PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO CUNDINAMARCA (IED) (CUNDINAMARCA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÃ‘O**
3. FECHA:	2020-03-09	4. HORA:	Lunes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Cuidad Bolivar	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	6	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : SE ADAPTA AL ELEMENTO DEPORTIVO	TÉCNICAS DEL CUERPO : SE ADAPTA AL ELEMENTO DEPORTIVO	CONDICIÓN FÍSICA : NO APLICA	LÚDICA MOTRIZ : NO APLICA
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : NO APLICA			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : NO APLICA			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : SE INTEGRA CON SUS COMPAÑEROS DE DEPORTE			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : APRENDE SOBRE LAS DIFERENTES CAPACIDADES DE SUS COMPAÑEROS			
TEMA : APRENDE SOBRE EL MANEJO POSTURAL Y EQUILIBRADO EN EL ELEMENTO DEPORTIVO			
SUBTEMAS : APRENDE SOBRE EL FUNCIONAMIENTO ESTABLE DEL ELEMENTO DEPORTIVO EN DIFERENTES PLANOS			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	SE LLAMA A LISTA A LOS CHICOS Y SE LLEVAN AL ESPACIO DONDE SE REALIZARA LAS ACTIVIDADES AL IGUAL QUE SE LLEVAN LOS ELEMENTOS PERTINENTES A LO PREPARADO PARA EL DIA. SE FIRMA ASISTENCIA EN LOS CUADERNOS MIENTRAS SE LES DA ESPACIO PARA IR AL BAÑO PARA QUE SE CAMBIEN Y ALISTEN PARA LA CLASE. LUEGO SE REALIZA UNA ACTIVIDAD DE CALENTAMIENTO PARA LUEGO HACER MOVILIDAD ARTICULAR DE CABEZA A PIES Y UN ESTIRAMIENTO INICIAL.	CUADERNO, CESPED	30 MINUTOS
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	SE REALIZA LA TOMA DE TEST FISICOS DE FLEXIBILIDAD, SALTO Y 10X5 DE CADA ESTUDIANTE. LUEGO SE REALIZAN DIFERENTES POSTURAS EN EL PLANO ALTO DE FORMA ESTATICA PARA LUEGO REALIZAR ACTIVIDADES DONDE SE APLIQUEN O SE MUESTREN LAS DIFERENTES PORTURAS. TAMBIEN SE REALIZAN LUDICAS O JUEGOS QUE MUESTREN LAS DIFERENTES POSTURAS.	PATINES, CESPED, CONOS	90 MINUTOS
FASE FINAL : (CIERRE)	ACTIVIDAD DEESTIRAMIENTO O STRECHING PARA BAJAR LA FRECUENCIA CARDIACA. ESTIRAR CADA PARTE DEL CUERPO EN MANERA ASCENDENTE DE PIES A CABEZA REALIZANDO ELONGACION INTENSA PARA DISMINUIR FATIGA. ORGANIZAR A LOS NIÑOS Y RECOGER ELEMENTOS PARA SALIR Y HACER EL ACOMPAÑAMIENTO AL LUGAR INDICADO.	PATINES, CESPED	30 MINUTOS

OBSERVACIONES
SE TIENE UN PLAN ALTERNO PARA CUALQUIER CAMBIO DE ESPACIO O SITUACIONES CLIMATICAS QUE SE PRESENTEN

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÃ‘O	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-03-09	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Cuidad Bolivar	
3. Hora:	Lunes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	PATINAJE 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1033784455	SARA SOFIA GUTIERREZ	Asistio
1023401404	KAROL SOFIA RINCON	Asistio
1024563292	LILIAN NICOL SANCHEZ	Asistio
1023401535	SARA DANIELA TORRES	Asistio
1029291247	DANNA SOFIA BUITRAGO	Asistio
1023402878	VALERIA STEFANIA CARRE?O	No asistio
1024564620	VALERY MARIANA ESTUPIÑAN	Asistio
1011328287	AMY ISABELLA FERIA	Asistio
1023401160	SAMUEL JOSUE GARZON	Asistio
1016730468	SAMUEL STIVEN GONZALEZ	Asistio
1021685610	MIA VALENTINA QUI?ONES	Asistio
1024564434	MARLEY ALEJANDRA TAPIERO	Asistio
1023400457	MARIANA TRIANA	Asistio
1011227543	LIZ NATALIA CHAVEZ	Asistio
1024570366	NICOLAS LOPEZ	Asistio
1024562923	SARA SOFIA MU?OZ	Asistio
1013142575	SHAIRA ALEJANDRA OVIEDO	Asistio
1031425271	LUCIANA RODRUGUEZ	Asistio
1025149178	ALLISON LICETH GARCIA	Asistio
1023398292	SARA VALENTINA SIERRA	No asistio
1024565882	JEIDY YARITH CASTILLO	Asistio
1028876263	SARA XIMENA BOLAÑOS	Asistio
1022123456	LISETH ALEJANDRA ALVAREZ	Asistio
1023102345	SARA MAYORCA	Asistio
1023654321	NEIMAR SAMUEL CASTILLO	Asistio
1024563521	QUINTERO GUTIERREZ MARIA	Asistio
1013139134	TANGARIFE QUINTERO DANNA	Asistio
1220216735	KAROL MARIANA AVILA	Asistio