

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO GERARDO PAREDES (IED) (LA FRONTERA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	ARINTON ALEJANDRO RODRIGUEZ ARDILA
3. FECHA:	2019-10-29	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. N° DE SESIÓN:	49
7. LOCALIDAD:	Suba	8. N° DE SEMANA:	30
8. ZONA:	1	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : N/A	TÉCNICAS DEL CUERPO : N/A	CONDICIÓN FÍSICA : Relaciona sus capacidades físicas en la combinación de elementos de gimnasia.	LÚDICA MOTRIZ : Disfruta de la práctica deportiva con canciones y coreografías aprendidas
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Maneja un lenguaje apropiado durante la clase de gimnasia, para referirse a sus compañeros y al formador.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Comprende la importancia de la gimnasia y como llevarlo a la vida diaria.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Trata a todos sus compañeros de manera agradable durante la practica deportiva.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES INTERPERSONAL			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Demuestra el avance constantemente de los elementos aprendidos durante el proceso.			
TEMA : Gimnasia Acrossport			
SUBTEMAS : Coreografía final.			
FASE	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO (MIN)
FASE INICIAL : (APERTURA)	Se da inicio dando la bienvenida a los estudiantes y se explican los objetivos de la clase. Seguidamente Se realiza una activación con trote en diferentes direcciones cambiando de ritmo, lento o rápido. Estiramiento por parejas.	Cancha de baloncesto.	30
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Individualmente repasan los elementos aprendidos durante el proceso: media luna, invertida de manos, mosquito y sus variaciones. Seguidamente se organizan para seguir preparando la coreografía final de clausura.	Zona verde	60
FASE FINAL : (CIERRE)	Se ubican sentados en la zona verde y se dan unas recomendaciones para la presentación final y se realiza un estiramiento de forma ascendente.	Zona verde	20

OBSERVACIONES

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. LA FRONTERA			Nombre Instructor: ARINTON ALEJANDRO RODRIGUEZ ARDILA	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-10-29	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 49	9. N° de Semana: 30	
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1066883757	EMILY SOFIA ABELLO			Asistio
1073700922	VALERIE JULIANA BAUTISTA			Asistio
1141128657	SAMUEL DAVID CUBIDES			Asistio
1161215527	LADY K THERINN ESPITIA			Asistio
1019106107	DANA CAMILA LEIVA			Asistio
1031826118	AILYN MARIANA LOPEZ			Asistio
1047053778	JESUS DANIEL MARTINEZ			Asistio
1127915240	DIANA VALENTINA PEREZ			Asistio
1031831517	JHON ANDERSON MORALES			Asistio
1233911982	MARIA ANGEL PEDROZO			Asistio
1083908389	NICOLAS FERNANDO PIAMBA			Asistio
1031656237	YERAY VALERIA GARCIA			Asistio
1031656073	YAHIRA ISABELLA RUIZ			Asistio
1033112743	MAICOL DAVID JULIO			Asistio
1028950466	NICOL MARIANA ZAPATA			Asistio
1031828805	JAVI MATHIAS ROJAS			Asistio
1031830681	GABRIEL SANTIAGO HENAO			Asistio
1082987093	KEINY MARCELA MENESES			Asistio
1043994690	SARA PAOLA MARTELO			Asistio