PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (BACHUE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CONSUELO YANETH RAMIREZ BECERRA**
3. FECHA:	2019-10-16	4. HORA:	Miercoles,11:30:00,13:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	37
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	29
8. ZONA:	2	9. CICLO:	2 ,3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad.	CONDICIÓN FÍSICA : Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.	LÚDICA MOTRIZ : Propongo momentos de juego en el desarrollo de las actividades.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Coopero y muestro solidaridad con mis compañeros trabajando constructivamente en equipo.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Reconozco estrategias sencillas de resolución pacífica de conflictos.			
TEMA : Coordinación dinámica			
SUBTEMAS : lateralidades izquierda, derecha, adelante, atrás			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	1 Se realiza el alistamiento del material de Taekwondo y se realiza llamado de asistencia 2 movilidad articular cabeza hombros codos brazos cadera piernas pie 3 se realiza explicación de los objetivos, RAP(que aprende y como aprende), DIALOGO DE SABERES: se realiza con preguntas ¿ cómo realizar la actividad? PENSAR Y PENSARNOS: experimentar cada uno solo que puede hacer y cómo? proponer como hacer el ejercicio: flexionando las rodillas los brazos, saltando TRANSFORMANDO REALIDADES: acordar planear y ejecutar en el proceso de construcción: que el niño entienda como realizar una técnica utilizando un lenguaje o diferentes movimientos para desarrollar la mejor forma de hacer el movimiento. ACTIVIDAD SOCIAL TRABAJO EN EQUIPO: se ubican grupos de 2 a 4, sentados en fila cruzan los pies delante de su compañero todos deben utilizar los brazos izquierda, derecha y desplazarse hacia adelante en forma de gusano, hasta llegar a la línea límite de la cancha 4 Se ubican de 4 a 6 grupos, al frente de cada grupo habrán 3 a 4 aros en línea, uno de cada grupo debe llevar una ficha de un aro a otro, hasta que todo el grupo traslade las fichas de aro en aro al final de la línea limite. 5 Ubicados en parejas frente a frente, juegan a chocar la palma de la mano izquierda y derecha, al silbato se acuestan con los brazos extendidos tomados de las manos giran por el lado derecho hasta llegar a la línea limite, se devuelve realizando carrera de sapitos. 6 estiramiento general del cuerpo	platillos, fichas, aros	40

FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	PARTE CENTRAL 1) BÁSICO UNO DE BRAZO COMBINADO CON PUÑO 2) STEP DE COMBATE PATADAS BÁSICAS AP CHAGUI, DOLLYO CHAGUI, NERYO CHAGUI 3) COREOGRAFÍA FIRE STYLE	paletas, música	40
FASE FINAL : (CIERRE)	Dos grupos en fila desplazan el aro por su cuerpo hasta llegar al otro extremo, se devuelve de la misma forma, retroalimentación de la clase, auto-evaluación de cada uno sobre lo aprendido.	aros	40
OBSERVACIONES Al no desarrollarse la sesión de clase por lluvia o espacios, se realizara plan B, en caso de lluvia se utilizaran fichas didácticas para repasar temas de Taekwondo, en caso de no haber espacio en el coliseo, como plan B se realizara la sesión de clase en zonas verdes.			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. BACHUE			Nombre Instructor: CONSUELO YANETH RAMIREZ BECERRA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-10-16	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,11:30:00,13:30:00	6. Nº de Sesion: 37	9. Nº de Semana: 29	
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1011208077	MIGUEL ESTEBAN RAMIREZ	Asistio
1014870971	MIGUEL EDUARDO BARRIGA	Asistio
1013270594	NICOLAS FELIPE FLOREZ	Asistio
1141118274	LUNA ROJAS	Asistio
1061750549	GUADALUPE GOMEZ	Asistio
1012920112	ELKIN SANTIAGO CARDONA	Asistio
1141120621	ANDRES GIOVANNY BONILLA	Asistio
1140920686	SEBASTIAN PAEZ	Asistio
1140921825	NILSON STIVEN CIFUENTES	Asistio
1145225183	LINDA JASMIN CUELLAR	Asistio