PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DAVID MORA HORTUA**
3. FECHA:	2021-03-23	4. HORA:	Martes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	3	9. CICLO:	1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
desarrolla mu?ltiples posibilidades de exploracio?n y experiencia socio-motriz, que permitan la configuracio?n de destrezas y mejora de habilidades propias

COGNITIVA :
Crea y desarrolla parte de la cultura ciudadana a trave?s de los juegos tradicionales .

PSICOSOCIAL :
dentifica actitudes de respeto y excelencia a trave?s de actividades lu?dico-deportivas como un instrumento de sana convivencia e interes en la sesion de clase, partiendo desede dimension psicosocial el niño y la niña como sujeto derecho

LUDICA :
Utiliza sus capacidades fi?sicas, habilidades motrices y el conocimiento del cuerpo para adaptar el movimiento a cada situacio?n motriz, realiza las actividades de forma dina?mica motivando la participacio?n y el esfuerzo fisico

TEMA :
actividad fisica en formas jugas

SUBTEMAS :
habilidades basicas

IMPLEMENTACION :
compan?i?a y un espacio adecuado

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
se realiza movilidad articular seguido de calentamiento en forma jugada por medio de actividad con baile

TIEMPO
30 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
se juega toca rodillas, toca hombros y toca espalda, se hace una actividad con un palo de la escoba donde, hacemos trabajos dirigidos de hombro

TIEMPO
60 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
con un palo de escoba tratamos de hacer una abdominal sin tocar la espalda ni los pies en el piso.

TIEMPO
5 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
vuelta a la calma y elongacion pasiva

TIEMPO
25 minutos