

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. IED: COLEGIO DELIA ZAPATA OLIVELLA (IED) (DELIA ZAPATA OLIVELLA)                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2. NOMBRE INSTRUCTOR:                                                                                                                                   | Andres Felipe Avellaneda Castro                                                                          |
| 3. FECHA:                                                                                                                                                                                                                   | 2019-10-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 4. HORA:                                                                                                                                                | Miercoles,11:30:00,13:30:00                                                                              |
| 5. CENTRO INTERÉS:                                                                                                                                                                                                          | TENIS DE CAMPO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 6. N° DE SESIÓN:                                                                                                                                        | 44                                                                                                       |
| 7. LOCALIDAD:                                                                                                                                                                                                               | Suba                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 8. N° DE SEMANA:                                                                                                                                        | 25                                                                                                       |
| 8. ZONA:                                                                                                                                                                                                                    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 9. CICLO:                                                                                                                                               | 1                                                                                                        |
| COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| MOTRIZ                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| DESARROLLO MOTOR :<br>Identifica que al momento de realizar actividad fisica el cuerpo tiene un cambio en comparacion a su estado normal, ya sea por ka practica deportivo.                                                 | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>Fortalece los movimientos basicos en tenis de campo que son el lanzamiento y el golpe con y sin obejtos utilizados en este deporte..                                                                                                                                                                                                                                             | CONDICIÓN FÍSICA :<br>Entiende que cuando realiza actividad fisica o juega, el cuerpo cambia por ende necesita hidratarse y descansar para recuperarse. | LÚDICA MOTRIZ :<br>Desarrolla atraccion por el tenis de campo tanto en la ludica como el juego en accion |
| EXPRESIVA CORPORAL                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Reconoce diferentes estados de animo cuando juega ya que aveces gana y en otras pierde.                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| AXIOLOGICA CORPORAL                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Observa que tiene talentos ocultos muy buenos al llevar a cabo actividades de tenis de campo que el estudiante no conocia.                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| COMPETENCIA 2. CIUDADANAS                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| INTEGRADORA                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Domina la igualdad que deben tener entre todos los compañeros aunque piensen o se comporten de forma diferente,asi lleba a cabo un excelente trabajo en equipo con ellos. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| INTERPERSONAL                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Utiliza la amistad como punto clave para denevolverse mejor en las actividades propuestas en la clase y asi mejorar sus relaciones interpersonales.                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| TEMA :<br>Control de raqueta y manejo para realizar golpe de pelota.                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| SUBTEMAS :<br>Ejercicios de repetición en fuerza y agilidad                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                          |
| FASE                                                                                                                                                                                                                        | ACTIVIDADES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | RECURSOS                                                                                                                                                | TIEMPO (MIN)                                                                                             |
| FASE INICIAL : (APERTURA)                                                                                                                                                                                                   | Jugaremos congelados con la pelota de tenis esta deberá ser lanzada por un estudiante hasta lograr que todo quede congelados.                                                                                                                                                                                                                                                                             | Pelota de tenis.                                                                                                                                        | 20 minutos                                                                                               |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO)                                                                                                                                                                                                 | Se realiza un trabajo de si a donde ellos llevarán su raqueta, por consiguiente llegarán a la mala el docente lanzará la pelota al aire esta rebotar a en el piso y hay será golpeada por el estudiante buscando que llegue al otro lado de la cancha y no salga de esta, para motivar cada que está entre en parte válida se le dará punto a cada uno con el fin de que ganara el que más punto realice. | Pelotas Raquetas Cancha de tenis                                                                                                                        | 50 minutos                                                                                               |
| FASE FINAL : (CIERRE)                                                                                                                                                                                                       | Tres tiempos de respiración y estiramiento en todo el cuerpo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Hidratacion                                                                                                                                             | 20 minutos                                                                                               |

**OBSERVACIONES**

Llevar a cabo la clase sin novedades en el parque fontanar.

ASISTENCIA  
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|                          |                             |                                     |                                                    |                       |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
| 1. DELIA ZAPATA OLIVELLA |                             |                                     | Nombre Instructor: Andres Felipe Avellaneda Castro | 11. OBJETIVO DE CLASE |
| 2. Fecha:                | 2019-10-02                  | 5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO | 8. Localidad: Suba                                 |                       |
| 3. Hora:                 | Miercoles,11:30:00,13:30:00 | 6. N° de Sesion: 44                 | 9. N° de Semana: 25                                |                       |
| 4. Grupo:                | TENIS DE CAMPO 1            |                                     | 10. Edades:                                        |                       |
| TI                       | NOMBRE                      |                                     |                                                    | ASISTENCIA            |
| 1031828966               | MARTIN SAMUEL GUTIERREZ     |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1031825977               | JUAN SEBASTIAN MARTINEZ     |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1028947383               | JUAN ESTEBAN MONROY         |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1031828080               | JULIO ANDRES PARDO          |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1028722161               | DIEGO ARMANDO AREVALO       |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1028947607               | JUAN PABLO BURGOS           |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1019155228               | JOSE ALEJANDRO CARRERO      |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1023392597               | SEBASTIAN CASALLAS          |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1146685058               | ALEJANDRO CASTAÑEDA         |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1013011136               | NICOLAS CHAPARRO            |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1014878343               | MICHAEL FELIPE CHIRIVI      |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1013272167               | JUAN ESTEBAN DIAZ           |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1062973515               | MATIAS GALEANO              |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1028497595               | XAVI GALVIS                 |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1031822867               | JUAN PABLO GONZALEZ         |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1030635506               | OSCAR DUVAN GUARIN          |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1028948248               | JUAN DAVID QUITIAN          |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1032943742               | YOSEPT DAVID RODRIGUEZ      |                                     |                                                    | Asistio               |
| 1019079197               | JHOJAN SANTIAGO TOCACHON    |                                     |                                                    | Asistio               |