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

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO CUNDINAMARCA (IED) (CUNDINAMARCA) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ** |
| 3. FECHA: | 2020-02-24 | 4. HORA: | Lunes,09:30:00,11:30:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | FÚTBOL | 6. Nº DE SESIÓN: | 5 |
| 7. LOCALIDAD: | Cuidad Bolivar | 8. Nº DE SEMANA: | 3 |
| 8. ZONA: | 6 | 9. CICLO: | |
| **COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**<br>**MOTRIZ** | | | |
| DESARROLLO MOTOR :<br>Aplica posturas que le permiten mejorar la velocidad de reacción | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>Reconoce la transición entre fase ofensiva y defensiva. | CONDICIÓN FÍSICA :<br>No se hará este énfasis durante la sesión | LÚDICA MOTRIZ :<br>No se hará este énfasis durante la sesión |
| **EXPRESIVA CORPORAL** | | | |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Aplica el dialogo para resolución de conflictos | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Reconoce la importancia de la autoestima | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Practica la solidaridad en TEC | | | |
| **COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>A través del dialogo mejora las relaciones interpersonales | | | |
| **TEMA :**<br>El dialogo | | | |
| **SUBTEMAS :**<br>Fases tácticas | | | |
| **FASE** | **ACTIVIDADES** | **RECURSOS** | **TIEMPO (MIN)** |
| FASE INICIAL : (APERTURA) | a. De acuerdo a los lineamientos entregados se dará la bienvenida a los estudiantes haciendo énfasis en el reconocimiento del nombre del proyecto (TEC) y del IDRD, adicionalmente se indagará por las condiciones físicas y psicológicas de cada uno para la realización de la sesión. b. Posteriormente se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los aprendizajes esperados. c. Preparación del sistema cardio-respiratorio a través del juego: “blanco y negro”. (Por parejas se ubicaran espalda con espalda, los niños dependiendo de su ubicación se llamaran blanco o negro, cuando se indique uno de los dos colores, los niños deberán atrapar al otro, se harán variaciones en cuanto a la posición inicial de la actividad). | NA | 30 minutos |

| | | | |
|---|---|---|---|
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO) | a. Se realizará trabajo de calentamiento específico a través de juegos rol y coordinación por grupos de 6 integrantes, los cuales serán propuestos por cada equipo. b. Los equipos organizados previamente se organizarán en cuatro estaciones, en cada una de ellas se ubicará una etapa de salida y una de llegada, posteriormente se combinarán las habilidades de recepción de balón, conducción y pase corto, mientras otros compañeros, quienes harán las veces de adversarios, tendrán la indicación de realizar marca pasiva. Se realizarán variaciones de dirección y cambio de ritmo. c. Los participantes harán una pausa para hidratación. d. Practica de fútbol adaptado (6 vs 6) de acuerdo a la programación de festival intra-mural ciclo 3 (El siguiente trabajo se realizará simultáneamente a las estaciones iniciales y se irán rotando de acuerdo a los tiempos establecidos). e. Vuelta a la calma a través de movimiento articular y estiramiento dirigido por uno de los participantes. | BALONES, PLATILLOS Y CONOS. | 60 minutos |
| FASE FINAL : (CIERRE) | El grupo se reunirá en un círculo para compartir sus percepciones acerca de la sesión del día. Posteriormente el formador hará el respectivo cierre exponiendo las relaciones existentes entre las percepciones expresadas y las actividades realizadas de acuerdo a las temáticas y aprendizajes esperados durante la sesión. | NA | 30 minutos |
| **OBSERVACIONES** | | | |

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**