

PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO LICEO FEMENINO MERCEDES NARIÑO (IED) (MERCEDES NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	ANDREA ELIZABETH NIÑO BERNAL
3. FECHA:	2020-03-11	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	PATINAJE	6. N° DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE			
MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : Realizar los movimientos de mi Cuerpo en la manipulación de objetos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Ejecutar y analizar las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.	CONDICIÓN FÍSICA : Afianzar sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	LÚDICA MOTRIZ : Comprender los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Interpretar y ejecutar prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Comprender el adecuado uso del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la calidad de vida.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS			
INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Comprender que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES			
INTERPERSONAL			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Relacionar habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.			
TEMA : POSICION BASICA			
SUBTEMAS : POSICION BASICA: con desplazamiento estatica y dinamica			
FASE	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO (MIN)
FASE INICIAL : (APERTURA)	1. ACOMPAÑAMIENTO Y BIENVENIDA A LAS ESTUDIANTES DESDE EL COLEGIO HASTA EL INICIO DE LA CLASE EN EL PARQUE 2. LLAMADO DE LISTA Y CAMBIO DE ROPA 3. OBJETIVO FORMATIVO: CADENITA 4. MOTRIZ: 3 PIES 5. MOVILDAD ARTICULAR	HUMANO, CONOS, PATINES.	40 MINUTOS
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	5. CONOCIMIENTO DEL SUELO CON PATINES 6. EXPLICACION DEL EJERCICIO DE ZIGZAG, SLALOM, GIROS Y EJERCICIO DE GLOBOS 7. CORRECCION DE ERRORES 8. DESCANSO 9. ACTIVIDAD DE PRACTICA: RELEVOS POR GRUPOS DE ZIGZAG Y GLOBOS CON ZAPATOS 10. JUEGO: NUMEROS CON CLAVE	HUMANO, CONOS, PATINES.	60 MINUTOS.
FASE FINAL : (CIERRE)	11. VUELTA A LA CALMA 12. ESTIRAMIENTO Y RETROALIMENTACION	HUMANO	20 MINUTOS

OBSERVACIONES
SUJETO A CAMBIOS

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. MERCEDES NARIÑO			Nombre Instructor: ANDREA ELIZABETH NIÑO BERNAL	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2020-03-11	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Rafael Uribe	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	PATINAJE 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1011101620	LUNA GUTIERREZ			Asistio
1027526784	DANIELA ALEJANDRA VERA			Asistio
1026564696	KAREN SOFIA ARENAS			Asistio
1054868664	DANIELA ATEHORTUA			Asistio
1016717927	ESTEPHANI TATIANA CONTRERAS			Asistio
1034663657	DANNA ISABEL PUERTO			Asistio
1013619062	SARA DANIELA MONTEALEGRE			Asistio
1013116676	SARAY NAOMY PAEZ			Asistio
1106775623	NICOL DAYANA SALAZAR			Asistio
1029144969	VIVIAN DALLAN LOZADA			Asistio
1011202510	SARAH NIKOL JIMENEZ			Asistio
1140917607	DANNA VALENTINA LOAIZA			Asistio
1025324458	KARLA VALENTINA GARZON			Asistio
1014866330	SARA SOFIA LEMUS			Asistio