

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO DE LA BICI (IED) (DE LA BICI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LAURA GERALDINE AMADO SALAS
3. FECHA:	2026-06-11	4. HORA:	Jueves,13:00:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. N° DE SESIÓN:	27
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	14
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Explorar y afianzar la postura base y el control del centro de gravedad, consolidar el equilibrio estático y dinámico, practicar caídas y levantadas seguras e iniciar desplazamientos cortos con control de peso, orientación de la mirada y ritmo para ganar seguridad y autonomía.

COGNITIVA :

Comprender conceptos básicos y el vocabulario inicial del patinaje; identificar y aplicar normas de seguridad personal (protecciones, distancia, señalización) para prevenir riesgos durante la práctica.

PSICOSOCIAL :

Construir entornos pedagógicos protectores y reflexiones sobre la motivación que fortalezcan la participación, permanencia y el desarrollo integral de los NNAJ, promoviendo la construcción de vínculos seguros y el reconocimiento del C. I. como un espacio inclusivo y transformador.

LUDICA :

Participar activamente en juegos preparatorios con y sin patines, asumiendo retos graduados, proponiendo variantes y rotando roles; cooperar y respetar reglas para disfrutar e incluir a todos.

TEMA :

Técnicas deportivas básicas

SUBTEMAS :

Recibo e interpreto correctamente las indicaciones de los movimientos a realizar, Aplico las diferentes formas de caída

IMPLEMENTACION :

Platillos, conos, aros, lazos.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Se recibe a los escolares se realiza llamado a lista. Trabajo de movilidad articular dirigido por la formadora con ayuda de los estudiantes. Activación muscular con circuito de habilidades variadas, incluyendo paso en cadena, saltos, zigzag, slalom y caídas.

TIEMPO
30 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
Espacio para colocarse patines y protecciones y para la verificación de la postura adecuada de estos. Trabajo de estabilidad en un patín, se realiza primero en grama, siguiendo indicaciones de posición corporal, inclinación tanto del cuerpo como de los patines, forma de elevación de patín (Frontal, atrás, lateral) se realiza traslado de acciones en pista. realizándose con impulso y asistido por el compañero.

TIEMPO
30 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Aceleración con detención. los estudiantes se ubican en grupos de 5 o 6, realizan una salida desde sentados o arrodillados, avanzan un tramo largo de la pista incluida la curva, y realizan una detención con caída, para luego volver al punto de arranque y repetir cambiando tanto la forma de salida como la detención (Se inicia con salida sentados de espalda y caída de tortuga, luego sentados de frente y caída de rana, luego de rodillas y caída de petición.)

TIEMPO
20 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
Espacio para quitada de patines y protecciones y organización adecuada de estas, estiramiento. Reflexión y retroalimentación de las actividades y temáticas del día, indicaciones para la siguiente clase.

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. DE LA BICI			Nombre Instructor: LAURA GERALDINE AMADO SALAS	
2. Fecha:	2026-06-11	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,13:00:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 27	9. N° de Semana: 14	
4. Grupo:	PATINAJE 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1012472275	DAIMON SMITH CAÑON			Asistio
1028845561	EMILY LUCIANA TAVERA			Asistio
1146146814	EMILY CARDENAS			Asistio
1028845426	ANTONELLA RAMIREZ			Asistio
1073530254	VALERIA ROJAS			Asistio
1012467169	THIAGO MATIAS PACHON			Asistio
1211713692	EIMY LUCIA FORERO			Asistio
1030703332	SARA TATIANA MIRANDA			Asistio
1013153855	EILEN ABRIL QUIROGA			Asistio
1012469469	EDWARD JOAQUIN SERRATO			Asistio
1024605509	SAMARA VALENTINA LINARES			Asistio
1012469698	ADHARA DIAZ			Asistio
1141362549	LUCIANA MOYANO			Asistio
1030703801	HELEN DANIELA QUITAMAURE			Asistio
1146144766	DANNA SOFIA LANCHEROS			Asistio
1146144574	MARIA VALENTINA CRISTANCHO			Asistio
1012469145	NAHIA ANTONELLA LOZANO			Asistio