

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ (IED) (CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	MAURICIO REINA CELI
3. FECHA:	2021-03-17	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. N° DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrolla la coordinación óculo-manual a partir de sus posibilidades y limitaciones de movimiento por medio de ejercicios con diferentes objetos.			
COGNITIVA : Analiza los ejercicios y a traves de esto crea la mejor estrategia para poder realizar cada uno de ellos.			
PSICOSOCIAL : Reconoce que cada persona tiene el derecho a la identidad iniciando por su nombre.			
LUDICA : Decide las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones de las actividades de la clase.			
TEMA : Coordinación, Ritmo, Agilidad (Rítmica)			
SUBTEMAS : Salto, lanzamiento, recepción, giros, rodamientos del aro, manejando espacio, tiempo y desplazamientos			
IMPLEMENTACION : Peluches o zapatos - pelotas o bolitas de media - aro			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES "1. Bienvenida y tiempo de espera de conexión. 2. Actividad de derechos: Identidad (Nombre y sobrenombres) conversar de como les gusta que los llamen y como no - anécdotas en vida escolar. 3. Explicación del objetivo de la clase. 4. Movilidad articular: se realiza 10 movimientos con cada una de las articulaciones del cuerpo. 5. Activación: Tabata = jumping jack - skipping - mountain climbers -bird dogs. 6. Estiramiento: Se realiza estiramiento específico de tren superior e inferior." TIEMPO 45 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES 1. Se ubica una fila de obstáculos (peluches - zapatos) y se realizan diferentes 2 desplazamientos de cada ejercicio: trotar adelante, trotar atrás, trotar de lado, zigzag, salto pie junto, saltar abriendo y cerrando piernas, caballito, salto a un pie, conejito, arañita, elefante, caminata de oso. 2. Se realizan ejercicios manipulando objetos (pelotas o bolitas de media - aro): rodar aro con la mano, lanzar el aro rodando hacia adelante, girar el aro en el piso, lanzar y atrapar, lanzar y aplaudir (1, 2, 3, ... veces), lanzar y aplaudir debajo de las piernas, lanzar y tocar cabeza; cabeza hombros; cabeza, hombros, cintura; cabeza hombros, cintura, rodillas; cabeza, hombros, cintura, rodillas y pies, lanzar y sentarse antes de que caiga. TIEMPO 50 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Saltar el aro girando como si fuera un lazo, si ya lo hace debe hacer la mayor cantidad de saltos. TIEMPO 10 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES 1. Vuelta a la calma: Se realiza estiramiento general de tren superior e inferior. 2. Se realiza retroalimentación de la clase: ¿Qué fue lo que más me gustó? ¿Qué fue lo más difícil? ¿Cómo solucione las dificultades que se presentaron? 3. Despedida e indicaciones para la siguiente clase." TIEMPO 15 Minutos			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: MAURICIO REINA CELI	
2. Fecha:	2021-03-17	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 4	
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1074557493	KEVIN NICOLAS AGUILAR			Asistio
1023384864	MARIA PAULA AGUILERA			Asistio
1146125817	JONATHAN DAVID BASTIDAS			Asistio
1023909424	SARAH STEFANY BLANCO			Asistio
1023386711	DAYANA VALENTINA BUITRAGO			Asistio
1028868399	ANDERSON CAMACHO			Asistio
1141322776	JOSE DAVID GONZALEZ			Asistio
1028864926	KAROL JULIETH GUERRERO			Asistio
1011103802	LUNA SHAEL LAGUNA			Asistio
2504343	DANILO ALEXANDER LANOY			Asistio
1141119936	HEVER SANTIAGO LEAL			Asistio
1029147345	SOFIA VALENTINA MORENO			Asistio
1025543226	TANYA MICHEL OSMA			Asistio
1141328199	KALEB SANTIAGO QUIÑONES			Asistio
1023388868	BRUCE RAMIREZ			Asistio
1141326553	DYLAN SEBASTIAN ROBAYO			Asistio
1014862942	HAROLD DIOMEDES AGUIAR			Asistio
1016835149	SHARON CAMILA QUIMBAYA			Asistio
1032942484	ANDRES JERONIMO ROA			Asistio