PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**KAREN MARITZA VARGAS ALDANA**
3. FECHA:	2020-02-28	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1 ,2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : .	TÉCNICAS DEL CUERPO : Explora formas básicas de movimiento fundamentado a partir de ejercicios especificos ajuste corporal.	CONDICIÓN FÍSICA : .	LÚDICA MOTRIZ : Resuelve las diversas situaciones que el juego presenta.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : .			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Genera pautas de socialización y comunicación asertiva durante toda la clase.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : cumple con los ejercicios planteados para la clase con excelencia y determinación			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : .			
TEMA : Ajuste corporal			
SUBTEMAS : ajuste corporal comunicación asertiva invertida en tres apoyos			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Se realiza llamado a lista Se ubican a los estudiantes en circulo, y se les indica cuales son los objetivos de clase (educativo, motriz, técnico) Se inicia con movilidad articular de forma caudal - cefalo. se realizaran desplazamientos de corta duración y baja intensidad.	Estudiantes	35 min
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Se procederá a realizar un juego tradicional. Explicación invertida en tres apoyo, iniciando sin extender piernas, cuando ya lo logren deberán iniciar a extender las piernas manteniendo la posición básica de la invertida. Repaso del rollo adelante, atrás y sus varientes.	colchonetas estudiantes	60 min
FASE FINAL : (CIERRE)	Se inicia trabajo de flexibilidad en pierna y cadera para realizar un acercamiento al spagat. Después se estirará en las zonas faltantes del cuerpo. Nos dirigimos a guardar material y los niños que hallan traído onces pueden comer.	estudiantes	25 min

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: KAREN MARITZA VARGAS ALDANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-02-28	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023398707	ISABELA HUESO	Asistio
1025150101	DIEGO ALEJANRO RIVERA	Asistio
1028892361	ALISON SOFIA SANCHEZ	Asistio
1016597536	SARA SOFIA BARBOSA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO