PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO JOSE ASUNCION SILVA (IED) (SIDAUTO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DORIS PAOLA ROA NIÑO**
3. FECHA:	2020-05-21	4. HORA:	Jueves,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	2	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : Realizar lanzamientos y recepciones generando de esta manera mayor habilidad motriz	TÉCNICAS DEL CUERPO : NO APLICA	CONDICIÓN FÍSICA : NO APLICA	LÚDICA MOTRIZ : NO APLICA
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : NO APLICA			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : NO APLICA			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : El estudiante realizara cada uno de los ejercicios propuestos en clase con mucha intensidad y dedicación.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES INTERPERSONAL			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Se realizan ejercicios de forma individual fortaleciendo la autonomía			
TEMA : habilidades motrices básicas. Igualdad			
SUBTEMAS : lanzar y atrapar. Autonomia			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	- Realizaremos 3 ejericios para hacer el calentamiento 1. Haremos 20 payasitos en la primera fase 2. Saltamos y tocamos en piso debemos hacer 20 veces. 3. Realizamos desplazamientos laterales tocando el piso.	NO APLICA	20 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	- Lanzamos el elemento 20 veces y antes de recogerlo, aplaudimos 2 veces - Lanzamos el elemento de la mano izquierda a la mano derecha y después de izquierda a derecha. - Cogemos otro elemento y hacemos lanzamiento al tiempo de los 2, intentamos que no caiga al suelo.	pelotas de papel reciclado, peloticas pequeñas o medias	75 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	- Estiramiento tren superior: 1. Mano izquierda al frente con los dedos mirando hacia abajo y hacemos presión. Realizamos el mismo ejercicio con la otra mano. 2. Mano izquierda hacia arriba incluyendo los 5 dedos y cambio con la otra mano. 3. Entre lazamos dedos y empujamos hacia arriba como queriendo tocar el cielo, para complementar el ejercicio nos ponemos de punticas. 4. Brazo derecha por enfrente del cuerpo y hacemos presión, el mismo ejercicio pero con la mano contraria. 2.	NO APLICA	25 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SIDAUTO			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-05-21	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1141128678	ALISSON DANIELA URUEÑA	Asistio
1031829270	JHOAN ESTEBAN ROBLES	Asistio
1028948639	SOFIA PITA	Asistio
1028499814	JOHAN SEBASTIAN GARCIA	Asistio
1141129039	SARA SOFIA MORCOTE	Asistio
1028948638	LAURA PITA	Asistio
1016600948	DAVID MATIAS NARIÑO	Asistio
1014259506	SANTIAGO MAHECHA	Asistio
1028951617	DYLAN ESTEBAN BLANCO	Asistio
1031829011	KAREN DAHIANA WILCHES	Asistio
1016073717	DINA VALENTINA GARCIA	Asistio
1031833109	SAMUEL PULIDO	Asistio
1057787036	BREINER SANTIAGO ESCOBAR	Asistio
1016599596	ANDERSON JOSE CHALA	Asistio
1019117793	DIANA VICTORIA DAVILA	Asistio
1014273570	VALERI CALEÑO	Asistio
1010843916	PAULA ANDREA SAAVEDRA	Asistio
1031829732	DANNA MICHELLE DAZA	Asistio
1027292320	GABRIELA SALAMANCA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO