PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO (IED) (SEDE C)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JONATHAN URIEL LUNA PARRA**
3. FECHA:	2021-03-03	4. HORA:	Miercoles,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
DESARROLLAR LA FUERZA RÁPIDA EN EL TREN INFERIOR

COGNITIVA :
RELACIONAR LA MOTRICIDAD GRUESA PRECISA PARA EL GESTO MOTOR DEL PASE DE PRIMERA INTENCIÓN

PSICOSOCIAL :
MOTIVAR POR EL RESPETO POR EL COMPAÑERO Y POR UNO MISMO DESDE EL JUEGO

LUDICA :
DESARROLLAR LA FUERZA DESDE LOS JUEGOS DE MINI DEPORTES DEL TENIS.

TEMA :
FUERZA RÁPIDA.

SUBTEMAS :
VELOCIDAD DE REACCIÓN.

IMPLEMENTACION :
LAZOS, CUERDAS, CINTA, LÁPIZ, 4 OBJETOS CASEROS DE 4 COLORES, PELOTA

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"ACOMPAÑAMIENTO Y BIENVENIDA DE LOS NIÑOS DESDE LA LLEGADA HASTA EL INICIO DE LA CLASE FORMACIÓN Y LLAMADO A LISTA, OBJETIVO EDUCATIVO, OBJETIVO FORMATIVO Y OBJETIVO DESARROLLO MOTRIZ CALENTAMIENTO GENERAL- MOVILIDAD ARTICULAR"

TIEMPO
Tiempo total 20 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Los niños serán divididos en tres filas donde se les dispondrán una series de obstáculos donde ellos podrán desarrollar su fuerza rápida- Saltos y multisaltos con la combinación de diferentes golpes de piso básicos. El formador cambiará lo más rapido posible las direcciones y tipos de golpes para que el alumno se adapte y realice los recorridos.

TIEMPO
"Tiempo total 50 minutos Medidas antropométricas (Circunferencias y talla) 60 min"

RETO :
ACTIVIDADES
A una distancia de 1 metro de la pared debe sostener una pelota golpeándola con la mano abierta (palma de las manos) sin dejarla caer.

TIEMPO
Tiempo total 30 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
"Realizamos estiramientos de cada uno de los grupos musculares trabajados en la sesión de clase de cabeza a pies, dichos ejercicios son desarrollados por los mismos alumnos del colegio que previamente se les ha explicado y enseñado. En el circulo central de la cancha se sienta el grupo y se genera el espacio para hablar de los valores aprendidos, aspectos de la clase trabajados y temas futuros a tener en cuenta para las siguientes sesiones"

TIEMPO
Tiempo total 20 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SEDE C			Nombre Instructor: JONATHAN URIEL LUNA PARRA	
2. Fecha:	2021-03-03	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1111043712	LAURA KARINA LOZANO	Asistio
1141518530	JOJHANN ALEXIS MARTINEZ	Asistio
1080052564	SARA VALENTINA POLO	Asistio
1104261338	DAYANNA SUAREZ	Asistio
1013126361	ASHLEY XIOMARA SANCHEZ	Asistio
1031810590	DANIEL ARTURO BARRERA	Asistio
1028840885	JAZMIN LILIANA FAJARDO	Asistio
1028882299	BRYAN ALEXANDER SALCEDO	Asistio
1011101011	DANIELA BARRERA	Asistio
1022961509	MIGUEL ANGEL ROMERO	Asistio
1028884495	NICOLLE ROCIO SANCHEZ	Asistio
1030586421	JUAN SEBASTIAN PAEZ	Asistio
1023893695	MARIA FERNANDA BENAVIDES	Asistio
1023892489	JESUS DAVID GARCIA	Asistio
1033727263	KAROL VANESA GARCIA	Asistio
1141321131	JUAN CAMILO LOPEZ	Asistio