

PLAN DE CLASE  
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|                                                                                                                                    |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. IED: COLEGIO GERARDO PAREDES (IED) (LA FRONTERA)                                                                                |                              | 2. NOMBRE INSTRUCTOR:                                                                              | ARINTON ALEJANDRO RODRIGUEZ<br>ARDILA                                                        |
| 3. FECHA:                                                                                                                          | 2019-11-05                   | 4. HORA:                                                                                           | Martes,09:30:00,11:30:00                                                                     |
| 5. CENTRO INTERÉS:                                                                                                                 | GIMNASIA                     | 6. N° DE SESIÓN:                                                                                   | 50                                                                                           |
| 7. LOCALIDAD:                                                                                                                      | Suba                         | 8. N° DE SEMANA:                                                                                   | 31                                                                                           |
| 8. ZONA:                                                                                                                           | 1                            | 9. CICLO:                                                                                          | 1                                                                                            |
| COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE<br>MOTRIZ                                                |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| DESARROLLO MOTOR :<br>N/A                                                                                                          | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>N/A | CONDICIÓN FÍSICA :<br>Relaciona sus capacidades físicas en la combinación de elementos de gimnasia | LÚDICA MOTRIZ :<br>Disfruta de la práctica deportiva con canciones y coreografías aprendidas |
| EXPRESIVA CORPORAL                                                                                                                 |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Maneja un lenguaje apropiado durante la clase de gimnasia, para referirse a sus compañeros y al formador |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| AXIOLOGICA CORPORAL                                                                                                                |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Comprende la importancia de la gimnasia y como llevarlo                                                   |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| COMPETENCIA 2. CIUDADANAS<br>INTEGRADORA                                                                                           |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Trata a todos sus compañeros de manera agradable durante la practica deportiva   |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES<br>INTERPERSONAL                                                                                   |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Demuestra el avance constantemente de los elementos aprendidos durante el proceso.                |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| TEMA :<br>Gimnasia Acrossport                                                                                                      |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| SUBTEMAS :<br>Coreografía final.                                                                                                   |                              |                                                                                                    |                                                                                              |
| FASE                                                                                                                               | ACTIVIDADES                  | RECURSOS                                                                                           | TIEMPO (MIN)                                                                                 |
| FASE INICIAL : (APERTURA)                                                                                                          | Ensayo coreografía final     | Sonido                                                                                             | 30                                                                                           |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO)                                                                                                        | Ensayo coreografía final     | Sonido                                                                                             | 60                                                                                           |
| FASE FINAL : (CIERRE)                                                                                                              | Ensayo coreografía final     | Sonido                                                                                             | 20                                                                                           |
| OBSERVACIONES                                                                                                                      |                              |                                                                                                    |                                                                                              |

