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:	2021-04-19	4. HORA:	Lunes,08:30:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	2	9. CICLO:	1 ,2

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Participo en los juegos individua- les y colectivos propuestos en la clase.

COGNITIVA :
Expreso sentimientos y emociones de diferentes maneras.

PSICOSOCIAL :
Sigo las normas básicas para desarrollar las actividades del centro de interés de forma segura.

LUDICA :
Manifiesta gusto por la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.

TEMA :
Coordinación, y velocidad

SUBTEMAS :
coordinacion visopedica -visomanual

IMPLEMENTACION :
Rollos de papel higiénico, dos palos de escoba un balón y una botella llena de agua de litro y medio preferiblemente e hidratacion

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo inicial, llamado a lista, actividad lúdica (video explicativo) https://youtu.be/64iGmF1zejw

TIEMPO
20min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Utilizando 4 rollos de papel higiénico y el palo de escoba, competiremos introduciendo los tres rollos de papel por sus orificios en el palo de escoba y sacándolos y dejándolos en el mismo orden orden.. Ubicamos los rollos dos a cada lado, para hacer una valla poniendo el palo de escoba en la parte superior realizamos saltos por 30 segundos Dominio de balon.

TIEMPO
80min

RETO :
ACTIVIDADES
Ubicar una valla con dos rollos de papel a cada lado y el palo de escoba en la parte superior y ubicamos la botella llena de agua a dos metros. El reto consiste en pasar por debajo de la valla levantarse y golpear el balon intentando tumbar la botella

TIEMPO
10min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento, hidratación y retroalimentacion

TIEMPO
10min