PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO SANTA MARTHA (IED) (SANTA MARTHA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Cristian David Quijano Arango**
3. FECHA:	2020-02-21	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	4
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 **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : COMPRENDE DIFERENTES MOVIMIENTOS TÉCNICOS EN LA REALIZACIÓN DE SU CENTRO DE INTERÉS.	TÉCNICAS DEL CUERPO : INTERPRETA COHERENTEMENTE LOS MOVIMIENTOS TÉCNICOS Y LAS CAPACIDADES INDIVIDUALES NECESARIAS PARA SU DESTREZA.	CONDICIÓN FÍSICA : RECONOCE LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO HÁBITO SALUDABLE Y LA ASUME COMO PARTE DE SU VIDA DIARIA	LÚDICA MOTRIZ : CONSTRUYE SUS POSIBILIDADES DE EXPRESIÓN EMPÁTICA CON LOS COMPAÑEROS DE GRUPO
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : EJECUTA LOS CAMBIOS Y DESARROLLO DE LAS RESPUESTAS FISIOLÓGICAS MANIFESTADAS DENTRO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : EJECUTA ADECUADAMENTE EJERCICIOS Y JUEGOS QUE REQUIEREN DE UN BUEN AJUSTE POSTURAL.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : FAVOREZCO EL DESARROLLO PROPIO Y DE LOS OTROS EN EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES PLANTEADAS			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : EJERCITA HABILIDADES PARA MANEJAR PACIFICA, CONSTRUCTIVA Y CREATIVAMENTE LOS CONFLICTOS A TRAVÉS DE LA AMISTAD, COOPERACIÓN Y COMUNICACIÓN ASERTIVA			
TEMA : 1.CAPACIDADES CONDICIONALES 2. FUNDAMENTOS TÉCNICO -TÁCTICOS			
SUBTEMAS : 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:	2020-02-21	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	FUTSAL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1041516333	JOSE DAVID VALDES	Asistio
1047446062	SEBASTIAN PORTELA	Asistio
1140920903	JHOSTYN SAMUEL PUERTO	Asistio
1140919176	JHOJAN SANTIAGO ALVAREZ	Asistio
1018443960	DILAN SAMUEL ARIZA	Asistio
1140919065	JULIAN STIVEN SARMIENTO	Asistio
1028867813	LUIS GABRIEL TENORIO	Asistio
1141325588	JUAN ESTEBAN SANCHEZ	Asistio
1140921498	XAVI ADRIAN PERDOMO	Asistio
1140921734	CRISTIAN CAMILO VEGA	Asistio
1140921672	TOMAS FELIPE RINCON	Asistio
1096671220	JUAN DIEGO TAPASCO	Asistio
1028840134	JULIAN MATEO BONILLA	Asistio
1022970757	KEVIN SANTIAGO RAMIREZ	Asistio
1022966089	ERIK SANTIAGO MUÑOZ	Asistio
1028800103	JUAN SEBASTIAN SOLIS	Asistio
1022967506	RULBER DANIEL RAMOS	Asistio
1011103054	JESHUA LEONARDO BUITRAGO	Asistio
1011101848	DIDIER STEBAN ALDANA	Asistio