PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA MERCED (IED) (LA MERCED)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CHERYL LYNN CONTRERAS LARA**
3. FECHA:	2020-11-25	4. HORA:	Miercoles,12:05:00,13:55:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	2	9. CICLO:	1 ,2 ,3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : PRACTICA EJERCICIOS Y MOVIMIENTOS VARIADOS DE NATURALEZA TÉCNICA ACOPLADOS AL CENTRO DE INTERÉS MANEJANDO SUS SEGMENTOS CORPORALES DE FORMA GLOBAL Y SEGMENTARIA CON EL RITMO DE URBANO.	TÉCNICAS DEL CUERPO : DESARROLLA DIVERSIDAD DE MOVIMIENTOS BÁSICOS QUE RESPONDEN A LAS NECESIDADES TÉCNICAS DE URBANO.	CONDICIÓN FÍSICA : RECONOCE EL BAILE COMO MEDIO PARA ESTIMULAR SUS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS, MANTENIENDO EL CONTROL Y RITMO DE SU CUERPO.	LÚDICA MOTRIZ : IDENTIFICA LA IMPROVISACIÓN Y CREACIÓN LÚDICA COMO HERRAMIENTAS PARA SOCIALIZAR Y DIVERTIRSE CON SUS COMPAÑEROS
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : EXPLORA TÉCNICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL, QUE LE AYUDAN A UNA MEJOR IDENTIFICACIÓN Y EXTERIORIZACIÓN DE SUS EMOCIONES.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : APLICA NORMAS DE SEGURIDAD PARA SU CUIDADO EN LA DISPOSICIÓN Y ORGANIZACIÓN DE SU ESPACIO DE CLASE EN SU HOGAR			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : RECONOCE LA PRÁCTICA DEPORTIVA COMO UN MEDIO PARA EL DESARROLLO DE VALORES.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : DEMUESTRA RESPETO E INCLUSIÓN A SUS COMPAÑERAS DE GRUPO A TRAVÉS DE SU ESTADO DE ÁNIMO POSITIVO Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES			
TEMA : IDRD DANCE CAMP - RITMO URBANO			
SUBTEMAS : ENSEÑANZA DE ELEMENTOS BÁSICOS DE URBANO, ACTIVIDAD DE EXPLORACIÓN Y CREACIÓN DE SECUENCIAS DE BAILE BÁSICAS.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	SALUDO, EXPLICACIÓN DE DERECHOS FUNDAMENTALES DE NNAJ MIENTRAS LAS ESTUDIANTES SE VAN DISPONIENDO, SOCIALIZACIÓN DEL OBJETIVO DE LA SESIÓN, EXPLICACIÓN TEÓRICO-PRÁCTICA DE CONTEO MUSICAL EN COMPÁS, OCTAVAS Y MEDIO BLOQUE / COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONAL Y CIUDADANA DEL RESPETO Y LA AMISTAD SE DESARROLLARÁN TRANSVERSALMENTE DURANTE LA SESIÓN. / REALIZACIÓN DEL CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECIFICO.	INTERNET, DISPOSITIVOS. ESPACIO FÍSICO ADECUADO.	30
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	SE EXPLICAN PASOS BASICOS DE URBANO PARA MAYOR DESARROLLO DE SU CAPACIDAD DE CORDINACION, DIFERENCIACION SEGMENTARIA Y DISOCIACION, TENSÓN-CONTRACCIÓN - TODO DENTRO DE LOS CONCEPTOS DE SIMETRIA MUSICAL. SE INICIARÁ EL MONTAJE DE UNA COREOGRAFÍA BÁSICA DE CHAMPETA QUE PERMITA AFIANZAR ESTOS CONCEPTOS - SE REALIZARÁ UNA COMPETENCIA LÚDICA PARA APLICAR VALORES DE RESPETO Y AMISTAD.	ESPACIO FÍSICO ADECUADO / HIDRATACIÓN / UNIFORME DE CLASE PARA PRÁCTICA FÍSICA	60

FASE FINAL : (CIERRE)	SE INICIA VUELTA A LA CALMA, SE ENTREGA CANCIÓN DE ESTUDIO Y SE SOLICITA TERMINAR SU CREACIÓN COREOGRÁFICA PARA EXPONERLA EN LA ULTIMA SESIÓN DEL "IDRD DANCE CAMP", SE REFUERZA LA IMPORTANCIA DE LOS VALORES DE LA AMISTAD Y EL RESPETO PARA CUMPLIR METAS COLECTIVAS / SE DESPIDE LA CLASE	ESPACIO FÍSICO ADECUADO /COLCHONETA o TAPETE o COBIJA /ELEMENTOS PARA TOMAR NOTAS DECLASE	30
OBSERVACIONES			