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:	2019-11-13	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	53
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	29
8. ZONA:	2	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	TÉCNICAS DEL CUERPO : n/a	CONDICIÓN FÍSICA : Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física	LÚDICA MOTRIZ : n/a
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : N/A			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Coopero y muestro solidaridad con sus compañeros trabajando constructiva mente en equipo.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Reconozco que la disculpa y el perdón son acciones que permiten la sana convivencia			
TEMA : Coordinación General			
SUBTEMAS : 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	30 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO