**PLAN DE CLASE**
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO SANTA MARTHA (IED) (SANTA MARTHA) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **Cristian David Quijano Arango** |
| 3. FECHA: | 2020-02-20 | 4. HORA: | Jueves,13:00:00,15:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | FUTSAL | 6. Nº DE SESIÓN: | 3 |
| 7. LOCALIDAD: | Usme | 8. Nº DE SEMANA: | 8 |
| 8. ZONA: | 6 | 9. CICLO: | |
| **COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**<br>**MOTRIZ** | | | |
| DESARROLLO MOTOR :<br>PROPONE TÉCNICAS DE MOVIMIENTOS CENTRALIZADOS, QUE PERMITAN PERCIBIR LOS EFECTOS DE ESTOS EN MI CUERPO | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>RESUELVE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SIGUE PARÁMETROS TÉCNICOS, FÍSICOS Y DE SEGURIDAD | CONDICIÓN FÍSICA :<br>ATIENDO CAMBIOS FISIOLÓGICOS QUE SE PRESENTAN ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA - PAUSA - ACTIVIDAD FÍSICA | LÚDICA MOTRIZ :<br>APORTA LOS JUEGOS COMO UN ESPACIO PARA LA RECREACIÓN, USO DEL TIEMPO LIBRE Y SU DESARROLLO HUMANO. |
| **EXPRESIVA CORPORAL** | | | |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>COOPERA EN ACCIONES QUE APORTAN AL BUEN DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>VALORA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD COMO ESTRATEGIA PARA CONTRIBUIR A LA SALUD COLECTIVA | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>GENERA A TRAVÉS DEL VALOR DE DETERMINACIÓN MECANISMOS DE SOLUCIÓN ANTE SITUACIONES DE EXCLUSIÓN, DISCRIMINACIÓN Y LA INTOLERANCIA A LA DIFERENCIA | | | |
| **COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>DESARROLLA PROCESOS Y TÉCNICAS DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS FOMENTANDO EL DIALOGO Y EL ENTENDIMIENTO ENTRE SUS COMPAÑEROS Y COMPAÑERAS | | | |
| **TEMA :**<br>1.CAPACIDADES CONDICIONALES 2. FUNDAMENTOS TÉCNICO -TÁCTICOS | | | |
| **SUBTEMAS :**<br>1.VELOCIDAD (REACCIÓN, TRASLADO) 2.DEFINICIÓN CONDUCCIÓN | | | |
| **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) RELEVOS CON BALÓN: A partir de la señal del formador los ESTUDIANTES en velocidad parten hacía el punto de referencia ubicado en el medio campo; conduciendo el balón, realizarán un giro en un cono y realizaran al regreso (punto de partida) , pasarán el balón al compañero de su fila el cual realizara la misma dinámica. Realizar el ejercicio de relevos al 100% de intensidad. Variantes: Definición al arco. 2) Partido aplicativo | 1.BALONES 2.CONOS | 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**

**ASISTENCIA**
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. SANTA MARTHA | | | Nombre Instructor: Cristian David Quijano Arango | **11. OBJETIVO DE CLASE** |
| 2. Fecha: | 2020-02-20 | 5. Centro de Interes FUTSAL | 8. Localidad: Usme | |
| 3. Hora: | Jueves,13:00:00,15:00:00 | 6. Nº de Sesion: 3 | 9. Nº de Semana: 8 | |
| 4. Grupo: | FUTSAL 2 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **32491798** | NELSON FABIAN BETANCOURT | Asistio |
| **1022948928** | EDWIN SANTIAGO MANCERA | Asistio |
| **1033714660** | FREDERITH ALEJANDRO HINCAPIE | Asistio |
| **1022954833** | CRISTIAN DAVID GALINDO | Asistio |
| **1010177906** | DARWIN STIVEN JARAMILLO | Asistio |
| **1022933725** | MAICOL STEEVEN URBANO | Asistio |
| **1016594941** | ANDRES FELIPE DUEÑAS | Asistio |
| **30780254** | JOSUE MIGUEL POLANCO | Asistio |
| **1022930965** | DAILER JAVIER EDUARDO SANCHEZ | Asistio |
| **1022932960** | ANGEL SMITH ROJAS | Asistio |
| **1022948065** | DANIEL ESTEBAN TORRES | Asistio |
| **1014660925** | YEIDER STICK ORTIZ | Asistio |
| **1075598365** | SANTIAGO SALAS | Asistio |
| **1021313245** | WILLIAM ANDRES BACCA | Asistio |
| **1007105095** | BRAYAN ESPITIA | Asistio |
| **1022941413** | KEINER ANDRES SUAREZ | Asistio |
| **1022926862** | JULIAN DAVID CHACON | Asistio |
| **1022938370** | ANDRES FELIPE CONEJO | Asistio |
| **1022930043** | JOHAN DAVID CALDERON | Asistio |

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**