**PLAN DE CLASE**
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO INDUSTRIAL FRANCISCO JOSE DE CALDAS (IED) (CIUDAD DE HONDA) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **ANGELICA MARIA BAYONA GAITAN** |
| 3. FECHA: | 2019-11-14 | 4. HORA: | Jueves,12:30:00,14:30:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | ACTIVIDAD FÍSICA | 6. Nº DE SESIÓN: | 54 |
| 7. LOCALIDAD: | Engativa | 8. Nº DE SEMANA: | 29 |
| 8. ZONA: | 2 | 9. CICLO: | 2 |
| **COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**<br>**MOTRIZ** | | | |
| DESARROLLO MOTOR :<br>Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento. | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>n/a | CONDICIÓN FÍSICA :<br>Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física | LÚDICA MOTRIZ :<br>n/a |
| **EXPRESIVA CORPORAL** | | | |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios. | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>N/A | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Coopero y muestro solidaridad con sus compañeros trabajando constructiva mente en equipo. | | | |
| **COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Reconozco que la disculpa y el perdón son acciones que permiten la sana convivencia | | | |
| **TEMA :**<br>Coordinación General | | | |
| **SUBTEMAS :**<br>1 EQUILIBRIO ,ANTICIPACIÓN, AGILIDAD | | | |

| **FASE** | **ACTIVIDADES** | **RECURSOS** | **TIEMPO (MIN)** |
|---|---|---|---|
| FASE INICIAL : (APERTURA) | 1. LLAMADO ALISTA Y VERIFICACIÓN DE ASISTENCIA 2. explicación de las metas a cumplir en la sesión de clase 3. activacion articular y muscular | 1. escenario | 30 minutos |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO) | 1. desarrollo de habilidades como: saltos,desplazamientos,posturas,ejercicios con y sin elemento | conos,aros,cuerdas, balones,platillos,colchonetas | 60 minutos |
| FASE FINAL : (CIERRE) | 1. retroalimentacion: donde cada deportista recibira una observacion popr parte de la formadora. 2 se realizara practica de tiempo libre teniendo en cuenta que debe aplicarse lo trabajado en la sesion de clase | conos,aros,cuerdas, balones,platillos,colchonetas | 30minutos |

**OBSERVACIONES**

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**