PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO SANTA MARTHA (IED) (SANTA MARTHA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Cristian David Quijano Arango**
3. FECHA:	2020-02-25	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	9
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : IDENTIFICO VARIACIONES EN MI RESPIRACIÓN EN DIFERENTES ACTIVIDADES FÍSICAS	TÉCNICAS DEL CUERPO : EXPLORO DIVERSIDAD DE ACTIVIDADES FÍSICAS QUE ESTÉN DE ACUERDO CON MIS POSIBILIDADES	CONDICIÓN FÍSICA : EXPLORO CAMBIOS FISIOLÓGICOS QUE SE PRESENTAN ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA-PAUSA- ACTIVIDAD FÍSICA.	LÚDICA MOTRIZ : EXPLORO EL JUEGO COMO UN MOMENTO ESPECIAL EN EL DESARROLLO DE LA CLASE
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : EXPRESO ENTUSIASMO EN LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS EN LA CLASE			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : IDENTIFICO MIS CAPACIDADES CUANDO ME ESFUERZO EN LA ACTIVIDAD REALIZADA.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : COLABORO DE MANERA ACTIVA PARA EL LOGRO DE METAS COMUNES EN EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : IDENTIFICO NORMAS SENCILLAS QUE AYUDAN A PROMOVER EL BUEN TRATO Y EVITAR EL MALTRATO EN EL JUEGO Y EN LA VIDA ESCOLAR.			
TEMA : Fundamentos técnicos.			
SUBTEMAS : 1.Desplazamiento 2. Pase-control 3.Chut			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	1. Llamado a lista 2. Movimiento Articular 3. Calentamiento General 4. Estiramiento generalizado. 5.Hidratación	1.Conos	30Min
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	1. TRIANGULA. El ejercicio consiste en realizar una secuencia de pases trasladando el balón en forma de "triangulo", los estudiantes agrupados por equipos de 3, deberán circular el balón de tal manera que este nunca pare; el estudiante deberá pasar el balón teniendo en cuenta la orientación del formador (superficies de contacto). VARIANTES: cambios de ritmo cambio de superficie de contacto 2. Desplazamiento - entrega y fiscalización. Estudiantes agrupados por equipos de trabajo de 4 integrantes, ubicados de manera que estén uno al frente del otro, deberán realizar un desplazamiento conduciendo balón de punto A-B; El estudiante que parte del punto "B" conduce y realiza un pase al estudiante "A" quien controla y deberá finalizar chutando al arco. 3-Partido Aplicativo	1. Balones 2. Conos 3.Pelotas	75Min
FASE FINAL : (CIERRE)	1. Vuelta a calma 2. Estiramiento 3. Hidratación 4. Retroalimentación de temática 5. Desplazamiento a la IED	NINGUNO	15min

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO