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:	2020-03-05	4. HORA:	Jueves,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1 ,2 ,3
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, especificamente invertida en tres apoyos	CONDICIÓN FÍSICA : .	LÚDICA MOTRIZ : Resuelve las diversas situaciones que el juego y las diferentes actividades lúdicas presenta.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : .			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : se comunica de forma adecuada dando a conocer sus emociones de una forma mas controlada			
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: invertida en tres apoyos			
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. Repaso del rollo adelante, atrás y sus varientes. 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.	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:	2020-03-05	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028499980	BRIHANA ANTONELLA RODRIGUEZ	Asistio
1030647082	LINDA MARIANA ROLDAN	Asistio
1016070683	DANNA ALEJANDRA GUTIERREZ	Asistio
1146127244	ALISON JULIETH RUIZ	Asistio
N131873087859	JANNIMAR PAOLA VERGARA	Asistio
1146126471	YALENA ALEJANDRA RENTERIA	Asistio
1146125614	ANA SOFIA PULIDO	Asistio
1023401303	ABRIL SOFIA CASTRO	Asistio
1028888420	JULIANA ACUÑA	Asistio