PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO REPUBLICA DE PANAMA (IED) (SIMON BOLIVAR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**SANDRA VIVIANA PEDRAZA GARCIA**
3. FECHA:	2020-02-12	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Barrios Unidos	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Exploro formas básicas de movimiento y combi- naciones con elementos y sin ellos.	CONDICIÓN FÍSICA : NP	LÚDICA MOTRIZ : Resuelvo las di- versas situaciones que el juego me presenta.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Identifico las diferencias y semejanzas de género y físicas de sus compañeros.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : NP			
TEMA : ACTIVIDADES JUGADAS			
SUBTEMAS : 1. Carreras por grupos. 2. Pato, pato, ganso. 3. El avión.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	1. Alistamiento y llamado lista. 2. Explicación objetivos. 3. Movilidad articular 4. Flexibilidad general. 5. Activación Dinámica. 6. Calentamiento especifico.	PATIO	1. 3 mtos. 2. 1 mtos. 3. 5 mtos. 4. 5 mtos. 5. 2 mtos. 6. 4 mtos. .
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	1. Por tríos, realización desplazamientos en carrera, comandos de voz “Ya y 1,2,3”. 2. Sentados en ronda, se elije un pato (Que ira tocando la cabeza de los niños, con un dedo solamente), un moderador que de la orden (Pato, Pato….., Ganso), a la orden de Ganso el pato correrá en su misma dirección y el Ganso opuestamente, llar primero a ocupare el espacio. 3. Desplazamientos imitando ser un avión en trayectos, voluntarios (sin tocarse unos con otros), ejecutando ordenes (se eleva, rota en su puesto, baja, planea, etc.).	PATIO	1. 20 mtos. 2. 20 mtos. 3. 20 mtos.
FASE FINAL : (CIERRE)	1. Vuelta a la calma. 2. Estiramiento general. 3. Evaluación y Acompañamiento.	PATIO	1. 3 mtos. 2. 3 mtos. 3. 4 mtos.

OBSERVACIONES

NP

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO