

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:	2026-06-10	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. N° DE SESIÓN:	26
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	14
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 :

Formas de deslizamiento

SUBTEMAS :

Exploro los diferentes movimientos que puede realizar en patines. Adapto el deslizamiento con patines o sin patines tomando elementos inestables.

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 juego de ranitas saltarinas. Se ubican aros entre superficie blanda (grama) y superficie dura (suelo). los aros van a representar nenúfares, los estudiantes se pueden desplazar entre aros saltando, cuando la profesora indica un alto, los que están en nenúfares de zona blanda, se tienen que mantener en un pie, los que están en nenúfares de zona dura tienen que realizar la posición de la rana.

TIEMPO
30 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
Espacio para colocarse patines y protecciones y para la verificación de la postura adecuada de estos. Trabajo de zapateo, inicialmente en grama, se realiza desplazamiento a máxima velocidad de un punto a otro, en el camino, se ubica un obstáculo (Lazo) para descender el centro de gravedad. Se hace en parejas o tríos, luego se realizan giros sobre el puesto, con diferentes posturas, enfatizando elevación de rodillas y posición básica.

TIEMPO
30 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Giros alrededor del aro. Se ubican aros distanciados y en cada uno se realiza una vuelta completa alrededor, se realiza uno hacia la derecha, el siguiente hacia la izquierda. se intercala realizarlo en grama y en pista.

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:	2026-06-10	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 26	9. N° de Semana: 14	
4. Grupo:	PATINAJE 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
07446952	ROMINA VICTORIA PADRON			Asistio
1206221785	HELEN DAYAN LUGO			Asistio
1012464103	JUAN SEBASTIÁN ARDILA			Asistio
1141358988	ANA VICTORIA REINA			Asistio
1220224392	SARA SALOME MURCIA			Asistio
1011249857	MAGDIEL AREVALO			Asistio
1141360199	ANTONELLA ANAYA			Asistio
1146142937	EMILY ISABELLA CRUZ			Asistio