PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO JOSE ASUNCION SILVA (IED) (JOSE ASUNCION SILVA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DORIS PAOLA ROA NIÑO**
3. FECHA:	2020-05-27	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	2	9. CICLO:	2 ,3
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 (ojomano, 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. JOSE ASUNCION SILVA			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,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1141125933	HIAN ANDREY OSORIO	Asistio
1016052490	LAURA VALENTINA VARGAS	Asistio
1188215216	DANNA JULIETH ARROYO	Asistio
1031823432	LUNA CASTAÑEDA	Asistio
1028947689	SERGIO ANDRES PEÑA	Asistio
1016959257	SIADT SAMANTHA TRIANA	Asistio
1016958916	YICETH SOFIA CAMPOS	Asistio
1031822196	JOSE GABRIEL DEANTONIO	Asistio
1141125298	SHARIT NATALIA DURAN	Asistio
1015442319	DYLAN JHOAN CASALLAS	Asistio
1141720223	DAVID STEBAN SILVA	Asistio
1141124070	SANTIAGO PARDO	Asistio
1016958874	ZHARIK MARIAN GARCIA	Asistio
1033107416	SAMUEL VICENTE BAENA	Asistio
1025148956	JOHAN SEBASTIAN SUAREZ	Asistio
1019075036	MARIA ALEJANDRA ARANGO	Asistio
1010762143	LUISA ALEJANDRA SALAMANCA	Asistio
1028947011	DANY ALEXANDER MORENO	Asistio
1031823784	VALERY YOLANI PALACIOS	Asistio
1016957707	JULIAN CAMILO BELLO	Asistio