

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:	2026-06-05	4. HORA:	Viernes,13:00:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. N° DE SESIÓN:	25
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	13
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Ejecutar diversos ejercicios y movimientos de naturaleza general, proyectados al patinaje, demostrando dominio de mis segmentos corporales de forma global y segmentaria.

COGNITIVA :

Reconocer la incidencia del propio estado de ánimo en el desempeño durante las actividades lúdico-deportivas, identificando cómo las emociones pueden influir positiva o negativamente en la participación, el esfuerzo y la convivencia, y buscando estrategias para regularlas de manera adecuada.

PSICOSOCIAL :

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

LUDICA :

Explorar el juego como un momento especial dentro del centro de interés, permitiendo a los escolares que participen en actividades lúdicas que estimulen la creatividad, la interacción y el disfrute, fortaleciendo al mismo tiempo habilidades motoras, emocionales y sociales.

TEMA :

Estrategias para habilidades básicas.

SUBTEMAS :

Controlo los movimientos de su cuerpo al momento de aprender una habilidad. Diseño secuencias de ejercicios para mejorar mis habilidades en el patinaje.

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 danza dirigida, enfocando en movimientos de cadera y tobillos en puntas o talones.

TIEMPO
30 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
Espacio para colocarse patines y protecciones y para la verificación de la postura adecuada de estos. Trabajo de movimiento como un animal, se realiza la imitación o similitud de movimiento al que realizaría un animal, trabajando posición corporal general, dirección de los patines, movimientos laterales tratando de controlar todo el tiempo estas posiciones posturales, primero se realiza en grama, luego se realiza la transición a pista.

TIEMPO
30 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Coreografía individual, cada estudiante prepara una secuencia de movimientos que combine una serie de 3 o 4 movimientos corporales que le hayan gustado de las actividades trabajadas hasta la fecha.

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:	2026-06-05	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 25	9. N° de Semana: 13	
4. Grupo:	PATINAJE 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1146140449	ISABELLA LOPEZ			Asistio
07446952	ROMINA VICTORIA PADRON			Asistio
1146143314	MARIA JOSE BERNAL			Asistio
1013153093	VERONICA ALEJANDRA BUITRAGO			Asistio
1146142162	DANNA IBAÑEZ			Asistio
1206221785	HELEN DAYAN LUGO			Asistio
1012464103	JUAN SEBASTIÁN ARDILA			Asistio
1141358988	ANA VICTORIA REINA			Asistio
1141360199	ANTONELLA ANAYA			Asistio
1146142937	EMILY ISABELLA CRUZ			Asistio