

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:	2019-10-21	4. HORA:	Lunes,11:30:00,13:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	38
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. N° DE SEMANA:	31
8. ZONA:	2	9. CICLO:	2 ,3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE			
MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento, realiza movimientos dinámicos de correr y saltar.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad, realiza de coordinación dinámica de brazos y piernas a través de las técnicas básicas de las patadas dollyo chagui, bandal y neryo chagui a la zona media y alta, defensas abajo, medio y alto.	CONDICIÓN FÍSICA : no aplica	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. Igualdad			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios. Trabajo en equipo			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS			
INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Identifico consecuencias de discriminación en las personas y en la convivencia escolar. Amistad, trabajo en equipo respeto			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES			
INTERPERSONAL			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Amistad trabajo en equipo respeto: lograr una armoniosa interacción grupal y una sana convivencia			
TEMA : Coordinación dinámica general, correr y saltar			
SUBTEMAS : desplazamientos y lateralidades izquierda, derecha, adelante, atrás con los pies y los brazos para tener una orientación espacial			
FASE	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO (MIN)
FASE INICIAL : (APERTURA)	DIALOGO DE SABERES: fase inicial, socializar los saberes a desarrollar, saludo y lectura del estado del grupo 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, ACTIVIDAD SOCIAL EL NUDO HUMANO: ubicados en grupo, se toman de las manos con diferentes compañeros, intentan soltar el nudo sin soltasen de las manos 4 En parejas frente a frente, al silbato cada uno salta el platillo que se encuentra al frente de cada uno 3 veces y cambian de puesto, misma secuencia saltan y corren en sentidos contrarios hasta la línea limite. 5 Se ubica el grupo dentro de la cancha, uno del grupo se ubica en la línea de mitad de cancha, uno del grupo toca la espalda, deberá correr a coger a uno de sus compañeros el cual le debe ayudar a coger a los demás. 6 estiramiento general del cuerpo	platillos	30
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	1 BÁSICO DOS DE BRAZO en grupo realizan básico dos de brazo, en parejas realizan básico dos de brazo 2 COMBINACIÓN DE PATADA DOLLYO CHAGUI Y NERYO CHAGUI en parejas por pasillo realizan dos patadas dollyo a la pechera y neryo a la paleta, cambiando de compañero 3 BANDAL CHAGUI se ubican en parejas realiza por pasillo dos patadas bandal chagui al pao, cambiando de compañero	pecheras, protectores de brazo, protectores de pierna, paletas, paos, platillos	60

FASE FINAL : (CIERRE)	TRANSFORMANDO REALIDADES: reflexión de los aprendizajes logrados y como se transfieren hacia sus entornos 1 evaluación y retroalimentación	no aplica	20
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:	2019-10-21	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,11:30:00,13:30:00	6. N° de Sesion: 38	9. N° de Semana: 31	
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
1141719373	ERICK YESID GONZALES			Asistio
1161214351	MELLER ESTIBEN JEREZ			Asistio
1188214194	IAN MAYORGA			Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO