistio
1233524012	ASHLY ANTHONELLA GOMEZ			No asistio
N3766686227	ANGEL DE JESUS LUJANO			No asistio
N3766687055	ZADIEL ARON FARFAN			No asistio
N37666992598	JOSIANNYS KLEYMAR MIJARES			No asistio
1125008067	ANDRES ARLEY MIRANDA			No asistio
7915437	DERLIMAR SOFIA OCANDO			No asistio
1012926003	MARIA CAMILA PALACIO			No asistio
6584157	ABRIL KAMILA PERALTA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-02	4. HORA:	Martes,13:30:00,15:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	47
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.			
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
TEMA : coordinación básica			
SUBTEMAS : ritmo y coordinación			
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) ACTIVIDAD N°8 POLICIAS Y LADRONES: Se divide el grupo en 2, unos son policías y otros son ladrones. La idea del juego es que los policías van a atrapar a los ladrones y los llevan a una “cárcel”, mientras los ladrones tratan deliberarse entre ellos. Gana el equipo que más jugadores tenga al finl del tiempo determinado. TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Circuito coordinativo Organiza estaciones: Aros (saltos): Saltar dentro de cada aro con ambos pies Luego alternando pies Zigzag con conos: Correr esquivando conos sin tocarlos Escalera (o marcas en el piso): Pasos rápidos dentro y fuera 2. Juego: “Semáforo avanzado” Verde ? correr Amarillo ? caminar lento Rojo ? quedarse quieto Extra: Azul ? saltar Negro ? acostarse 3. Relevos dinámicos Equipos Llevar un objeto (balón o cono) y regresar TODOS LOS EJERCICIOS ESTAN PROPUESTOS PARA TENER VARIANTES TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Completar todas las estaciones sin equivocarse - Gana quien lo haga mejor, no el más rápido TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos			

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-02	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,13:30:00,15:30:00	6. N° de Sesion: 47	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1012926136	IAN MARTTIN LEIVA			No asistio
1022449669	THIAGO FELIPE BONILLA			Asistio
1030708132	EIMMY LUCIANA BUITRAGO			Asistio
1040840044	MARIA ANGEL GOMEZ			No asistio
1141368984	AZUL LUCIA HERNANDEZ			Asistio
1141369679	ALAN GARCIA			Asistio
1233524012	ASHLY ANTHONELLA GOMEZ			Asistio
N3766686227	ANGEL DE JESUS LUJANO			Asistio
N3766687055	ZADIEL ARON FARFAN			Asistio
N37666992598	JOSIANNYS KLEYMAR MIJARES			Asistio
1125008067	ANDRES ARLEY MIRANDA			Asistio
7915437	DERLIMAR SOFIA OCANDO			Asistio
1012926003	MARIA CAMILA PALACIO			Asistio
6584157	ABRIL KAMILA PERALTA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-16	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	62
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.

COGNITIVA :

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

PSICOSOCIAL :

Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés

LUDICA :

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

TEMA :

coordinación básica.

SUBTEMAS :

ritmo y coordinación

IMPLEMENTACION :

platillos o conos, cancha de futbol

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) ACTIVIDAD LA LLEVA: consiste en que uno ovarios jugadores tiene el rol de "la lleva", es decir que deben perseguir a los demás compañeros para tocarlos. Cuando un jugador es tocado, pasa a ser quien "lleva" o también puede quedar eliminado o cumplir una condición, dependiendo la variante del juego

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
1. Circuito coordinativo progresivo Estación 1: Aros (saltos pies juntos alternos salto + giro) Estación 2: Zigzag (frente lateral atrás) Estación 3: Escalera (patrones 1–1, 2–2, dentro-fuera) Estación 4: Reacción (señal correr a cono correcto) 2. Juego: “Semáforo avanzado” Verde: correr | Rojo: parar | Azul: saltar | Amarillo: caminar Nivel alto: combinaciones (rojo+azul) 3. Relevos con tareas Correr pasar obstáculo 5 saltos conducción de balón regreso - TODOS LOS EJERCICIOS ESTAN PROPORCIONADOS A VARIANTES

TIEMPO
60 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Completar el circuito sin errores y respetando técnica.

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?”

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-16	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 62	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1010250592	SILBIA MILENA QUIÑONES			Asistio
1010848813	ANTHONY LOPEZ			Asistio
1012925348	ALAN DIAZ			Asistio
1012925468	JENNIFER SOFIA CALDERON			Asistio
1012925605	MATHIAS PINZON			Asistio
1012925695	THOMAS JERONIMO MARTINEZ			Asistio
1012925730	TIFFANY SOPHIA ORDOÑEZ			Asistio
1012925879	MIA CONTRERAS			Asistio
1013154627	JERONIMO TRUJILLO			Asistio
1013154871	ZOE SAMARA PEÑA			Asistio
1013155062	SARA GABRIELA BALLEEN			Asistio
1013155121	GAHEL JOSUE MEDINA			Asistio
1023047869	ADRYAN LADINO			Asistio
1023416360	MIA SAMANTHA MOLINA			Asistio
1027302242	LAURA CAMILA CAVIEDES			Asistio
1041903710	ALAN DAVID JIMENEZ			Asistio
1118126273	EVAN ALEXIS CABRERA			Asistio
1123450846	HANNA VALERIA MEDINA			Asistio
1141369703	KYLIAN ANDRES ZORRO			Asistio
1222222538	CRISTIAN SANTIAGO PINZON			Asistio
1141362909	MELANIE SOLANO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-11	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	58
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.			
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés			
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
TEMA : coordinación básica			
SUBTEMAS : ritmo y coordinación			
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Movilidad articular Cuello Hombros Codos Cadera Rodillas Tobillos TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Sprint corto Carrera rápida de 10 a 20 metros. 2. Salida por reacción Salir al escuchar señal. 3. Carrera con obstáculos Conos o líneas para esquivar. 4. Relevos Trabajo en equipos. 5. Carrera lateral Desplazamiento rápido lateral. - todos los ejercicios están sujetos a variantes TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES 1. Reto relámpago Llegar al cono y regresar antes de que el compañero termine el recorrido. 2. Reto zigzag extremo Pasar entre todos los conos sin tocar ninguno y en el menor tiempo posible. TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos			

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-11	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 58	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1010250592	SILBIA MILENA QUIÑONES			Asistio
1010848813	ANTHONY LOPEZ			Asistio
1012925348	ALAN DIAZ			Asistio
1012925468	JENNIFER SOFIA CALDERON			Asistio
1012925605	MATHIAS PINZON			Asistio
1012925695	THOMAS JERONIMO MARTINEZ			Asistio
1012925730	TIFFANY SOPHIA ORDOÑEZ			Asistio
1012925879	MIA CONTRERAS			Asistio
1013154627	JERONIMO TRUJILLO			Asistio
1013154871	ZOE SAMARA PEÑA			Asistio
1013155062	SARA GABRIELA BALLEEN			Asistio
1013155121	GAHEL JOSUE MEDINA			Asistio
1023047869	ADRYAN LADINO			Asistio
1023416360	MIA SAMANTHA MOLINA			Asistio
1027302242	LAURA CAMILA CAVIEDES			Asistio
1041903710	ALAN DAVID JIMENEZ			Asistio
1118126273	EVAN ALEXIS CABRERA			Asistio
1123450846	HANNA VALERIA MEDINA			Asistio
1141369703	KYLIAN ANDRES ZORRO			Asistio
1222222538	CRISTIAN SANTIAGO PINZON			Asistio
1141362909	MELANIE SOLANO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-09	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	54
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	10
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.			
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés			
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.			
TEMA : coordinación básica			
SUBTEMAS : ritmo y coordinación			
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Movilidad articular Cuello Hombros Codos Cadera Rodillas Tobillos TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Escalera coordinativa Un apoyo por espacio Dos apoyos por espacio Lateral Saltos 2. Zigzag entre conos Desplazarse sin tocar conos. 3. Saltos en aros Ambos pies Pie alterno Un pie 4. Coordinación mano-ojo Lanzar y atrapar balón. 5. Reacción por señales Cambiar movimiento según color o sonido. - todos los ejercicios están sujetos a variantes TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Completar todas las estaciones sin equivocarse TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-09	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 54	9. N° de Semana: 10	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1010250592	SILBIA MILENA QUIÑONES			Asistio
1010848813	ANTHONY LOPEZ			Asistio
1012925348	ALAN DIAZ			Asistio
1012925468	JENNIFER SOFIA CALDERON			Asistio
1012925605	MATHIAS PINZON			Asistio
1012925695	THOMAS JERONIMO MARTINEZ			Asistio
1012925730	TIFFANY SOPHIA ORDOÑEZ			Asistio
1012925879	MIA CONTRERAS			Asistio
1013154627	JERONIMO TRUJILLO			Asistio
1013154871	ZOE SAMARA PEÑA			Asistio
1013155062	SARA GABRIELA BALLEEN			Asistio
1013155121	GAHEL JOSUE MEDINA			Asistio
1023047869	ADRYAN LADINO			Asistio
1023416360	MIA SAMANTHA MOLINA			Asistio
1027302242	LAURA CAMILA CAVIEDES			Asistio
1041903710	ALAN DAVID JIMENEZ			Asistio
1118126273	EVAN ALEXIS CABRERA			Asistio
1123450846	HANNA VALERIA MEDINA			Asistio
1141369703	KYLIAN ANDRES ZORRO			Asistio
1222222538	CRISTIAN SANTIAGO PINZON			Asistio
1141362909	MELANIE SOLANO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO			
3. FECHA:		2026-06-04		4. HORA:		Jueves,09:30:00,11:30:00	
5. CENTRO INTERÉS:		ACTIVIDAD FÍSICA		6. N° DE SESIÓN:		50	
7. LOCALIDAD:		Kennedy		8. N° DE SEMANA:		9	
8. ZONA:		5		9. CICLO:			
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO							
MOTRÍZ : Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.							
COGNITIVA : Identificar las formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.							
PSICOSOCIAL : Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés							
LUDICA : Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.							
TEMA : coordinación básica							
SUBTEMAS : ritmo y coordinación							
IMPLEMENTACION : platillos o conos, cancha de futbol							
FASES							
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) Cada niño lleva una cinta o pañuelo en la parte trasera. Los compañeros deben intentar quitar “la cola” sin perder la propia. ??? Variantes: Solo desplazamiento lateral. En parejas. Con zonas seguras. Caminando rápido o trotando. TIEMPO 15 minutos							
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Se ubican aros, colchonetas o zonas marcadas simulando “islas”. Los niños deben desplazarse: trotando saltando lateralmente en zigzag Cuando el profesor diga: “¡Tsunami!” ? deben buscar una isla rápido. “¡Cambio!” ? cambiar de isla. “¡Congelados!” ? mantener equilibrio en un pie 2.Se distribuyen conos o objetos de colores. Los niños se desplazan libremente realizando: skipping trote desplazamiento lateral Al escuchar un color: deben correr y tocar el cono correcto. 3. Los niños forman túneles con piernas abiertas. El compañero debe: pasar reptando correr alrededor regresar y chocar manos Luego cambia el turno. TIEMPO 60 minutos							
RETO : ACTIVIDADES Completar todas las estaciones sin equivocarse - Gana quien lo haga mejor, no el más rápido TIEMPO 30 minutos							
FASE FINAL : ACTIVIDADES retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?” TIEMPO 15 minutos							

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-04	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 50	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1010250592	SILBIA MILENA QUIÑONES			No asistio
1010848813	ANTHONY LOPEZ			No asistio
1012925348	ALAN DIAZ			No asistio
1012925468	JENNIFER SOFIA CALDERON			No asistio
1012925605	MATHIAS PINZON			No asistio
1012925695	THOMAS JERONIMO MARTINEZ			No asistio
1012925730	TIFFANY SOPHIA ORDOÑEZ			No asistio
1012925879	MIA CONTRERAS			No asistio
1013154627	JERONIMO TRUJILLO			No asistio
1013154871	ZOE SAMARA PEÑA			No asistio
1013155062	SARA GABRIELA BALLEEN			No asistio
1013155121	GAHEL JOSUE MEDINA			No asistio
1023047869	ADRYAN LADINO			No asistio
1023416360	MIA SAMANTHA MOLINA			No asistio
1027302242	LAURA CAMILA CAVIEDES			No asistio
1041903710	ALAN DAVID JIMENEZ			No asistio
1118126273	EVAN ALEXIS CABRERA			No asistio
1123450846	HANNA VALERIA MEDINA			No asistio
1141369703	KYLIAN ANDRES ZORRO			No asistio
1222222538	CRISTIAN SANTIAGO PINZON			No asistio
1141362909	MELANIE SOLANO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO
3. FECHA:	2026-06-02	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. N° DE SESIÓN:	46
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Relacionar distintas maneras de movimientos y su acción motriz, dentro de diversas situaciones y contextos cotidianos.

COGNITIVA :

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

PSICOSOCIAL :

Promover la motivación en los escolares, incentivando la participación, la autoestima y la permanencia en las actividades. Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.

LUDICA :

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

TEMA :

coordinación básica

SUBTEMAS :

ritmo y coordinación

IMPLEMENTACION :

platillos o conos, cancha de futbol

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia (5 minutos) ACTIVIDAD N°8 POLICIAS Y LADRONES: Se divide el grupo en 2, unos son policías y otros son ladrones. La idea del juego es que los policías van a atrapar a los ladrones y los llevan a una “cárcel”, mientras los ladrones tratan deliberarse entre ellos. Gana el equipo que más jugadores tenga al finl del tiempo determinado.

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
1. Circuito coordinativo Organiza estaciones: Aros (saltos): Saltar dentro de cada aro con ambos pies Luego alternando pies Zigzag con conos: Correr esquivando conos sin tocarlos Escalera (o marcas en el piso): Pasos rápidos dentro y fuera 2. Juego: “Semáforo avanzado” Verde ? correr Amarillo ? caminar lento Rojo ? quedarse quieto Extra: Azul ? saltar Negro ? acostarse 3. Relevos dinámicos Equipos Llevar un objeto (balón o cono) y regresar TODOS LOS EJERCICIOS ESTAN PROPUESTOS PARA TENER VARIANTES

TIEMPO
60 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Completar todas las estaciones sin equivocarse - Gana quien lo haga mejor, no el más rápido

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
retroalimentación. Estiramientos guiados • Grupos musculares principales: cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, aductores y espalda. Círculo de cierre • Preguntas como: “¿Qué aprendimos hoy?”, “¿Qué fue lo más difícil?”, “¿Cómo podemos mejorar?”

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2026-06-02	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 46	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1010250592	SILBIA MILENA QUIÑONES			Asistio
1010848813	ANTHONY LOPEZ			Asistio
1012925348	ALAN DIAZ			Asistio
1012925468	JENNIFER SOFIA CALDERON			Asistio
1012925605	MATHIAS PINZON			Asistio
1012925695	THOMAS JERONIMO MARTINEZ			Asistio
1012925730	TIFFANY SOPHIA ORDOÑEZ			Asistio
1012925879	MIA CONTRERAS			Asistio
1013154627	JERONIMO TRUJILLO			Asistio
1013154871	ZOE SAMARA PEÑA			Asistio
1013155062	SARA GABRIELA BALLEEN			Asistio
1013155121	GAHEL JOSUE MEDINA			Asistio
1023047869	ADRYAN LADINO			No asistio
1023416360	MIA SAMANTHA MOLINA			No asistio
1027302242	LAURA CAMILA CAVIEDES			Asistio
1041903710	ALAN DAVID JIMENEZ			Asistio
1118126273	EVAN ALEXIS CABRERA			Asistio
1123450846	HANNA VALERIA MEDINA			Asistio
1141369703	KYLIAN ANDRES ZORRO			Asistio
1222222538	CRISTIAN SANTIAGO PINZON			No asistio
1141362909	MELANIE SOLANO			Asistio