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:	2021-04-13	4. HORA:	Martes,08:30:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Afianza diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.

COGNITIVA :
Respeta las normas y acuerdos para mejorar el trabajo en clase.

PSICOSOCIAL :
Maneja sus emociones durante la clase para lograr una participación activa.

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 :
SALTAVILIDAD,COORDINACION

SUBTEMAS :
FUERZA Y CORDINACION

IMPLEMENTACION :
ZAPATOS,PALOS DE ESCOBA,BALON,BOTELLA DE PLASTICO,ZAPATOS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
SALUDO INICIAL,CALENTAMIENTO,ESTIRAMIENTO.

TIEMPO
20MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
UBICAMOS DOS ZAPATOS DEBIDAMENTE SEPARADOS Y UBICAMOS ENCIMA DE ELLOS UN PALO DE ESCOBA Y REALIZAREMOS SALTOS CON DIFERENTES APOYOS,10 REPETICIONES POR CADA EJERCICIO. UBICAMOS DOS UBSTACULOS O VALLAS CON LOS ZAPATOS Y EL PALOS DE ESCOBA Y REALIZAREMOS DOS SALTOS SEGUIDOS. COMBINAMOS LOS SALTOS UBICANDO A DOS METROS LA BOTELLA Y DESPUES DE REALIZAR LOS SALTOS CON EL BALOS HACEMOS CONDUCCION HASTA LA BOTELLA-10 REPETICIONES POR CADA EJERCICIO.

TIEMPO
80MIN

RETO :
ACTIVIDADES
REALIZAR LOS SALTOS CON EL BALON O LA PELOTA CON EL BALON ENTRE LOS PIES.

TIEMPO
10MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
ESTIRAMIENTO,RETROALIMENTACION E HIDRATACION

TIEMPO
10MIN

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: JUAN CARLOS MENA OBREGON	
2. Fecha:	2021-04-13	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,08:30:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1118197731	JUAN DAVID RAMIREZ	Asistio
1141720774	JESUS SANTIAGO ROJAS	Asistio
1044332121	JOSE CARLOS MARENCO	Asistio
1014881322	CARLOS ANDRES LOPEZ	Asistio
1141125883	GABRIEL MONROY	Asistio
1206213973	LAYONEL JOSE PEÑA	Asistio
1031822957	MARIA JOSE DEPABLOS	Asistio
1023393201	JOHAN ALEXANDER ROA	Asistio
1145225943	CARLOS SANTIAGO MARTINEZ	Asistio
1201463300	ALEJANDRO GOMEZ	Asistio
1145226069	JERONIMO BARBOSA	Asistio
N37664509041	SEBASTIAN ERNESTO SOLORZANO	Asistio