PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO RURAL JOSE CELESTINO MUTIS (IED) (JOSE CELESTINO MUTIS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**FREDY JIMENEZ MARTINEZ**
3. FECHA:	2020-02-25	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	KARATE	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Cuidad Bolivar	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas	TÉCNICAS DEL CUERPO : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas	CONDICIÓN FÍSICA : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas	LÚDICA MOTRIZ : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas			
TEMA : Caracterización, Toma inicial de medidas antropométricas			
SUBTEMAS : Estatura, peso, envergadura, talla sentado, test de Wells			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Socialización de definiciones, objetivos, calentamiento	Ladera de montaña dentro de las instalaciones de la IED	40
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Toma de medidas antropométricas	Báscula, cinta métrica	60
FASE FINAL : (CIERRE)	Vuelta a la calma, retroalimentación, despedida	Zona verde IED	20
OBSERVACIONES			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO