

PROYECTO DE JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA

CENTRO DE INTERES DE TENIS DE CAMPO

FORMADOR JUNIOR: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO

OBLIGACIONES N°2

ANEXO 1

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-02	4. HORA:	Martes,06:30:00,10:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	19
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Fortalecer la motivación de los estudiantes que practican deporte mediante actividades participativas y reflexivas que promuevan la confianza en sus capacidades, la perseverancia, el compromiso con sus metas personales y deportivas, y el reconocimiento de la importancia del esfuerzo y la disciplina para su desarrollo integral.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : REALIZA UN CORRECTO AJUSTE DE PIES Y TREN SUPERIOR EN LA VOLEA DE DERECHA			
SUBTEMAS : reconozco lo movimientos de volea de derecha y su correcta ejecucion cuando nos desplazamos al frente y atrás.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 20 platillos			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Movilidad de tobillos: se hace equilibrio en un pie y el pie que está en el aire se moverá la punta hacia arriba y luego hacia abajo, se realiza entre 15 y 20 con un pie y luego con el otro pie. 2- Movilidad Rodillas: se hace equilibrio en un solo pie, con el pie que esta en el aire van a hacer de cuenta que están pateando un balón suavemente balanceando la pierna o flexionándola y estirándola constantemente, aproximadamente 10 veces con cada pie. 3- Movilidad Articulación Coxofemoral: se eleva una rodilla flexionada al pecho, y luego se estira el pie hacia adelante, como si se le quisiera dar una patada a alguien, se realiza primero 10 repeticiones con un pie, y luego 10 repeticiones con el otro pie. 4- Movilidad Cadera. Se separan los pies, (estando de pie) y se mueve la cadera en círculos, primero en sentido horario 10 veces y luego en sentido anti horario 10 veces. 5- Movilidad Hombros: se mueven los hombros de manera circular 10 veces hacia un sentido, y luego 10 veces hacia el otro sentido. 6- Movilidad Brazos: se mueven los brazos hacia adelante, como si estuviesen nadando en estilo libre, 10 veces hacia adelante y luego 10 veces hacia atrás. 7- Muñecas: se agarran sus propias manos como cuando se reza o suplica a alguien y luego van a mover las muñecas en todas las direcciones posibles. 8- Movilidad cuello: estando de pie, se mira hacia el cielo, luego se mira hacia el piso, 10 veces en total. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuara con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Ejercicio técnico sin implemento: Simulación de volea de derecha Los estudiantes se ubican en filas. Realizan el gesto técnico de la volea de derecha sin pelota. Ejecutan desplazamientos de dos pasos hacia adelante y dos pasos hacia atrás, finalizando con el movimiento de volea. Volea de derecha con lanzamiento manual En parejas, un estudiante lanza suavemente la pelota con la mano. El compañero realiza la volea de derecha enviando la pelota hacia una zona delimitada. Después de cada golpe realiza un paso atrás y vuelve a avanzar para la siguiente ejecución. Circuito de desplazamiento adelante y atrás con volea Se ubican tres conos: Cono 1: posición inicial. Cono 2: dos metros adelante. Cono 3: dos metros atrás. Desarrollo: El estudiante sale desde el cono central. Corre al cono delantero y realiza una volea de derecha. Regresa al centro. Se desplaza al cono trasero. Regresa al centro y ejecuta una nueva volea. Juego aplicado: "Gana el punto en la red" En media cancha, los estudiantes juegan puntos cortos. Solo se pueden sumar puntos mediante voleas de derecha realizadas cerca de la red. Se promueve la toma de decisiones y el posicionamiento adecuado. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES jugo pre deportivo de tenis de campo por equipos, se conforman equipos de entre 3 a 4 NNJA donde cada uno tendra una raqueta y se enfrentaran a otros equipos, para este juego deberan pasar la pelota de tenis de un lado a otro de la cancha golpeandola con la raqueta de tenis y antes de pasarla a la otra cancha deberan obligatoriamente hacer tres pases entre ellos, pueden dejar rebotar la pelota una vez en el piso. cada vez que finalice un partido se rotaran los equipos que se enfrenten TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

En esta fase final los NNJA que participaron en la sesión de clase, se sentaran en el piso en círculo para realizar un estiramiento, iniciando con las extremidades inferiores, durando hasta 15 segundos en cada ejercicio. 1- Estirar pies cerrados al frente y tocar las puntas de los pies. 2- Abrir los pies estirados y con las manos tocar las puntas de los pies. 3- Estirar los dos pies, luego uno flexionarlo, cruzarlo por encima del otro y con las manos abrazarlo fuerte teniendo la espalda recta, primero con un pie y luego con el otro. 4- Mariposa, se juntan las plantas de las pies con las rodillas flexionadas. 5- Paso de valla. Se estira un pie adelante, y luego se flexiona un pie atrás y se recuestan atrás sobre los codos. 6- Adoración. Se arrodillan y luego llevan las manos sobre el piso lo más adelante que puedan. Una vez finalizado el estiramiento se realizara una retroalimentación y charla sobre el objetivo psicosocial.

TIEMPO

30 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-02	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,06:30:00,10:30:00	6. N° de Sesion: 19	9. N° de Semana: 19	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1011217664	BRENDA JIMENA ACOSTA			Asistio
1025546610	IVON MARIANA CANO			Asistio
1034403034	VALENTINA CARVAJAL			Asistio
1013138118	SARA LUCIANA CASALLAS			No asistio
1073605343	DANA VALENTINA CASTELLANOS			Asistio
1146125771	JHON SEBASTIAN CHACON			Asistio
1012384444	JOAN ESTIVEN CRUZ			No asistio
1028620399	VALENTINA CUELLAR			Asistio
1023167257	DANNA KATALINA DIAZ			Asistio
1121902576	MATEO EMILIANO ESTUPIÑAN			Asistio
1048287628	JHON JALBER ARIZA			Asistio
1012391987	JUAN SEBASTIAN CHAPARRO			Asistio
1019766329	ANDRES CAMILO DELGADILLO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-09	4. HORA:	Martes,06:30:00,10:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	20
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Promover en los estudiantes el reconocimiento de sus fortalezas, intereses y logros deportivos, favoreciendo el desarrollo de una actitud positiva hacia la práctica deportiva, el trabajo en equipo y la superación de desafíos, como factores que contribuyen a su bienestar personal y social.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : IDENTIFICA CADA UNA DE LAS FASES DEL SAQUE Y LOS REALIZA EN UN SOLO MOVIMIENTO			
SUBTEMAS : Ejecuto el moviento de saque correctamente y ubico la pelota en la zona indicada.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 10 aros			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Los estudiantes serán los encargados de hacer de manera auto suficiente las tres fases del calentamiento. Se conformaran grupos de entre 8 a 10 NNJA y ellos deberán hacer su calentamiento de articulaciones, luego la fase de calentamiento cardio vascular y por ultimo la fase de estiramiento. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuará con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Técnica del saque por fases Los estudiantes practican el saque en tres momentos: Posición inicial y agarre de la raqueta. Lanzamiento de la pelota. Movimiento de golpeo y terminación. Se realizan varias repeticiones enfatizando la correcta postura y ejecución técnica. Lanzamiento de precisión Actividad: "Lanza y controla" Cada estudiante realiza lanzamientos de la pelota sin golpearla. Debe lograr que la pelota alcance una altura adecuada y caiga dentro de una zona marcada. Objetivo: Mejorar la precisión del lanzamiento previo al saque. Variantes: Aumentar o disminuir el tamaño de la zona objetivo. Realizar el ejercicio con desplazamiento previo. Saque hacia zonas objetivo Actividad: "Apunta al blanco" Se colocan aros, conos o zonas marcadas dentro del cuadro de servicio. Los estudiantes realizan saques intentando que la pelota caiga en las zonas señaladas. Sistema de puntuación: 3 puntos: zona central. 5 puntos: zona específica señalada por el docente. 1 punto: saque válido dentro del cuadro de servicio. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES REY DE LA CANCHA: se conforman equipos de entre 3 y 4 NNJA, luego los equipos se distribuyen en las tres canchas de tenis del parque y jugaran al rey de la cancha, se escoge un equipo que sera el rey, los demas equipos seran los subditos y su objetivo es sacar al rey y ocupar sy logar, para eso deberan vencer al REY en un partido de tenis por equipos. el REY tendra que hacer 2 puntos para aliminar al subdito mientras que el subdito debera hacer 3 puntos para sacar al rey. TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL : ACTIVIDADES Se inicia con una disminución progresiva de la intensidad mediante caminata suave por la cancha, acompañada de respiraciones profundas (inhalar por la nariz y exhalar por la boca), durante 2 a 3 minutos. Posteriormente, se realizan ejercicios de estiramiento estático, manteniendo cada posición entre 10 y 15 segundos, sin rebotes y con una respiración controlada: • Cuello: inclinación lateral y hacia adelante, estirando suavemente. • Hombros y brazos: llevar un brazo extendido hacia el pecho y sostenerlo con el otro. • Tríceps: flexionar el brazo por detrás de la cabeza y presionar suavemente el codo. • Antebrazos y muñecas: extender el brazo al frente y con la otra mano llevar la palma hacia arriba y hacia abajo. • Espalda: inclinación del tronco hacia adelante intentando tocar las puntas de los pies. • Piernas (cuádriceps): llevar el talón al glúteo sosteniendo el pie. • Isquiotibiales: estirar una pierna al frente e inclinar el cuerpo hacia ella. • Pantorrillas: apoyar las manos en una pared o superficie y llevar una pierna atrás manteniendo el talón en el suelo. Para finalizar, se recomienda un breve espacio de relajación, donde los estudiantes permanezcan de pie o sentados, respirando profundamente y tomando conciencia de su cuerpo. TIEMPO 30 minutos
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-09	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,06:30:00,10:30:00	6. N° de Sesion: 20	9. N° de Semana: 20	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1011217664	BRENDA JIMENA ACOSTA			Asistio
1025546610	IVON MARIANA CANO			Asistio
1034403034	VALENTINA CARVAJAL			No asistio
1013138118	SARA LUCIANA CASALLAS			Asistio
1073605343	DANA VALENTINA CASTELLANOS			Asistio
1146125771	JHON SEBASTIAN CHACON			Asistio
1012384444	JOAN ESTIVEN CRUZ			Asistio
1028620399	VALENTINA CUELLAR			Asistio
1023167257	DANNA KATALINA DIAZ			Asistio
1121902576	MATEO EMILIANO ESTUPIÑAN			No asistio
1048287628	JHON JALBER ARIZA			No asistio
1012391987	JUAN SEBASTIAN CHAPARRO			No asistio
1019766329	ANDRES CAMILO DELGADILLO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-16	4. HORA:	Martes,06:30:00,10:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	17
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollar las habilidades básicas fundamentadas en juegos formativos y recreativos			
COGNITIVA : Identificar los segmentos corporales y sus posibilidades de movimiento mediante juegos y ejercicios			
PSICOSOCIAL : Crear conciencia en los NNJA participantes sobre la importancia del buen desarrollo de la personalidad			
LUDICA : Identificar al juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros			
TEMA : Ofrecer múltiples posibilidades de expresión corporal para su auto regulación y salud personal a través de actividades formativas recreativas y los mini deportes			
SUBTEMAS : VIVENCIA LA FUNCIONALIDAD DE CADA UNA DE LAS HABILIDADES MOTRICES PARA EL CUMPLIMIENTO DE TAREAS ESPECIFICAS			
IMPLEMENTACION : 15 PELOTAS DE TENIS. 20 CONOS 20 AROS.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES se realiza la recepción de los estudiantes en la cancha asignada en la sede de la IED, una vez esten todos los estudiantes en el lugar donde se realizara la sesión de clase, se inicia con el llamado de asistencia de los estudiantes, una vez finalizado el llamado de asistencia se iniciara con un calentamiento dearticulaciones, iniciando con las extremidades inferiores a extremidades superiores. 1- mover la punta del pie hacia arriba y luego hacia abajo (similar a estar acelerando un carro) primero con un pie, luego con el otro. 2- balancear la rodilla como si estuvieran pateando suavemente un balon. 3- realizar rotaciones de cadera. 4-subir y bajar los hombros. 5- simular que están nadando, moviendo los brazos en circulos hacia adelante. 6- mirar hacia el cielo y luego hacia el piso (cuello) una vez finalizado el calentamiento de articulaciones se continuara con una actividad ludico deportiva que permita a los NNJA participantes realizar un calentamientocardio vascular. Juego el trasteo: se conforman equipos de a 6 a 8 estudiantes, deberán trastearse uno por uno de un punto A a un Punto B, cuando uno de los estudiantes llegue de un punto al otro, debera el siguiente del grupo salir y llegar al mismo punto hasta que todo el equipo se trastea a el punto B. se colocaran variantes enlas formas de desplazamiento, como por ejemplo, trotando hacia atras, saltando, en parejas.....etc. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES se forman parejas, donde uno se para en frente del otro a una distancia de aproximadamente 7 a 10 metros. practicarán formas de lanzamiento y formas de atrapar la pelota. 1- lanzar la pelota en cucharita, (uno le lanza al que esta en frente la pelota en forma de cucharita y el otro debe atraparla sin dejarla caer.) 2- lanzar la pelota con rebote. (se le lanza al compañero la pelota haciendo que esta primero rebote una sola vez en el piso.) 3- lanzar la pelota por encima del hombro. 4- lazar haciendo desplazarse al compañero. (el que tiene la pelota le lanzara la pelota a su compañero, obligándolo a correr para capturar la pelota.) TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES tumbar los conos, se colocan unos conos en la cancha y se colocan unos aros a una distancia de mas o menos 4 metro de distancia a los conos, es estudiante debera pararse dentro del aro y lanzar la pelota con la intención o finalidad de tumbar los conos. TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
ESTIRAMIENTO, se realiza el estiramiento de los grupos musculares empleados durante la sesión de clase, esta vez un estudiante debiera dirigir en ejercicio de estiramiento y mientras lo hace debe decir al grupo de quien cree que heredo mas la motricidad de su familia, luego ese estudiante se encarga de nombrar otro estudiantepara que haga lo mismo.
TIEMPO
30 minutos
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-16	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,06:30:00,10:30:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 17	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1011217664	BRENDA JIMENA ACOSTA			No asistio
1025546610	IVON MARIANA CANO			Asistio
1034403034	VALENTINA CARVAJAL			No asistio
1013138118	SARA LUCIANA CASALLAS			Asistio
1073605343	DANA VALENTINA CASTELLANOS			No asistio
1146125771	JHON SEBASTIAN CHACON			Asistio
1012384444	JOAN ESTIVEN CRUZ			Asistio
1028620399	VALENTINA CUELLAR			Asistio
1023167257	DANNA KATALINA DIAZ			Asistio
1121902576	MATEO EMILIANO ESTUPIÑAN			No asistio
1048287628	JHON JALBER ARIZA			No asistio
1012391987	JUAN SEBASTIAN CHAPARRO			No asistio
1019766329	ANDRES CAMILO DELGADILLO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-04	4. HORA:	Jueves,14:00:00,17:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	19
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Fortalecer la motivación de los estudiantes que practican deporte mediante actividades participativas y reflexivas que promuevan la confianza en sus capacidades, la perseverancia, el compromiso con sus metas personales y deportivas, y el reconocimiento de la importancia del esfuerzo y la disciplina para su desarrollo integral.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : REALIZA UN CORRECTO AJUSTE DE PIES Y TREN SUPERIOR EN LA VOLEA DE DERECHA			
SUBTEMAS : reconozco lo movimientos de volea de derecha y su correcta ejecucion cuando nos desplazamos al frente y atrás.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 20 platillos			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Movilidad de tobillos: se hace equilibrio en un pie y el pie que está en el aire se moverá la punta hacia arriba y luego hacia abajo, se realiza entre 15 y 20 con un pie y luego con el otro pie. 2- Movilidad Rodillas: se hace equilibrio en un solo pie, con el pie que esta en el aire van a hacer de cuenta que están pateando un balón suavemente balanceando la pierna o flexionándola y estirándola constantemente, aproximadamente 10 veces con cada pie. 3- Movilidad Articulación Coxofemoral: se eleva una rodilla flexionada al pecho, y luego se estira el pie hacia adelante, como si se le quisiera dar una patada a alguien, se realiza primero 10 repeticiones con un pie, y luego 10 repeticiones con el otro pie. 4- Movilidad Cadera. Se separan los pies, (estando de pie) y se mueve la cadera en círculos, primero en sentido horario 10 veces y luego en sentido anti horario 10 veces. 5- Movilidad Hombros: se mueven los hombros de manera circular 10 veces hacia un sentido, y luego 10 veces hacia el otro sentido. 6- Movilidad Brazos: se mueven los brazos hacia adelante, como si estuviesen nadando en estilo libre, 10 veces hacia adelante y luego 10 veces hacia atrás. 7- Muñecas: se agarran sus propias manos como cuando se reza o suplica a alguien y luego van a mover las muñecas en todas las direcciones posibles. 8- Movilidad cuello: estando de pie, se mira hacia el cielo, luego se mira hacia el piso, 10 veces en total. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuara con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Ejercicio técnico sin implemento: Simulación de volea de derecha Los estudiantes se ubican en filas. Realizan el gesto técnico de la volea de derecha sin pelota. Ejecutan desplazamientos de dos pasos hacia adelante y dos pasos hacia atrás, finalizando con el movimiento de volea. Volea de derecha con lanzamiento manual En parejas, un estudiante lanza suavemente la pelota con la mano. El compañero realiza la volea de derecha enviando la pelota hacia una zona delimitada. Después de cada golpe realiza un paso atrás y vuelve a avanzar para la siguiente ejecución. Circuito de desplazamiento adelante y atrás con volea Se ubican tres conos: Cono 1: posición inicial. Cono 2: dos metros adelante. Cono 3: dos metros atrás. Desarrollo: El estudiante sale desde el cono central. Corre al cono delantero y realiza una volea de derecha. Regresa al centro. Se desplaza al cono trasero. Regresa al centro y ejecuta una nueva volea. Juego aplicado: "Gana el punto en la red" En media cancha, los estudiantes juegan puntos cortos. Solo se pueden sumar puntos mediante voleas de derecha realizadas cerca de la red. Se promueve la toma de decisiones y el posicionamiento adecuado. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES jugo pre deportivo de tenis de campo por equipos, se conforman equipos de entre 3 a 4 NNJA donde cada uno tendra una raqueta y se enfrentaran a otros equipos, para este juego deberan pasar la pelota de tenis de un lado a otro de la cancha golpeandola con la raqueta de tenis y antes de pasarla a la otra cancha deberan obligatoriamente hacer tres pases entre ellos, pueden dejar rebotar la pelota una vez en el piso. cada vez que finalice un partido se rotaran los equipos que se enfrenten TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

En esta fase final los NNJA que participaron en la sesión de clase, se sentaran en el piso en círculo para realizar un estiramiento, iniciando con las extremidades inferiores, durando hasta 15 segundos en cada ejercicio. 1- Estirar pies cerrados al frente y tocar las puntas de los pies. 2- Abrir los pies estirados y con las manos tocar las puntas de los pies. 3- Estirar los dos pies, luego uno flexionarlo, cruzarlo por encima del otro y con las manos abrazarlo fuerte teniendo la espalda recta, primero con un pie y luego con el otro. 4- Mariposa, se juntan las plantas de las pies con las rodillas flexionadas. 5- Paso de valla. Se estira un pie adelante, y luego se flexiona un pie atrás y se recuestan atrás sobre los codos. 6- Adoración. Se arrodillan y luego llevan las manos sobre el piso lo más adelante que puedan. Una vez finalizado el estiramiento se realizara una retroalimentación y charla sobre el objetivo psicosocial.

TIEMPO

30 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-04	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,14:00:00,17:00:00	6. N° de Sesion: 19	9. N° de Semana: 19	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1013136542	JULIETH ANGELICA HUERTAS			No asistio
1016725000	JULIAN EDUARDO LINARES			Asistio
1023398202	SANTIAGO ADEMID LOZANO			Asistio
1011208176	VALERY SAMANTA MOYA			No asistio
1011211959	ISABELLA RAMIREZ			Asistio
1146128121	SAMUEL DAVID RAMIREZ			Asistio
1141124216	SAMUEL SANTIAGO SANCHEZ			Asistio
1013272348	KEVIN SANTIAGO SANTANA			Asistio
1013133746	JUAN MANUEL SANTOS			Asistio
1028495477	ERICK JOEL SOTO			Asistio
1102583689	KEISY LORENA SUAREZ			Asistio
1072700361	NICOL DAYANA TAPIERO			Asistio
1029402534	JUAN DAVID TELLEZ			Asistio
1013009844	VALENTINA VASQUEZ			No asistio
1101104527	ELOYSA VEGA			No asistio
1019998277	EYLIN JULIETH VILLANUEVA			Asistio
1012401934	KEVIN SANTIAGO ORTEGA			No asistio
1140168047	GEREMY PRADO			Asistio
1031655618	MATEO QUINTERO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-18	4. HORA:	Jueves,14:00:00,17:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	17
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollar las habilidades básicas fundamentadas en juegos formativos y recreativos			
COGNITIVA : Identificar los segmentos corporales y sus posibilidades de movimiento mediante juegos y ejercicios			
PSICOSOCIAL : Crear conciencia en los NNJA participantes sobre la importancia del buen desarrollo de la personalidad			
LUDICA : Identificar al juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros			
TEMA : Ofrecer múltiples posibilidades de expresión corporal para su auto regulación y salud personal a través de actividades formativas recreativas y los mini deportes			
SUBTEMAS : VIVENCIA LA FUNCIONALIDAD DE CADA UNA DE LAS HABILIDADES MOTRICES PARA EL CUMPLIMIENTO DE TAREAS ESPECIFICAS			
IMPLEMENTACION : 15 PELOTAS DE TENIS. 20 CONOS 20 AROS.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES se realiza la recepción de los estudiantes en la cancha asignada en la sede de la IED, una vez esten todos los estudiantes en el lugar donde se realizara la sesión de clase, se inicia con el llamado de asistencia de los estudiantes, una vez finalizado el llamado de asistencia se iniciara con un calentamiento dearticulaciones, iniciando con las extremidades inferiores a extremidades superiores. 1- mover la punta del pie hacia arriba y luego hacia abajo (similar a estar acelerando un carro) primero con un pie, luego con el otro. 2- balancear la rodilla como si estuvieran pateando suavemente un balon. 3- realizar rotaciones de cadera. 4-subir y bajar los hombros. 5- simular que están nadando, moviendo los brazos en circulos hacia adelante. 6- mirar hacia el cielo y luego hacia el piso (cuello) una vez finalizado el calentamiento de articulaciones se continuara con una actividad ludico deportiva que permita a los NNJA participantes realizar un calentamientocardio vascular. Juego el trasteo: se conforman equipos de a 6 a 8 estudiantes, deberán trastearse uno por uno de un punto A a un Punto B, cuando uno de los estudiantes llegue de un punto al otro, debera el siguiente del grupo salir y llegar al mismo punto hasta que todo el equipo se trastea a el punto B. se colocaran variantes enlas formas de desplazamiento, como por ejemplo, trotando hacia atras, saltando, en parejas.....etc. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES se forman parejas, donde uno se para en frente del otro a una distancia de aproximadamente 7 a 10 metros. practicarán formas de lanzamiento y formas de atrapar la pelota. 1- lanzar la pelota en cucharita, (uno le lanza al que esta en frente la pelota en forma de cucharita y el otro debe atraparla sin dejarla caer.) 2- lanzar la pelota con rebote. (se le lanza al compañero la pelota haciendo que esta primero rebote una sola vez en el piso.) 3- lanzar la pelota por encima del hombro. 4- lazar haciendo desplazarse al compañero. (el que tiene la pelota le lanzara la pelota a su compañero, obligándolo a correr para capturar la pelota.) TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES tumbar los conos, se colocan unos conos en la cancha y se colocan unos aros a una distancia de mas o menos 4 metro de distancia a los conos, es estudiante debera pararse dentro del aro y lanzar la pelota con la intención o finalidad de tumbar los conos. TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
ESTIRAMIENTO, se realiza el estiramiento de los grupos musculares empleados durante la sesión de clase, esta vez un estudiante debiera dirigir en ejercicio de estiramiento y mientras lo hace debe decir al grupo de quien cree que heredo mas la motricidad de su familia, luego ese estudiante se encarga de nombrar otro estudiantepara que haga lo mismo.
TIEMPO
30 minutos
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-05	4. HORA:	Viernes,07:30:00,10:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	19
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Fortalecer la motivación de los estudiantes que practican deporte mediante actividades participativas y reflexivas que promuevan la confianza en sus capacidades, la perseverancia, el compromiso con sus metas personales y deportivas, y el reconocimiento de la importancia del esfuerzo y la disciplina para su desarrollo integral.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : REALIZA UN CORRECTO AJUSTE DE PIES Y TREN SUPERIOR EN LA VOLEA DE DERECHA			
SUBTEMAS : reconozco lo movimientos de volea de derecha y su correcta ejecucion cuando nos desplazamos al frente y atrás.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 20 platillos			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Movilidad de tobillos: se hace equilibrio en un pie y el pie que está en el aire se moverá la punta hacia arriba y luego hacia abajo, se realiza entre 15 y 20 con un pie y luego con el otro pie. 2- Movilidad Rodillas: se hace equilibrio en un solo pie, con el pie que esta en el aire van a hacer de cuenta que están pateando un balón suavemente balanceando la pierna o flexionándola y estirándola constantemente, aproximadamente 10 veces con cada pie. 3- Movilidad Articulación Coxofemoral: se eleva una rodilla flexionada al pecho, y luego se estira el pie hacia adelante, como si se le quisiera dar una patada a alguien, se realiza primero 10 repeticiones con un pie, y luego 10 repeticiones con el otro pie. 4- Movilidad Cadera. Se separan los pies, (estando de pie) y se mueve la cadera en círculos, primero en sentido horario 10 veces y luego en sentido anti horario 10 veces. 5- Movilidad Hombros: se mueven los hombros de manera circular 10 veces hacia un sentido, y luego 10 veces hacia el otro sentido. 6- Movilidad Brazos: se mueven los brazos hacia adelante, como si estuviesen nadando en estilo libre, 10 veces hacia adelante y luego 10 veces hacia atrás. 7- Muñecas: se agarran sus propias manos como cuando se reza o suplica a alguien y luego van a mover las muñecas en todas las direcciones posibles. 8- Movilidad cuello: estando de pie, se mira hacia el cielo, luego se mira hacia el piso, 10 veces en total. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuara con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Ejercicio técnico sin implemento: Simulación de volea de derecha Los estudiantes se ubican en filas. Realizan el gesto técnico de la volea de derecha sin pelota. Ejecutan desplazamientos de dos pasos hacia adelante y dos pasos hacia atrás, finalizando con el movimiento de volea. Volea de derecha con lanzamiento manual En parejas, un estudiante lanza suavemente la pelota con la mano. El compañero realiza la volea de derecha enviando la pelota hacia una zona delimitada. Después de cada golpe realiza un paso atrás y vuelve a avanzar para la siguiente ejecución. Circuito de desplazamiento adelante y atrás con volea Se ubican tres conos: Cono 1: posición inicial. Cono 2: dos metros adelante. Cono 3: dos metros atrás. Desarrollo: El estudiante sale desde el cono central. Corre al cono delantero y realiza una volea de derecha. Regresa al centro. Se desplaza al cono trasero. Regresa al centro y ejecuta una nueva volea. Juego aplicado: "Gana el punto en la red" En media cancha, los estudiantes juegan puntos cortos. Solo se pueden sumar puntos mediante voleas de derecha realizadas cerca de la red. Se promueve la toma de decisiones y el posicionamiento adecuado. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES jugo pre deportivo de tenis de campo por equipos, se conforman equipos de entre 3 a 4 NNJA donde cada uno tendra una raqueta y se enfrentaran a otros equipos, para este juego deberan pasar la pelota de tenis de un lado a otro de la cancha golpeandola con la raqueta de tenis y antes de pasarla a la otra cancha deberan obligatoriamente hacer tres pases entre ellos, pueden dejar rebotar la pelota una vez en el piso. cada vez que finalice un partido se rotaran los equipos que se enfrenten TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

En esta fase final los NNJA que participaron en la sesión de clase, se sentaran en el piso en círculo para realizar un estiramiento, iniciando con las extremidades inferiores, durando hasta 15 segundos en cada ejercicio. 1- Estirar pies cerrados al frente y tocar las puntas de los pies. 2- Abrir los pies estirados y con las manos tocar las puntas de los pies. 3- Estirar los dos pies, luego uno flexionarlo, cruzarlo por encima del otro y con las manos abrazarlo fuerte teniendo la espalda recta, primero con un pie y luego con el otro. 4- Mariposa, se juntan las plantas de las pies con las rodillas flexionadas. 5- Paso de valla. Se estira un pie adelante, y luego se flexiona un pie atrás y se recuestan atrás sobre los codos. 6- Adoración. Se arrodillan y luego llevan las manos sobre el piso lo más adelante que puedan. Una vez finalizado el estiramiento se realizara una retroalimentación y charla sobre el objetivo psicosocial.

TIEMPO

30 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-05	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,07:30:00,10:30:00	6. N° de Sesion: 19	9. N° de Semana: 19	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1030639964	LITZY VANYA ALVAREZ			Asistio
1028620065	LAURA CAMILA ALZATE			No asistio
1028843173	JAVIER AUGUSTO AMPUDIA			Asistio
1089542511	JOHAN ALEXIS ANTE			No asistio
N37664654134	ANGEL MIGUEL ARIZA			Asistio
1026573329	KIMBERLY DAYANA CASTRILLON			Asistio
1012393452	RONIBER DANIEL CORCHUELO			Asistio
1028841844	LORENA NIKOL DIAZ			No asistio
2706535	AIDA ISABELLA ESTACIO			No asistio
1031423979	VIVIAN STEFANY FORERO			Asistio
1027284134	JHANNA VALENTINA GONZALEZ			Asistio
1101783595	ANGEL DAVID HERNANDEZ			Asistio
1013136624	JULIAN DAVID JIMENEZ			No asistio
1028821147	MARLON ESTIVEN LEAL			No asistio
1011216477	DANIEL FELIPE LIZCANO			Asistio
1141333304	LAURA ISABELLA LOPEZ			Asistio
1028891801	JUAN DIEGO LOZANO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-12	4. HORA:	Viernes,07:30:00,10:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	20
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Promover en los estudiantes el reconocimiento de sus fortalezas, intereses y logros deportivos, favoreciendo el desarrollo de una actitud positiva hacia la práctica deportiva, el trabajo en equipo y la superación de desafíos, como factores que contribuyen a su bienestar personal y social.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : IDENTIFICA CADA UNA DE LAS FASES DEL SAQUE Y LOS REALIZA EN UN SOLO MOVIMIENTO			
SUBTEMAS : Ejecuto el moviento de saque correctamente y ubico la pelota en la zona indicada.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 10 aros			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Los estudiantes serán los encargados de hacer de manera auto suficiente las tres fases del calentamiento. Se conformaran grupos de entre 8 a 10 NNJA y ellos deberán hacer su calentamiento de articulaciones, luego la fase de calentamiento cardio vascular y por ultimo la fase de estiramiento. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuará con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Técnica del saque por fases Los estudiantes practican el saque en tres momentos: Posición inicial y agarre de la raqueta. Lanzamiento de la pelota. Movimiento de golpeo y terminación. Se realizan varias repeticiones enfatizando la correcta postura y ejecución técnica. Lanzamiento de precisión Actividad: "Lanza y controla" Cada estudiante realiza lanzamientos de la pelota sin golpearla. Debe lograr que la pelota alcance una altura adecuada y caiga dentro de una zona marcada. Objetivo: Mejorar la precisión del lanzamiento previo al saque. Variantes: Aumentar o disminuir el tamaño de la zona objetivo. Realizar el ejercicio con desplazamiento previo. Saque hacia zonas objetivo Actividad: "Apunta al blanco" Se colocan aros, conos o zonas marcadas dentro del cuadro de servicio. Los estudiantes realizan saques intentando que la pelota caiga en las zonas señaladas. Sistema de puntuación: 3 puntos: zona central. 5 puntos: zona específica señalada por el docente. 1 punto: saque válido dentro del cuadro de servicio. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES REY DE LA CANCHA: se conforman equipos de entre 3 y 4 NNJA, luego los equipos se distribuyen en las tres canchas de tenis del parque y jugaran al rey de la cancha, se escoge un equipo que sera el rey, los demas equipos seran los subditos y su objetivo es sacar al rey y ocupar sy logar, para eso deberan vencer al REY en un partido de tenis por equipos. el REY tendra que hacer 2 puntos para aliminar al subdito mientras que el subdito debera hacer 3 puntos para sacar al rey. TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL : ACTIVIDADES Se inicia con una disminución progresiva de la intensidad mediante caminata suave por la cancha, acompañada de respiraciones profundas (inhalar por la nariz y exhalar por la boca), durante 2 a 3 minutos. Posteriormente, se realizan ejercicios de estiramiento estático, manteniendo cada posición entre 10 y 15 segundos, sin rebotes y con una respiración controlada: • Cuello: inclinación lateral y hacia adelante, estirando suavemente. • Hombros y brazos: llevar un brazo extendido hacia el pecho y sostenerlo con el otro. • Tríceps: flexionar el brazo por detrás de la cabeza y presionar suavemente el codo. • Antebrazos y muñecas: extender el brazo al frente y con la otra mano llevar la palma hacia arriba y hacia abajo. • Espalda: inclinación del tronco hacia adelante intentando tocar las puntas de los pies. • Piernas (cuádriceps): llevar el talón al glúteo sosteniendo el pie. • Isquiotibiales: estirar una pierna al frente e inclinar el cuerpo hacia ella. • Pantorrillas: apoyar las manos en una pared o superficie y llevar una pierna atrás manteniendo el talón en el suelo. Para finalizar, se recomienda un breve espacio de relajación, donde los estudiantes permanezcan de pie o sentados, respirando profundamente y tomando conciencia de su cuerpo. TIEMPO 30 minutos
--

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-12	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,07:30:00,10:30:00	6. N° de Sesion: 20	9. N° de Semana: 20	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1030639964	LITZY VANYA ALVAREZ			No asistio
1028620065	LAURA CAMILA ALZATE			Asistio
1028843173	JAVIER AUGUSTO AMPUDIA			Asistio
1089542511	JOHAN ALEXIS ANTE			Asistio
N37664654134	ANGEL MIGUEL ARIZA			Asistio
1026573329	KIMBERLY DAYANA CASTRILLON			Asistio
1012393452	RONIBER DANIEL CORCHUELO			Asistio
1028841844	LORENA NIKOL DIAZ			Asistio
2706535	AIDA ISABELLA ESTACIO			Asistio
1031423979	VIVIAN STEFANY FORERO			Asistio
1027284134	JHANNA VALENTINA GONZALEZ			Asistio
1101783595	ANGEL DAVID HERNANDEZ			No asistio
1013136624	JULIAN DAVID JIMENEZ			Asistio
1028821147	MARLON ESTIVEN LEAL			No asistio
1011216477	DANIEL FELIPE LIZCANO			Asistio
1141333304	LAURA ISABELLA LOPEZ			No asistio
1028891801	JUAN DIEGO LOZANO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-05	4. HORA:	Viernes,14:00:00,17:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	19
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Fortalecer la motivación de los estudiantes que practican deporte mediante actividades participativas y reflexivas que promuevan la confianza en sus capacidades, la perseverancia, el compromiso con sus metas personales y deportivas, y el reconocimiento de la importancia del esfuerzo y la disciplina para su desarrollo integral.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : REALIZA UN CORRECTO AJUSTE DE PIES Y TREN SUPERIOR EN LA VOLEA DE DERECHA			
SUBTEMAS : reconozco lo movimientos de volea de derecha y su correcta ejecucion cuando nos desplazamos al frente y atrás.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 20 platillos			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Movilidad de tobillos: se hace equilibrio en un pie y el pie que está en el aire se moverá la punta hacia arriba y luego hacia abajo, se realiza entre 15 y 20 con un pie y luego con el otro pie. 2- Movilidad Rodillas: se hace equilibrio en un solo pie, con el pie que esta en el aire van a hacer de cuenta que están pateando un balón suavemente balanceando la pierna o flexionándola y estirándola constantemente, aproximadamente 10 veces con cada pie. 3- Movilidad Articulación Coxofemoral: se eleva una rodilla flexionada al pecho, y luego se estira el pie hacia adelante, como si se le quisiera dar una patada a alguien, se realiza primero 10 repeticiones con un pie, y luego 10 repeticiones con el otro pie. 4- Movilidad Cadera. Se separan los pies, (estando de pie) y se mueve la cadera en círculos, primero en sentido horario 10 veces y luego en sentido anti horario 10 veces. 5- Movilidad Hombros: se mueven los hombros de manera circular 10 veces hacia un sentido, y luego 10 veces hacia el otro sentido. 6- Movilidad Brazos: se mueven los brazos hacia adelante, como si estuviesen nadando en estilo libre, 10 veces hacia adelante y luego 10 veces hacia atrás. 7- Muñecas: se agarran sus propias manos como cuando se reza o suplica a alguien y luego van a mover las muñecas en todas las direcciones posibles. 8- Movilidad cuello: estando de pie, se mira hacia el cielo, luego se mira hacia el piso, 10 veces en total. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuara con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Ejercicio técnico sin implemento: Simulación de volea de derecha Los estudiantes se ubican en filas. Realizan el gesto técnico de la volea de derecha sin pelota. Ejecutan desplazamientos de dos pasos hacia adelante y dos pasos hacia atrás, finalizando con el movimiento de volea. Volea de derecha con lanzamiento manual En parejas, un estudiante lanza suavemente la pelota con la mano. El compañero realiza la volea de derecha enviando la pelota hacia una zona delimitada. Después de cada golpe realiza un paso atrás y vuelve a avanzar para la siguiente ejecución. Circuito de desplazamiento adelante y atrás con volea Se ubican tres conos: Cono 1: posición inicial. Cono 2: dos metros adelante. Cono 3: dos metros atrás. Desarrollo: El estudiante sale desde el cono central. Corre al cono delantero y realiza una volea de derecha. Regresa al centro. Se desplaza al cono trasero. Regresa al centro y ejecuta una nueva volea. Juego aplicado: "Gana el punto en la red" En media cancha, los estudiantes juegan puntos cortos. Solo se pueden sumar puntos mediante voleas de derecha realizadas cerca de la red. Se promueve la toma de decisiones y el posicionamiento adecuado. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES jugo pre deportivo de tenis de campo por equipos, se conforman equipos de entre 3 a 4 NNJA donde cada uno tendra una raqueta y se enfrentaran a otros equipos, para este juego deberan pasar la pelota de tenis de un lado a otro de la cancha golpeandola con la raqueta de tenis y antes de pasarla a la otra cancha deberan obligatoriamente hacer tres pases entre ellos, pueden dejar rebotar la pelota una vez en el piso. cada vez que finalice un partido se rotaran los equipos que se enfrenten TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

En esta fase final los NNJA que participaron en la sesión de clase, se sentaran en el piso en círculo para realizar un estiramiento, iniciando con las extremidades inferiores, durando hasta 15 segundos en cada ejercicio. 1- Estirar pies cerrados al frente y tocar las puntas de los pies. 2- Abrir los pies estirados y con las manos tocar las puntas de los pies. 3- Estirar los dos pies, luego uno flexionarlo, cruzarlo por encima del otro y con las manos abrazarlo fuerte teniendo la espalda recta, primero con un pie y luego con el otro. 4- Mariposa, se juntan las plantas de las pies con las rodillas flexionadas. 5- Paso de valla. Se estira un pie adelante, y luego se flexiona un pie atrás y se recuestan atrás sobre los codos. 6- Adoración. Se arrodillan y luego llevan las manos sobre el piso lo más adelante que puedan. Una vez finalizado el estiramiento se realizara una retroalimentación y charla sobre el objetivo psicosocial.

TIEMPO

30 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-05	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,14:00:00,17:00:00	6. N° de Sesion: 19	9. N° de Semana: 19	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1147488478	JUAN DAVID ACOSTA			Asistio
1012392670	JOAN STIVEN AMAYA			Asistio
5030445	YOSELIS VANESSA ANTUNEZ			Asistio
1012402154	JEFERSON DAVID ASTROZ			Asistio
1016722186	NICOLAS BERNAL			Asistio
1146128437	DAYANA SOFIA CARO			Asistio
1030618961	ANGIE KATHERIN GALINDO			Asistio
1028892687	ANDRES FELIPE GAMEZ			Asistio
1028891047	JULIETH ESTEFANY GARAVITO			Asistio
6042157	ADEIRIS VALENTINA GARRIDO			Asistio
1028843262	EILEEN SOFIA GIRALDO			Asistio
1022386716	DIEGO ALEJANDRO GOMEZ			Asistio
1028869010	ANDRES SANTIAGO GUERRERO			Asistio
1123438696	DILAN HALID GUTIERREZ			Asistio
1011216555	SAMUEL ALEJANDRO RODRIGUEZ			No asistio
1141331490	NIKOLLE ALEJANDRA RODRIGUEZ			No asistio
1033108824	HELEN SOFIA ROJAS			Asistio
1028497230	DANIEL ESTEBAN ROMAN			Asistio
1028842381	CRISTIAN JAVIER ROMERO			No asistio
1206213284	MAICOL STEBAN RUIZ			No asistio
1024499830	JUAN CAMILO RUIZ			Asistio
1016058504	ALECK SEBASTIAN SANCHEZ			Asistio
1030629150	NICOLAS SNAIDER SIERRA			Asistio
1141720292	DAVID ALEJANDRO TOVAR			No asistio
1146127107	LINDA VALENTINA URREGO			No asistio
1141325539	MANUEL ARJONA			No asistio
1012393709	DARWIN SANTIAGO CHAVES			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO
3. FECHA:	2026-06-12	4. HORA:	Viernes,14:00:00,17:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	20
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Apropiar la coordinación general y equilibrio corporal realizando tareas propias del tenis de campo por medio de ejercicios			
COGNITIVA : Reconocer la importancia de conocer las normas del tenis de campo y cómo estas pueden ser aplicadas en diferentes contextos			
PSICOSOCIAL : Promover en los estudiantes el reconocimiento de sus fortalezas, intereses y logros deportivos, favoreciendo el desarrollo de una actitud positiva hacia la práctica deportiva, el trabajo en equipo y la superación de desafíos, como factores que contribuyen a su bienestar personal y social.			
LUDICA : Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las activiades recreativas con mis compañeros.			
TEMA : IDENTIFICA CADA UNA DE LAS FASES DEL SAQUE Y LOS REALIZA EN UN SOLO MOVIMIENTO			
SUBTEMAS : Ejecuto el moviento de saque correctamente y ubico la pelota en la zona indicada.			
IMPLEMENTACION : 20 raquetas 20 pelotas 10 aros			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se esperan los NNJA participantes en el centro de interés de tenis de campo, en el escenario del parque timiza, una vez lleguen los NNJA se procederá al saludo y correspondientes llamado de asistencia, seguido de unas indicaciones generales sobre varios aspectos como; Recomendaciones nutricionales, de comportamiento, de cuidado de los escenarios entre otros. Una vez finalizada esta inducción a la clase se dará inicio con el calentamiento. Los estudiantes serán los encargados de hacer de manera auto suficiente las tres fases del calentamiento. Se conformaran grupos de entre 8 a 10 NNJA y ellos deberán hacer su calentamiento de articulaciones, luego la fase de calentamiento cardio vascular y por ultimo la fase de estiramiento. Una vez finalizado el calentamiento de articulaciones, se continuará con un calentamiento cardio vascular que les permita a los estudiantes estar mejor preparado para la parte central de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Técnica del saque por fases Los estudiantes practican el saque en tres momentos: Posición inicial y agarre de la raqueta. Lanzamiento de la pelota. Movimiento de golpeo y terminación. Se realizan varias repeticiones enfatizando la correcta postura y ejecución técnica. Lanzamiento de precisión Actividad: "Lanza y controla" Cada estudiante realiza lanzamientos de la pelota sin golpearla. Debe lograr que la pelota alcance una altura adecuada y caiga dentro de una zona marcada. Objetivo: Mejorar la precisión del lanzamiento previo al saque. Variantes: Aumentar o disminuir el tamaño de la zona objetivo. Realizar el ejercicio con desplazamiento previo. Saque hacia zonas objetivo Actividad: "Apunta al blanco" Se colocan aros, conos o zonas marcadas dentro del cuadro de servicio. Los estudiantes realizan saques intentando que la pelota caiga en las zonas señaladas. Sistema de puntuación: 3 puntos: zona central. 5 puntos: zona específica señalada por el docente. 1 punto: saque válido dentro del cuadro de servicio. TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES REY DE LA CANCHA: se conforman equipos de entre 3 y 4 NNJA, luego los equipos se distribuyen en las tres canchas de tenis del parque y jugaran al rey de la cancha, se escoge un equipo que sera el rey, los demas equipos seran los subditos y su objetivo es sacar al rey y ocupar sy logar, para eso deberan vencer al REY en un partido de tenis por equipos. el REY tendra que hacer 2 puntos para aliminar al subdito mientras que el subdito debera hacer 3 puntos para sacar al rey. TIEMPO 30 minutos			

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Se inicia con una disminución progresiva de la intensidad mediante caminata suave por la cancha, acompañada de respiraciones profundas (inhalar por la nariz y exhalar por la boca), durante 2 a 3 minutos. Posteriormente, se realizan ejercicios de estiramiento estático, manteniendo cada posición entre 10 y 15 segundos, sin rebotes y con una respiración controlada: • Cuello: inclinación lateral y hacia adelante, estirando suavemente. • Hombros y brazos: llevar un brazo extendido hacia el pecho y sostenerlo con el otro. • Tríceps: flexionar el brazo por detrás de la cabeza y presionar suavemente el codo. • Antebrazos y muñecas: extender el brazo al frente y con la otra mano llevar la palma hacia arriba y hacia abajo. • Espalda: inclinación del tronco hacia adelante intentando tocar las puntas de los pies. • Piernas (cuádriceps): llevar el talón al glúteo sosteniendo el pie. • Isquiotibiales: estirar una pierna al frente e inclinar el cuerpo hacia ella. • Pantorrillas: apoyar las manos en una pared o superficie y llevar una pierna atrás manteniendo el talón en el suelo. Para finalizar, se recomienda un breve espacio de relajación, donde los estudiantes permanezcan de pie o sentados, respirando profundamente y tomando conciencia de su cuerpo.

TIEMPO

30 minutos

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLAS DEL PROGRESO			Nombre Instructor: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO	
2. Fecha:	2026-06-12	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,14:00:00,17:00:00	6. N° de Sesion: 20	9. N° de Semana: 20	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1147488478	JUAN DAVID ACOSTA			Asistio
1012392670	JOAN STIVEN AMAYA			No asistio
5030445	YOSELIS VANESSA ANTUNEZ			Asistio
1012402154	JEFERSON DAVID ASTROZ			Asistio
1016722186	NICOLAS BERNAL			Asistio
1146128437	DAYANA SOFIA CARO			Asistio
1030618961	ANGIE KATHERIN GALINDO			No asistio
1028892687	ANDRES FELIPE GAMEZ			Asistio
1028891047	JULIETH ESTEFANY GARAVITO			Asistio
6042157	ADEIRIS VALENTINA GARRIDO			Asistio
1028843262	EILEEN SOFIA GIRALDO			Asistio
1022386716	DIEGO ALEJANDRO GOMEZ			Asistio
1028869010	ANDRES SANTIAGO GUERRERO			Asistio
1123438696	DILAN HALID GUTIERREZ			Asistio
1011216555	SAMUEL ALEJANDRO RODRIGUEZ			No asistio
1141331490	NIKOLLE ALEJANDRA RODRIGUEZ			No asistio
1033108824	HELEN SOFIA ROJAS			Asistio
1028497230	DANIEL ESTEBAN ROMAN			No asistio
1028842381	CRISTIAN JAVIER ROMERO			No asistio
1206213284	MAICOL STEBAN RUIZ			No asistio
1024499830	JUAN CAMILO RUIZ			Asistio
1016058504	ALECK SEBASTIAN SANCHEZ			Asistio
1030629150	NICOLAS SNAIDER SIERRA			No asistio
1141720292	DAVID ALEJANDRO TOVAR			No asistio
1146127107	LINDA VALENTINA URREGO			No asistio
1141325539	MANUEL ARJONA			No asistio
1012393709	DARWIN SANTIAGO CHAVES			No asistio

PROYECTO DE JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA

CENTRO DE INTERES DE TENIS DE CAMPO

FORMADOR JUNIOR: MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO

OBLIGACIONES N°2

ANEXO 2

FORMATO SEGUIMIENTO CENTROS DE INTERÉS JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2026			
CENTRO DE INTERÉS	TENIS DE CAMPO	FECHA	18 de junio del 2026
NOMBRE FORMADOR JUNIOR	MIGUEL ERNESTO NIÑO PARRADO		
FORMADOR MÁSTER			
OBJETIVO DEL PROYECTO JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA	Fortalecer y profundizar aspectos de orden psicosocial y pedagógico en el marco de la jornada única, completa y extendida de cada institución educativa distrital (IED), por medio de la práctica deportiva escolar; El cual se plantea en el Modelo pedagógico, el contenido del Plan Pedagógico, con el micro diseño por centro de interés y las 36 mallas curriculares.		
MODELO PEDAGÓGICO	Fortalecer el desarrollo de las dimensiones del desarrollo motriz, psicosocial, lúdico y cognitivo, aprendizajes esenciales y competencias del siglo XXI a través de una formación integral mediada por el deporte escolar.		
PLAN PEDAGÓGICO	Realizar procesos que aporten a la formación integral a través de la práctica deportiva para niños, niñas, adolescentes y jóvenes que involucren aspectos de orden psicosocial y ciudadano que acompañen la formación primaria, básica y media, articulados con el PEI de cada IED.		
DIMENSIONES	DESCRIPCIÓN DEL PROCESO		
PROPÓSITO DIMENSIÓN COGNITIVA	Fortalecer en los escolares la capacidad de comprender, analizar, relacionarse, entender la realidad y transformarla; permitiendo la construcción de conocimiento basado en sus experiencias de vida y cómo ésta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.		
COGNITIVA	se ha logrado evidenciar que los estudiantes de grado noveno, a través de su participación constante en las actividades deportivas escolares, han fortalecido hábitos de vida saludables que contribuyen a su bienestar físico, mental y social. La práctica deportiva les ha permitido reconocer la importancia de mantener una alimentación balanceada, una adecuada hidratación y hábitos de descanso que favorecen su rendimiento académico y deportivo. También los escolares han desarrollado una mayor conciencia sobre el cuidado de su imagen personal, la higiene y la presentación adecuada, comprendiendo que estos aspectos reflejan respeto por sí mismos y por los demás. Mediante las experiencias vividas en el deporte, han logrado analizar cómo sus decisiones diarias influyen en su salud y calidad de vida, fortaleciendo su capacidad para asumir conductas responsables y construir proyectos de vida orientados al bienestar.		
PROPÓSITO DIMENSIÓN MOTRIZ	Satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre. Propiciando el desarrollo físico y hábitos de vida saludable que necesitan los escolares para enfrentar la vida.		
MOTRIZ	Durante el desarrollo de las sesiones del centro de interés de tenis de campo con los estudiantes de ciclo IV de la IED Villas del Progreso, se ha evidenciado cómo la práctica deportiva se ha convertido en un espacio significativo para su formación integral. A través de las diferentes actividades realizadas, los estudiantes han encontrado alternativas positivas para el aprovechamiento de su tiempo libre, fortaleciendo hábitos relacionados con el cuidado de la salud física y mental. Las experiencias compartidas en entrenamientos, juegos y actividades recreativas han permitido observar avances en aspectos como la disciplina, el respeto por las normas, la responsabilidad y el trabajo en equipo. Asimismo, muchos estudiantes han demostrado una mejor disposición para la convivencia, el manejo de emociones y la resolución pacífica de situaciones que se presentan dentro y fuera del escenario deportivo.		
PROPÓSITO DIMENSIÓN LÚDICA	La posibilidad y la capacidad de goce y disfrute que se expresa en la inserción en un centro de interés que lo conecta con los otros y con el entorno, favoreciendo la construcción de su proyecto de vida desde el disfrute.		
LÚDICA	en las últimas sesiones de clase, se realizaron unos test físicos, estos test que trataban de medir las capacidades físicas de los estudiantes, despertó cierta competitividad y mejoró su motivación al momento de realizar las pruebas, por otro lado se ha observado una respuesta más positiva y participativa cuando las clases incluyen actividades recreativas y juegos adaptados al deporte. La implementación de estrategias didácticas basadas en el juego ha permitido que los estudiantes se involucren con mayor entusiasmo en el proceso de aprendizaje, generando un ambiente dinámico, motivante y de mayor interacción durante las prácticas. Por medio de ejercicios recreativos y situaciones de juego modificadas, los estudiantes han logrado acercarse de manera progresiva a los fundamentos básicos del tenis, fortaleciendo habilidades relacionadas con el manejo de la pelota, la coordinación, los desplazamientos y la ejecución de diferentes golpes. Este tipo de metodología facilita que el aprendizaje sea más práctico y comprensible, favoreciendo la confianza y la disposición de los estudiantes frente al deporte.		
PROPÓSITO DIMENSIÓN PSICOSOCIAL	Tiene como objetivo promover el desarrollo integral de los NNAJ a través de un enfoque psicosocial centrado en la ciudadanía y la convivencia, el conocimiento y ejercicio de derechos, así como el fomento del bienestar emocional y social. Se orienta hacia la formación de ciudadanos conscientes, comprometidos con el respeto a los derechos humanos y la convivencia, capaces de contribuir activamente a la construcción de una sociedad más justa, equitativa y pacífica. Por medio de la transversalización de contenidos conceptuales, que se desarrollan a través de módulos temáticos de manera anual. Este módulo se estructura por medio de capítulos que abarcan las temáticas contempladas.		

PSICOSOCIAL	El deporte permitió generar espacios de confianza y motivación donde los estudiantes pudieron expresar ideas, metas y dificultades personales, entendiendo que las decisiones que toman en el presente influyen directamente en su proyecto de vida. De igual manera, se fortaleció el sentido de pertenencia, la perseverancia y la importancia de mantener hábitos saludables y entornos positivos. Finalmente, se concluye que las prácticas deportivas y pedagógicas han contribuido significativamente al desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo cambios positivos en su comportamiento, en sus relaciones interpersonales y en la manera en que enfrentan los retos académicos, personales y sociales.
ASPECTOS SIGNIFICATIVOS	
Los NNJA de mi centro de interés pertenecen al ciclo 4 y, al integrarse a este espacio formativo, evidencian una base sólida en su proceso educativo, ya que desde el ciclo 1 han participado de manera continua en diferentes centros de interés. Esta trayectoria previa favorece significativamente la enseñanza del tenis de campo, puesto que los estudiantes ya cuentan con habilidades básicas relacionadas con la disciplina, el trabajo en equipo, la escucha activa y el seguimiento de instrucciones. Asimismo, se observa en ellos una actitud receptiva frente al aprendizaje, lo que permite avanzar de manera más fluida en el desarrollo de contenidos técnicos, tácticos y formativos propios del deporte. En este sentido, los estudiantes no solo logran apropiarse con mayor facilidad de los fundamentos del tenis, sino que también demuestran disposición para el mejoramiento continuo y la superación de retos. Por otro lado, los NNJA manifiestan un alto nivel de interés y motivación hacia la práctica del tenis de campo, especialmente cuando las actividades se desarrollan a través de juegos y dinámicas lúdicas. Este tipo de estrategias genera mayor participación, compromiso y disfrute, facilitando la comprensión de los contenidos y promoviendo un aprendizaje significativo. Además, el componente lúdico favorece la interacción social, fortalece la confianza en sí mismos y contribuye a la creación de un ambiente positivo dentro del grupo.	
ASPECTOS POR MEJORAR Y ESTRATEGIAS DE SOLUCIÓN	
Aspectos por mejorar Fortalecimiento de la comunicación y el vocabulario adecuado: Se hace necesario continuar trabajando en el manejo adecuado del lenguaje durante las sesiones deportivas, ya que algunos NNJA utilizan expresiones inadecuadas y vocabulario ofensivo de manera frecuente. Frente a esta situación, se han implementado estrategias pedagógicas y correctivas orientadas a promover el respeto, la sana convivencia y una mejor comunicación entre compañeros y docentes. Mayor compromiso y atención durante las clases: Se evidencia en algunos estudiantes, especialmente en varias niñas, el uso constante de teléfonos celulares durante las sesiones, situación que afecta la concentración, la participación y el desarrollo adecuado de las actividades. A pesar de que desde la institución se han establecido normas frente al uso de estos dispositivos, se continuará fortaleciendo el acompañamiento y control por parte de docentes e instructores para mejorar la disposición y participación activa en clase. Mejorar la asistencia y permanencia en el proceso deportivo: Después de la semana de receso se ha observado una disminución en la asistencia de varios NNJA a las sesiones deportivas. Uno de los posibles factores está relacionado con el aumento de las responsabilidades y carga académica debido al cierre del año escolar. Por ello, es importante seguir motivando a los estudiantes y generar estrategias que permitan mantener la continuidad y el compromiso con el proceso formativo y deportivo.	
NOTA: Tener en cuenta la malla curricular para poder evidenciar los avance si están acorde. INSTRUCCIONES DE DILIGENCIAMIENTO: TENER EN CUENTA MALLA CURRICULAR, PLAN PEDAGÓGICO, CICLO Y PERIODO DE FORMACIÓN	

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA
EVIDENCIAS MES ABRIL
FORMADOR MIGUEL ERNERSTO NIÑO
EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

COLEGIO	VILLAS DEL PROGRESO IED
CENTRO DE INTERES	TENIS DE CAMPO
PARQUE O ESCENARIO	TIMIZA
FECHA	10 DE ABRIL DEL 2026
TEMATICA	Estrategias para la construcción de entornos pedagógicos protectores y reflexiones sobre la motivación que fortalezcan la participación, permanencia y el desarrollo integral de los NNJA, promoviendo la construcción de vínculos seguros y el reconocimiento del centro de interés como un espacio inclusivo y transformador.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Durante las sesiones deportivas con estudiantes de grado noveno de la IED Villas del progreso, desarrollaron diferentes actividades lúdicas y pedagógicas orientadas a fortalecer la motivación, reconocer los tipos de motivación existentes y promover una participación activa dentro de las prácticas deportivas. Las actividades combinaron espacios de reflexión, charlas participativas y dinámicas recreativas que permitieron relacionar la teoría con la práctica. • Charla introductoria sobre la motivación: Se realizó un espacio de diálogo donde se explicó a los estudiantes el concepto de motivación y los principales tipos de motivación, especialmente la motivación intrínseca y extrínseca. A través de ejemplos relacionados con el deporte, la vida escolar y las metas personales, los estudiantes identificaron qué factores influyen en su participación y desempeño dentro de las actividades físicas. • Dinámica “¿Qué me motiva?” Los estudiantes participaron en una actividad grupal donde debían expresar las razones por las cuales practican deporte, estudian o participan en diferentes actividades. Posteriormente, se socializaron las respuestas y se clasificaron según el tipo de motivación, promoviendo la reflexión sobre los intereses personales y la influencia del entorno. • Circuito recreativo por estaciones: Se organizaron diferentes estaciones deportivas con retos de velocidad, coordinación, trabajo en equipo y precisión. Durante la actividad se incentivó el compañerismo, el esfuerzo y la superación

personal, reforzando la importancia de la motivación interna como elemento clave para alcanzar metas y mejorar el rendimiento.

- **Juegos cooperativos y de integración:**

A través de juegos grupales y competencias recreativas, los estudiantes debían resolver situaciones en equipo, apoyarse mutuamente y mantener una comunicación adecuada. Estas actividades permitieron fortalecer la motivación social, el liderazgo y el sentido de pertenencia dentro del grupo.

- **Reflexión y socialización final:**

Al finalizar las sesiones se realizó una charla de retroalimentación donde los estudiantes compartieron sus experiencias, emociones y aprendizajes frente a las actividades realizadas. Se destacó la importancia de mantener una motivación positiva, establecer metas personales y reconocer cómo la disciplina y la actitud influyen tanto en el deporte como en la vida cotidiana.



Conclusiones:

- Las actividades realizadas permitieron que los estudiantes comprendieran la importancia de la motivación dentro de las prácticas deportivas y su influencia en el desempeño personal y grupal.
- A través de las charlas y dinámicas lúdicas, los estudiantes lograron identificar los diferentes tipos de motivación, especialmente la motivación intrínseca y extrínseca, relacionándolas con situaciones de su vida cotidiana y escolar.
- Se evidenció una participación activa y mayor disposición durante las actividades recreativas, fortaleciendo valores como el trabajo en equipo, la disciplina, el respeto y la cooperación.
- Los espacios de reflexión favorecieron la expresión de ideas, emociones y experiencias personales, permitiendo que los estudiantes reconocieran qué factores influyen positivamente en su motivación.