PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO CUNDINAMARCA (IED) (CUNDINAMARCA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÃ‘O**
3. FECHA:	2020-03-10	4. HORA:	Martes,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 ,2
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:	2020-03-10	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Cuidad Bolivar	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	PATINAJE 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023399109	MARIA FERNANDA BERNAL	Asistio
1011221971	DANIEL STEEVEN CABEZAS	Asistio
1011221552	EMILY KASSANDRA CUELLAR	Asistio
1024558978	DANNA LUCIA ORTIZ	Asistio
1023397262	DAMARIS AGUIRRE	Asistio
1023398582	SURY SAMANTHA BELTRAN	Asistio
1011222441	ALISON ISABELLA CASTRO	Asistio
1024551605	SAMUEL SANTIAGO CHUQUEN	Asistio
1023395889	JADE YIRETH MORENO	Asistio
1028404587	VALERY SOFIA VARGAS	No asistio
1024551691	SEBASTIAN ANDRES VARGAS	Asistio
1030633408	MARIANA BENITEZ	No asistio
1028789203	MARIA ALEJANDRA CASTRO	Asistio
1025150065	SARA GABRIELA GIRALDO	Asistio
1024549745	EMMANUEL SANTIAGO LANCHEROS	Asistio
1023399838	JAMES STALIN QUINTERO	Asistio
1024557282	LUAN FELIPE BARRAGAN	Asistio
1013649799	DANIELA ALEJANDRA DUARTE	Asistio
8357035	CAMILA FARIAS	Asistio
1055524870	MARIANA ISABELLA GONZALEZ	Asistio
1015446568	VALERIE SOFIA MALAMBO	Asistio
1024562042	ISABELLA VARGAS	Asistio
1023394068	MARIE ISABELLA CRUZ	Asistio
1023399413	CELESTE MORA	Asistio
1024554926	ADRIANA PAOLA CRUZ	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO