PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO FEDERICO GARCIA LORCA (IED) (FEDERICO GARCIA LORCA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JAIME DARIO GARAVITO RAMIREZ**
3. FECHA:	2020-02-20	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Ajusta diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del deporte.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Manifiesta creatividad en la ejecución de juegos y actividades deportivas que ha indagado o practicado en su comunidad	CONDICIÓN FÍSICA : Identifica los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los experimenta por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.	LÚDICA MOTRIZ : Se interesa por participar en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, que estimulen la creatividad y la capacidad intelectual.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Identifica que sus estados de ánimo y sus emociones afectan su desempeño en el desarrollo de juegos y ejercicios.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Participa en juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Vivencia relaciones de igualdad basadas en el respeto con compañeros y formadores.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Vivencia actitudes de valor y tolerancia en la resolución de conflictos en situaciones de juegos.			
TEMA : Individual			
SUBTEMAS : VELOCIDAD DE REACCION			

FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Llamado lista Explicación de la sesión Calentamiento Lleva de parejas	Humanos, espacio físico	20 min
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Se ubican tres filas de forma paralela a la señal del docente los primeros de cada fila se sientan y cuando el docente patee el balón ellos deben ponerse de pie y lograr coger el balón lo antes posible, ellos pasan atrás y así sucesivamente, después de que todos pasen se hacen variantes por ejemplo cogen el balón y rematan al arco, coge el balón y hace cinco golpes en dominio de balón sin dejarlo caer al piso. Partido en la mitad de la cancha	Humanos, balones, pito	85 min
FASE FINAL : (CIERRE)	Trote suave y estiramiento por parejas	Humanos	15 min

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO