

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (LAUREANO GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JUAN CARLOS MENA OBREGON
3. FECHA:	2021-04-07	4. HORA:	Miercoles,08:30:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Vivencia múltiple formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.			
COGNITIVA : Identifica sus emociones negativas durante la clase (temor, rabia, entre otras).			
PSICOSOCIAL : Reconoce el valor de las normas y acuerdos para el desarrollo de las clases.			
LUDICA : Vivencia la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.			
TEMA : Propiocepcion, coordinación básica			
SUBTEMAS : Propiocepcion y coordinacion con y sin elemento			
IMPLEMENTACION : un palo de escoba (baston)-un balon o pelota-2 pares de zapatos dos pares de medias y un balon e hidratacion)			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo inicial, calentamiento (movilidad articular -estiramiento - actividad lúdica) ejercicios de movilidad utilizando como elemento el bastos o palo de escoba apoyándolo en diferentes superficies del cuerpo (pecho y espalda) TIEMPO 20 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Propiocepcion 1 (ubicamos los dos pares de media en el piso y apoyados en un solo pie intentaremos recoger una po una sin apoyar el segundo pie) 2 (ubicamos en la piso una linea con las medias y realizaremos saltos laterales con uno y dos apoyos de un lado a otro) Coordinación 1 (realizaremos una línea prolongada con los dos pares de zapatos y a continuación vamos a hacer desplazamientos "de frente y de lateralidad) 2 (con la linea que hicimos con los zapatos y utilizando como elemento principal el balon nos desplazaremos haciendo zig-zag de una forma continua? TIEMPO 80min			
RETO : ACTIVIDADES Abriremos la piernas a la altura de mis hombros y ubicamos el balón en la mitad e intentaremos realizar 20 toques de balón continuo utilizando como superficie el borde interno de mis pies. TIEMPO 10 min			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Estiramiento, hidratación y retroalimentación TIEMPO 10 min			

ASISTENCIA
PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: JUAN CARLOS MENA OBREGON	
2. Fecha:	2021-04-07	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,08:30:00,10:00:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1052406100	JOHANN SEBASTIAN BERNAL			Asistio
1032944064	DAVID FELIPE BEJARANO			Asistio

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria