PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS (IED) (NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DUBEIMAR MARTINEZ MARTINEZ**
3. FECHA:	2019-10-15	4. HORA:	Martes,06:30:00,08:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	47
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	24
8. ZONA:	6	9. CICLO:	2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo	CONDICIÓN FÍSICA : Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.	LÚDICA MOTRIZ : Reconozco a mis compañeros como constructores del juego.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Explora algunas técnicas de expresión corporal trabajadas en la sesion de clase, que ayudan a una mejor exteriorización de las emociones en situaciones de jugo y competencia.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Reconozco la importancia que tienen las normas para lograr el desarrollo de actividades.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Reconozco que la disculpa y el perdón son acciones que permiten una mejor relación con el otro.			
TEMA : Coordinación básica, general			
SUBTEMAS : Equilibrio, ritmo, orientación, diferenciación Diferenciación motriz Estructuración espaciotemporal			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Formacion Inicial para saludo y conceptos previos.] Juego de activacion: La toco y me voy: por parejas enfrentados deben tocar la rodilla del otro y salir corriendo a la pared que esta a su espalda para validar el punto, en caso de ser tocado antes por su compañero el punto quedara anulado.	Cancha deportiva, conos	30 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	] Por filas ejecutar desplazamiento lineal y movilidad articular de tren inferior orientado a la ejecucion de pateo continuo en salto.] por grupos de 4 personas realizar carrera de relevos usando tecnica continua de pateo en salto frontal o circular.] a la paleta ejecutar tecnicas dobles en salto.]Por grupos realizar tecnicas de defensa y ataque con direccionalidad libre.] Por parejas realizar secuencia de defensa y ataque en diversas direcciones con minimo 16 movimientos.	12 Paletas, 4 Paos	75 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Cancha deportiva despejada	Cancha deportiva despejada	15 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS			Nombre Instructor: DUBEIMAR MARTINEZ MARTINEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-10-15	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Martes,06:30:00,08:30:00	6. Nº de Sesion: 47	9. Nº de Semana: 24	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1140919175	KEVIN DAVID ACOSTA	Asistio
1140921330	SALOME ARIAS	Asistio
1140921037	DANNA GABRIELA BARRERA	Asistio
1033742364	NICOL DAYHANNA BELTRAN	Asistio
1022967610	NICOLE DANIELA CANTIN	Asistio
1031542639	YEIMI VALENTINA CASTELLANOS	Asistio
1016834775	YURIAM SOFIA DELGADO	Asistio
1025065216	JUNIOR DANIEL DIAZ	Asistio
1029280411	JOEL LEONARDO GALLEGO	Asistio
1032942939	JOHAN SEBASTIAN MORENO	Asistio
1022960834	YESID ALEJANDRO GUTIERREZ	Asistio
1140920990	JUAN SEBASTIAN JIMENEZ	Asistio
1088290641	DANA CAROLINA LEON	Asistio
1140920579	KAREN SOFIA LEON	Asistio
1028490868	JOSEPH SANTIAGO LOPEZ	Asistio
1025534738	FRANKIN MADERO	Asistio
1127623489	VALERIA VALENTINA MIJARES	Asistio
1140920040	MARIANA SOFIA MOLINA	Asistio