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,09:30:00,11:30:00
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,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	PATINAJE 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028498618	JESUS MANUEL LOPEZ	Asistio
1023397052	NATALY VALENTINA NUMPAQUE	Asistio
1024563386	MATHIAS RODRIGUEZ	Asistio
1025551401	DILAN SANTIAGO JUNCO	Asistio
1023399143	LISETH ESTEFANIA PAMPLONA	Asistio
1023399715	JUAN SEBASTIAN QUINTERO	Asistio
1029288827	MARYA PAULA VALDERRAMA	No asistio
1023396711	EMILY DAYANNA ANDRADE	Asistio
1023398450	ALISON NATALIA ARDILA	Asistio
1023399893	AMY SOFIA MORENO	Asistio
1023396441	SARA VALERIA TORRES	Asistio
1023400319	MATIAS VASQUEZ	Asistio
1023167306	DANNA ISABELLA MOYA	Asistio
1023395490	SALOME RIUZ	Asistio
1016062882	SHARID CRISTAL TIQUE	Asistio
1014994778	MARIA FERNANDA VERGEL	Asistio
1013138835	DANIELA STEFANIA PRADA	Asistio
1024551401	ASHLY DAYAN MESA	Asistio
1014654321	ALISSON DAYANA ROJAS	No asistio