

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:	2019-09-26	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. N° DE SESIÓN:	45
7. LOCALIDAD:	Suba	8. N° DE SEMANA:	25
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : Reconoce la importancia del desarrollo de las habilidades coordinativas para los diferentes contextos de su vida y el buen desenvolvimiento en el centro de interes.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Ejecuta secuencias de repetición en gestos técnicos: golpes a la red, medio y fondo de pista realizando el ciclo de movimiento	CONDICIÓN FÍSICA : Reconoce la importancia de regular el ritmo respiratorio en la ejecución de las actividades físico - deportivas.	LÚDICA MOTRIZ : Participa con agrado en trabajos de circuitos para mejorar sus cualidades físicas.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Identifica la movilidad de la columna vertebral en posiciones de pies, sentado, en decúbito y en posición invertida.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Diferencia la relajación de la tensión en los músculos de su propio cuerpo.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Fortalece 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 : refuerza la amistad como punto clave para denevolverse mejor en las actividades propuestas en la clase y asi mejorar sus relaciones interpersonales.			
TEMA : Trabajo de 2 golpes alternados.			
SUBTEMAS : Golpes de drive y revés			
FASE	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO (MIN)
FASE INICIAL : (APERTURA)	Jugaremos ponchadoa con la raqueta dando el golpe en el tren inferior el que quede pinchando después de cierto determinado tiempo tendrá una penitencia.	Pelotas Raquetas	20 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Juego de relevos consiste en equipos de 3, uno la lanza en golpe de drive a un lado de la cancha el otro responde en Reve el otro en drive rotativo cuando la golpeó cambió de lado de la cancha y de golpe logrando lo hacer 20 veces	Pelotas Raquetas	50 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Trabajo de respiración en 3 tiempos y estiramiento tren superior.	Hidratacion	20 minutos

OBSERVACIONES

Llevar a cabo sin novedades en el parque fontana del río.

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. DELIA ZAPATA OLIVELLA			Nombre Instructor: Andres Felipe Avellaneda Castro	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-09-26	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 45	9. N° de Semana: 25	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1014864609	JUAN FERNANDO GONZALEZ			Asistio
1121533999	SNAKE YESITH GUERRA			Asistio
1016952531	JOSE EDUARDO GUERRERO			Asistio
1014862676	ANGIE PAOLA LABRADOR			Asistio
1084332510	JHEIMY YUSNEIDY LOPEZ			Asistio
1147484159	JUAN SEBASTIAN LOZANO			Asistio
1031651571	kevin danilo lozano			Asistio
1028401509	CRISTIAN ALEXANDER OLIVEROS			Asistio
1117021079	EMMANUEL OSORIO			Asistio
1019603315	STEVEN POVEDA			Asistio
1011100076	VANESSA RAYO			Asistio
1019035670	JULIAN DAVID ROJAS			Asistio
1106632991	ANDRES RICARDO TORRES			Asistio
1031650329	JEISON DAVID TORRES			Asistio