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:	**JAVIER ISIDRO RODRIGUEZ SUAREZ**
3. FECHA:	2019-11-01	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	49
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	28
8. ZONA:	6	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Desarrollar del dominio y control corporal por medio de los ejercicios gimnásticos a realizar en la sesión.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Activación corporal, calentamiento especifico – juego cooperativo.	CONDICIÓN FÍSICA : Desarrolla las capacidades físicas en la realización de ejercicios, juegos, y actividades deportivas individuales y de grupo.	LÚDICA MOTRIZ : Analiza diversas situaciones de juego dando respuesta a ellas.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Atiende las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Se muestra motivado en la ejecución de las actividades planteadas, obteniendo un rendimiento bueno en el desempeño de estas.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Expresa ideas y sentimientos escuchando respetuosamente a los demás.			
TEMA : Fortalecer la coordinación de movimientos corporales de forma planificada y consiente para mejorar las configuraciones temporales y espaciales básicas.			
SUBTEMAS : Efectuar gimnasia de condición física/ de coordinación en grupos con aparatos pequeños/ grandes (circuito). Sesión 2			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Actividades habilidades sociales: Que tanto te conozco; Todo el grupo se dispone a tener los ojos cerrados. El estudiante que sea tocado por el formador u otro compañero dirá: “¿sabes mi nombre?”. Los demás compañeros tienen que identificarle por la voz. Se puede realizar el mismo juego pero identificando otros elementos: la letra, el pie, la mano, la risa... ¿Identificas las características propias de tus compañeros? ¿Te gusto la actividad? ¿Por qué?	Distribución del material y ubicación de los estudiantes -Movimiento articular y activación corporal, calentamiento especifico – juego cooperativo.	5 minutos 5 minutos 5 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	1. En la barra fija, puesta a cierta altura: A partir de una posición suspendida, izarse con la fuerza de los brazos y tocar la barra con las rodillas. 2. Anillas a la altura de la cabeza: latigazo en suspensión recogida con las piernas juntas, balancear las piernas hacia atrás para volver a la posición de pie y efectuar el movimiento inverso. 3. Trepar y descender la escalera sueca entrelazándose al regreso entre los barrotes (uno por encima, otro por debajo). 4. Balanceo suspendido de la cinta con levantamiento de las piernas: en cada movimiento hacia adelante, intentar tocar la cinta con los pies.	Ejercicios de gimnasia: Desarrollo motriz ejercicios: Gimnasia de condición física/ de coordinación en grupos con aparatos pequeños/ grandes (circuito).	15 minutos 10 minutos 10 minutos 10 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Actividad lúdica, ejercicios de recuperación y respiración. Asistencia y valoración de las actividades.	Vuelta a la calma Figuras estáticas Retroalimentación	5 minutos 5 minutos 5 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS			Nombre Instructor: JAVIER ISIDRO RODRIGUEZ SUAREZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-11-01	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 49	9. Nº de Semana: 28	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013651932	EIMY LUCIANA BUITRAGO	Asistio
1096808527	ANA SOFIA CANO	Asistio
1022991533	EIMY LORENA CAÑAS	Asistio
1022981889	EIDER FABIAN CARDENAS	Asistio
1140923744	ASHLEY NATALIA CARDOZO	Asistio
1140924434	SARA VALENTINA CASTILLO	Asistio
1140923890	HANNAH ALEJANDRA CASTILLOP	Asistio
1031825487	VALENTINA CORREDOR	Asistio
1034301446	STEVAN CAMILO CRUZ	Asistio
1140924039	YANIS DALLANA FIGUEROA	Asistio
1028788250	MARIA FERNANDA FLOREZ	Asistio
1022984090	HAROL STIVEN LAMPREA	Asistio
1140924589	KAROL VIVIANA LOZANO	Asistio
1140924779	SARA SOFIA MALDONADO	Asistio
1011215014	DANNA LUZ MARTINEZ	Asistio
1023929946	VALENTINA MONJE	Asistio
1022995272	SAMUEL PEDRAZA	Asistio
1031543500	MIGUEL SANTIAGO PINEDA	Asistio
1013644916	DANNA VALENTINA PINTO	Asistio
1022999391	MIGUEL ANGEL PULIDO	Asistio
1022991380	YESLY CATHERIN QUIJANO	Asistio
1011214212	DANNA XIMENA QUINTERO	Asistio
1019083284	GABRIEL ESTEBAN RUIZ	Asistio
1054559505	YUTH BRAYNNER SALAZAR	Asistio
1124825880	ANGELICA UÑATE	Asistio
1029287130	NICOL ALEXANDRA VELANDIA	Asistio
1010208631	MAITE DAYANA ZUÑIGA	Asistio
1097503527	NICOL DAYANA GARCIA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO