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

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO SANTA MARTHA (IED) (SANTA MARTHA) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **Cristian David Quijano Arango** |
| 3. FECHA: | 2020-02-19 | 4. HORA: | Miercoles,10:30:00,12:30:00 |
| 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>PRACTICA DIFERENTES POSICIONES Y POSTURAS CORPORALES QUE SE ASEMEJAN A LAS PROPIAS DE LA TÉCNICA DE MOVIMIENTO DEL DEPORTE | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>PARTICIPA CON INTERÉS E INICIATIVA EN LA EJECUCIÓN DE JUEGOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS QUE PRACTICA EN SU COMUNIDAD Y LAS PROMUEVE | CONDICIÓN FÍSICA :<br>DISTINGUE LAS PERCEPCIONES CONCEPTUALES DE FUERZA, VELOCIDAD, RESISTENCIA Y FLEXIBILIDAD, Y LOS DESARROLLA POR MEDIO DE LA PRÁCTICA DE EXPRESIONES MOTRICES, JUEGOS, EJERCICIOS Y MOVIMIENTOS TÉCNICOS AJUSTADOS AL CENTRO DE INTERÉS | LÚDICA MOTRIZ :<br>PARTICIPA EN JUEGOS RECREATIVOS, LÚDICOS Y DEPORTIVOS; MOTIVANDO LA CREATIVIDAD Y LA CAPACIDAD INTELECTUAL |
| **EXPRESIVA CORPORAL** | | | |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>RELACIONA SUS ESTADOS DE ÁNIMO Y SUS EMOCIONES CON SU DESEMPEÑO EN EL DESARROLLO DE JUEGOS Y EJERCICIOS. | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>DESARROLLA CON AUTONOMÍA JUEGOS LIBRES, DIRIGIDOS Y RECREATIVOS, CONSERVANDO EL RESPETO POR SUS COMPAÑEROS Y LAS NORMAS DE JUEGO | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>MANEJA RELACIONES DE IGUALDAD BASADAS EN EL RESPETO CON COMPAÑEROS Y FORMADORES. | | | |
| **COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>MANEJA ACTITUDES DE VALOR Y TOLERANCIA EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN SITUACIONES DE JUEGOS. | | | |
| **TEMA :**<br>Fundamentos técnico- tácticos | | | |
| **SUBTEMAS :**<br>1.Superficies de contacto 2.Posiciones básicas fútbol-sala | | | |
| **FASE** | **ACTIVIDADES** | **RECURSOS** | **TIEMPO (MIN)** |
| FASE INICIAL : (APERTURA) | 1. Llamado a lista 2. Movimiento Articular 3. Calentamiento General 4. Estiramiento generalizado. 5. Hidratacion Hidratación | 1. Conos | 30min |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO) | 1. SUPERFICIES DE CONTACTO X PAREJAS. Realizar una serie de pases de punto A a punto B según orientaciones del formador Variante: 1.Cambio de equipo de trabajo, de esta manera se generamos lazos de empatía por parte del grupo. 2.Reconocimiento , TÉCNICA- EJECUCIÓN superficies de contacto: *Empeine * Borde interno *Borde externo * Planta 2 RECONOCIMIENTO POSICIONES BÁSICAS FÚTBOL -SALA: Se situarán zonas de referencia lo cual indicara una posición dentro del terreno de juego, el estudiante deberá dirigirse al punto indicado por el formador. ( Circuito de coordinación) 3. Partido aplicativo | 1. Balones 2.Conos | 75min |

| | | | |
|---|---|---|---|
| FASE FINAL : (CIERRE) | 1. Vuelta a calma 2. Estiramiento 3. Hidratación 4. Retroalimentación de temática 5. Desplazamiento ala 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: | 2020-02-19 | 5. Centro de Interes FUTSAL | 8. Localidad: Usme | |
| 3. Hora: | Miercoles,10:30:00,12:30:00 | 6. Nº de Sesion: 3 | 9. Nº de Semana: 8 | |
| 4. Grupo: | FUTSAL 3 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1140924327** | ADRIAN MORA | Asistio |
| **1025148674** | JOEL SANTIAGO ACERO | Asistio |
| **1025549860** | JUAN ANDRES ROCHA | Asistio |
| **1140924102** | DAVID ALEJANDRO ROJAS | Asistio |
| **1029285988** | JUAN DIEGO HERRERA | Asistio |
| **1028787973** | SANTIAGO GOMEZ | Asistio |
| **1140922392** | JULIAN DAVID GONZALEZ | Asistio |
| **1140923027** | JOHN SEBASTIAN ANTIA | Asistio |
| **1022978063** | ANDRES FELIPE LEMUS | Asistio |
| **1016723748** | NICK ALEJANDRO ORTEGA | Asistio |
| **1022977368** | ANDRES FELIPE ARANGO | Asistio |
| **1069872872** | CRISTIAN ANDREY RODRIGUEZ | Asistio |
| **1022979229** | SLEVIN SMITH PIRAQUIBE | Asistio |
| **1140922841** | NICOLAS SNEYDER RODRIGUEZ | Asistio |
| **1140923254** | MANUEL ANDRES VILLAMIL | Asistio |
| **1140922157** | BRAYAN ANDRES YUCUMA | Asistio |

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**