

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ (IED) (CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO
3. FECHA:	2020-02-18	4. HORA:	Martes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : Realizar movimientos fluidos, armónicos acordes con exigencias de tiempo y espacio mediante actividades lúdicas y rítmicas que implica desplazamientos globales y segmentarios	TÉCNICAS DEL CUERPO : realizar ajustes posturales por medio de elementos coordinativos que indiquen la iniciación del flic flac	CONDICIÓN FÍSICA : realizar ajustes posturales por medio de elementos coordinativos que indiquen la iniciación del flic flac	LÚDICA MOTRIZ : Realizar movimientos fluidos, armónicos acordes con exigencias de tiempo y espacio mediante actividades lúdicas y rítmicas que implica desplazamientos globales y segmentarios
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Fomentar la interacción positiva entre los estudiantes, con el fin de construir buenas relaciones, trabajo en equipo y cooperación			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : valorarse tal y como es cada uno			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : respeto			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES INTERPERSONAL			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : respeto			
TEMA : AMISTAD			
SUBTEMAS : TRABAJO EN EQUIPO			
FASE	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO (MIN)

FASE INICIAL : (APERTURA)	FORMACIÓN LLAMADO A LISTA (5 MIN) 17.3 OBJETIVO EDUCATIVO (1 MIN) 17.4 EDUCATIVO FORMATIVO (1 MIN) 17.5 OBJETIVO DESARROLLO MOTRIZ (3 MIN) 17.6.1 MOVILIDAD ARTICULAR 2 MIN CALENTAMIENTO GENERAL: COMPONENTE SOCIAL Flexibilidad: SPLIT, SPAGAT, PIKE, PANCAKE, ARCO Y HOMBRO. (6 MIN)	Explicación del trabajo a realizar durante la semana o la clase. Concientizarlos acerca del valor a desarrollar durante la clase o el periodo de trabajo Generar espacios de exploración motora en los niños nuevos e mantener el desarrollo de procesos de fluidez y ritmo en los estudiantes antiguos. Activación por medio de movilidad Articular de distal a periférica, en circulo y realizando una actividad llamada espejo. El formador dividirá por grupos de 3, tratando de ir y volver a lo ancho del campo apoyando el número de extremidades que haya indicado el formador, Por ejemplo, elformador indicara que deben moverse con dosmanos y dos pies, y siendo 3 personas, tendrán quepensar como lo harán. El grupo que consiga realizarel recorrido establecido por el profesor lo antesposible ganará.. Flexibilidad especifica del deporte,buscando que los niños logren desarrollar estatolerancia al dolor	5 minutos de trabajo 5 minutos de trabajo 2 minutos de trabajo 10 minutos de trabajo
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Explicación del trabajo a realizar durante la semana o la clase. Concientizarlos acerca del valor a desarrollar durante la clase o el periodo de trabajo Generar espacios de exploración motora en los niños nuevos e mantener el desarrollo de procesos de fluidez y ritmo en los estudiantes antiguos. Activación por medio de movilidad Articular de distal a periférica, en circulo y realizando una actividad llamada espejo. El formador dividirá por grupos de 3, tratando de ir y volver a lo ancho del campo apoyando el número de extremidades que haya indicado el formador, Por ejemplo, el formador indicara que deben moverse con dos manos y dos pies, y siendo 3 personas, tendrán que pensar como lo harán. El grupo que consiga realizar el recorrido establecido por el profesor lo antes posible ganará.. Flexibilidad especifica del deporte, buscando que los niños logren desarrollar esta tolerancia al dolor	Cap. Perceptivo motrices --funciones motrices de base ----coordinación Discriminación perceptiva Ajuste neuro muscular al tiempo y al espacio movimientos iniciacion de flic flac	15 min de aplicación 15 min de aplicación 20min de aplicación 20 min de aplicación
FASE FINAL : (CIERRE)	Retroalimentación del trabajo realizado, vuelta a la calma y recordatorio del valor trabajado	Se reúne el grupo y se realiza una aclaración y se despejan duda frente al tema visto. espacio de hidratacion	18 min 10 min
OBSERVACIONES SIN NOVEDAD			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2020-02-18	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141333517	HADY ALEJANDRA ACOSTA			Asistio
1019081453	HEIDY YULIANA BARRERA			Asistio
1028891455	DULCE VALERIA BERNAL			Asistio
1025149076	LAURA SOFIA CHAVARRO			Asistio
1021683701	VALERY DELGADILLO			Asistio
1206214365	YESICA TATIANA LEONEL			Asistio
1030628199	PAULA ANDREA MEDINA			Asistio
1023396145	DANA SOFIA MELO			Asistio
1115914821	LOREN SOFIA MONTAÑA			Asistio
1031655615	RUBI ELIANA NOVOA			Asistio
1011212691	MARIA PAULA NUÑEZ			Asistio
1023396326	NIKOL TATIANA ORJUELA			Asistio
1030611940	LAURA VALENTINA TEQUIA			Asistio
1122135115	ISABELLA VARGAS			Asistio