

**PLAN DE CLASE**  
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

|                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. IED: COLEGIO JUAN LOZANO Y LOZANO (IED) (JUAN LOZANO Y LOZANO)                                                                                                                    |                                                                                                                                                                        | 2. NOMBRE INSTRUCTOR:                                                                                                         | <b>DAVID LOPEZ VELANDIA</b>                                                                      |
| 3. FECHA:                                                                                                                                                                            | 2019-11-15                                                                                                                                                             | 4. HORA:                                                                                                                      | Viernes,12:30:00,14:30:00                                                                        |
| 5. CENTRO INTERÉS:                                                                                                                                                                   | FUTSAL                                                                                                                                                                 | 6. N° DE SESIÓN:                                                                                                              | 48                                                                                               |
| 7. LOCALIDAD:                                                                                                                                                                        | Suba                                                                                                                                                                   | 8. N° DE SEMANA:                                                                                                              | 28                                                                                               |
| 8. ZONA:                                                                                                                                                                             | 1                                                                                                                                                                      | 9. CICLO:                                                                                                                     | 1 ,2 ,3                                                                                          |
| <b>COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE</b>                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>MOTRIZ</b>                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| DESARROLLO MOTOR :<br>Combina diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés                                                                              | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza                                  | CONDICIÓN FÍSICA :<br>Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria | LÚDICA MOTRIZ :<br>Comprende sus posibilidades de expresión empática con los compañeros de grupo |
| <b>EXPRESIVA CORPORAL</b>                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>AXIOLOGICA CORPORAL</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren de un buen ajuste postural                                                                          |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>COMPETENCIA 2. CIUDADANAS</b>                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>INTEGRADORA</b>                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Evidencia a través de las actividades planteadas el uso de mecanismos que promuevan la igualdad y el respeto por la diversidad     |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES</b>                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>INTERPERSONAL</b>                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Ejercita habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>TEMA :</b><br>Mini torneo intro grupo, buscando la participación de todos los escolares                                                                                           |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>SUBTEMAS :</b><br>Reglas de juego, trabajo en equipo, fundamentos técnicos y tácticos entrenados durante el año escolar.                                                          |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                               |                                                                                                  |
| <b>FASE</b>                                                                                                                                                                          | <b>ACTIVIDADES</b>                                                                                                                                                     | <b>RECURSOS</b>                                                                                                               | <b>TIEMPO (MIN)</b>                                                                              |
| FASE INICIAL : (APERTURA)                                                                                                                                                            | 1. Saludo de bienvenida, presentación, llamado a lista, explicación de la dinámica del troneo. 2. Movimientos articulares, desplazamientos individuales sin balón.     | Ninguno                                                                                                                       | 20 minutos                                                                                       |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO)                                                                                                                                                          | 1. Continúan los equipos organizados como en la sesión anterior, se juega tercera fecha. 2. Final del torneo, tercera fecha, se suman los puntos de las fechas pasadas | Balón                                                                                                                         | 90 minutos                                                                                       |
| FASE FINAL : (CIERRE)                                                                                                                                                                | 1. Movilidad articular con desplazamientos, movilidad activa. 2. Consideraciones y comentarios acerca de la enseñanza del mini torneo                                  | Ninguno                                                                                                                       | 10 minutos                                                                                       |

OBSERVACIONES