PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (VILLAS DEL PROGRESO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2021-02-25	4. HORA:	Jueves,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	0 ,1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Controla voluntariamente los diferentes movimientos corporales en el plano frontal a nivel global y segmentario.

COGNITIVA :
Explora y reconoce las habilidades basicas de movimiento por medio de juegos.

PSICOSOCIAL :
Enfatiza la importancia de los derechos fundamentales: Derecho a la vida, recreación y el deporte, identidad, libre expresión y participación., fomentando los valores mediante la participación de juegos y actividades físicas deportivas que les permitan la integración grupal.

LUDICA :
Explora y participa en los juegos respetando los roles, la individualidad y el género.

TEMA :
Esquema corporal

SUBTEMAS :
"Plano frontal del cuerpo humano Ludico Biosicosocial "

IMPLEMENTACION :
1 Cinta de en mascarar; 1 caja pequeña; 1 balon o Cojin o Almohada; 1 color o lapiz; 6 hojas o marcadas o con dibujo de un animal y 1 botella.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"1. Formación y llamado a lista. 2. objetivos de la clase. 3. calentamiento cardiovascular. Juego Patos al agua: Cuando el formdor diga: ""Patos al agua"". todos los ñosdeben dar un salto y quedar dentro de la supuesta laguna. Cuando la orden sea: ""Patos a tierra"", se da el salto hacia atrás. Pero si estando en tierra se da la orden de saltar a tierra, quien salte, queda eliminado del juego, Cuando se ordena: ""Patos a la orilla"", todos deben colocarse sobre la raya de la laguna. Juego la caja magica: Utiliza una caja pequeña y enumere sus lados del 1 al 6. El formador dice a qué equivale cada numero. Ejemplo: 1 reír; 2 correr; 3 llorar; 4 saltar; 5 silbar; 6 posicion estatua. Se toma la caja y se lanza a rodar y al detenerse todos deben hacer lo que indique, según el numero."

TIEMPO
20 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
"1. Pasa el balón I: Se debe dividir al grupo en dos filas. El primero de cada fila toma un balón y lo pasa al compañero de atrás. Para hacer esto, los participantes pueden estirar los brazos y pasar la pelota por encima de sus cabezas, por debajo de sus piernas. El grupo que logre hacer llegar la pelota hasta el final, será el equipo ganador. 2. Pase el balón II: Se debe dividir al grupo en dos hileras. los niños se irán pasando una pelota, por ejemplo una fitball o cojin o almohada. Lo harán inclinando el tronco de lado (flexion lateral del tronco) y sin despegar los pies del suelo. 3. Pase el color: Se debe dividir al grupo en dos hileras descalzos. El primero de cada grupo con el pie derecho tomará un lapiz y lo pasará al compañero de al lado. Para hacer esto el participante realiza abduccion de la pierna derecha para tomar el lapiz con el pie y pasarlo al compañero que tambien debe reaizar el mismo moviento hasta llegar al ultimo compañero y devuelve el lapiz con el pie izquierdo. Gana quien lo realice en el menor tiempo posible. 4. Juegos de Imitacion la ruleta de animales: Ubica las 6 hojas de los animales (cangrejo, serpiente, araña, canguro, conejo, ranita) en forma circular luego ubica la botellita en el centro. Hace girar la botellita y hacia adonde apunta el pico es el animal que tienes que realizar. "

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
" Las letras y los números: Este juego consiste en hacer la representación de los números o las letras con nuestro cuerpo. Es todo un reto, ¡pero es muy divertido! Incluso, si formamos equipos de varios niños, podemos animarles a formar palabras completas."

TIEMPO
20 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Vuelta a la calma: 1) Fichas sobre el derecho al deporte. 2) Ejercicios de respiracion torácica y abdominal. 3)Retroalimentacion."

TIEMPO
20 min

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria