PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO JOSE ASUNCION SILVA (IED) (SIDAUTO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DORIS PAOLA ROA NIÑO**
3. FECHA:	2020-05-27	4. HORA:	Miercoles,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	2	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : - Realizar movimientos precisos y coordinados logrando estimular la coordinación visomanual (ojo-mano, muñeca, brazo) en los estudiantes	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)	: Se ubican por parejas y jugaran a tocarse las rodillas, después lo codos y por ultimo los hombros, recuerda repetirlo en casa 4 veces más.	NO APLICA	25 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	- Con los palos de escoba, realizamos equilibrio sosteniendo el elemento con una mano logrando mantenerlo sin dejarlo caer por un buen tiempo, la idea es lograr la mayor cantidad de puntos. Jugaran 4 veces. -Ubicaran pelotas de plástico o bolitas de papel reciclado en un punto de partida y llevaras cada una de ellas hacia un punto B por medio de tubitos de papel higiénico. La idea es llevarlo lo mas rápido posible sin que se caiga al suelo. -Ahora llevaras bolitas de papel con una cuchara de un punto al otro sin que caigan al suelo, pondrás a prueba tu coordinación visomanual y velocidad.	palos de escoba,tubos de papel higienico, cucharas y bolitas de papel reciclado,	75 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Mano derecha al frente y hago presión hacia adentro con los 5 deditos, después hacemos cambios de mano con la izquierda. - Ahora realizamos estiramiento de muñeca hacia abajo con izquierda y con derecha. Entrelazamos las manos empujamos hacia afuera, sacando la espalda, y metiendo el estomago. Ahora realizamos el mismo ejercicio entrelazando manos en la espada sacando pecho y metiendo abdomen.	NO APLICA	20 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:	2020-05-27	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1019117793	DIANA VICTORIA DAVILA	Asistio
1031829270	JHOAN ESTEBAN ROBLES	Asistio
1014259506	SANTIAGO MAHECHA	Asistio
1028951617	DYLAN ESTEBAN BLANCO	Asistio
1141721964	ISABELLA ROBAYO	Asistio
1028948639	SOFIA PITA	Asistio
1028948638	LAURA PITA	Asistio
1031833109	SAMUEL PULIDO	Asistio
1016600948	DAVID MATIAS NARIÑO	Asistio
1141128678	ALISSON DANIELA URUEÑA	Asistio
1057787036	BREINER SANTIAGO ESCOBAR	Asistio
1016599596	ANDERSON JOSE CHALA	Asistio
1014273570	VALERI CALEÑO	Asistio
1023085837	DOMINIC SEBASTIAN VELASQUEZ	Asistio
1141117250	MARIAN DANIELA BLANCO	Asistio
1027292320	GABRIELA SALAMANCA	Asistio
1014275315	tifany giselle romero	Asistio
1141129039	SARA SOFIA MORCOTE	Asistio
1011106368	BENJAMIN ADRIAN MUÑOZ	Asistio
1082496067	JUAN SEBASTIAN SARABIA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO