PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO INDUSTRIAL PILOTO (IED) (INDUSTRIAL PILOTO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Cristian David Quijano Velandia**
3. FECHA:	2020-06-10	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : UBICACIÓN ESPACIAL	TÉCNICAS DEL CUERPO : Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones	CONDICIÓN FÍSICA : Reconozco las capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	LÚDICA MOTRIZ : Resuelve las diversas situaciones juego atraves de formas jugadas
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Explora 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 : Se enfoca en realizar su mejor esfuerzo para lograr la actividad			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Logra identificar sus estados de animo durante la sesion			
TEMA : desarrollo motor ubicación espacial			
SUBTEMAS : lateralidad			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	1. SALUDO FORMADOR-RECOMENDACIONES 2.MOVILIDAD ARTICULAR	1.magen QUEDATEC EN CASA - Voz en off Imagen hidratacion y ropa comoda - Voz en off 2.Luz dia - Primer plano del formador - cuarto Voz en off con explicacion de movimiento, articulacion y numero de repeticiones Inicio de actividades de movilidad articular de cabeza a pies:cuello, hombros, codos, muñecas, dedos, cadera, rodillas, tobillos. Titulos indicando numero de repeticiones y articulaciones trabajadas	1.10 seg 2.72 seg

FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	1.SALUDO FORMADOR-RECOMENDACIONES 2.LATERALIDAD ARRIBA - ABAJO ATRÁS 3.IMAGEN 4.LATERALIDAD ADELANTE-ATRÁS IZQUIERDA-DERECHA 5.DESPEDIDA	1.Imagen QUEDATEC EN CASA Luz dia - Primer plano del formador-medio cuerpo Saludo, explicacion de actividad y recomendaciones Enunciado del tema 2. Luz dia - Primer plano del formador - cuarto - Voz en off con explicacion de movimiento, parte del cuerpo y numero de repeticiones -inicio con brazos arriba-abajo - combinacion con pierna izquierda atrás -brazo izquierdo arriba- abajo pierna izquierda atrás - ambos brazos arriba y abajo con pierna izquierda atras -brazo derecho arriba y abajo con pierna derecha atras TITULO RECORDANDO NUMERO DE REPETICIONES 3.IMAGEN INTERROGANDO LADOS (TRABAJO EN ESPEJO) 4.Luz dia - Primer plano del formador - Voz en off con explicacion de movimiento, parte del cuerpo y numero de repeticiones -inicio desplazamiento en trote suave delante de frente- atrás de espalda -salto lateral izquierda- derecha 5.Luz dia - Primer plano del formador VALOR DE LA EXCELENCIA Despedida, imagen QUEDATEC EN CASA	1. 28 SEGUNDOS 2. 32 SEGUNDOS 3.4 SEGUNDOS 4. 19 SEGUNDOS 5. 15SEGUNDOS
FASE FINAL : (CIERRE)	1.SALUDO FORMADOR-RECOMENDACIONES 2.ESTIRAMIENTO 3. DESPEDIDA	1.Imagen QUEDATEC EN CASA Luz dia - Primer plano del formador-medio cuerpo Saludo, explicacion de actividad y recomendaciones Enunciado de tema 2Luz dia - Primer plano del formador - cuarto TITULO TEMA Y PARTES DEL CUERPO QUE PARTICIPAN, TITULO EN CADA EJERCICO TIEMPO A REALIZAR -Inicio estiramiento de tren inferior- piernas piernas juntas y baja a tocar puntas de pies -piernas separadas baja a tocar puntas de pies - piernas separadas baja a tocar un pie con ambas manos y luego el otro pie - estiramiento tren superior - brazos - tomar brazo arriba del codo y llevar hacie el cuerpo, luego el otro brazo 3.Luz dia - Primer plano del formador Despedida, imagen QUEDATEC EN CASA	1. 22 SEGUNDOS 2. 53 SEGUNDOS 3. 5 SEGUNDOS
OBSERVACIONES			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. INDUSTRIAL PILOTO			Nombre Instructor: Cristian David Quijano Velandia	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-06-10	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 24	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025551980	ERIKA SOFIA BUENO	Asistio
1025552113	ISABELLA ESPITIA	Asistio
1032473171	SOFIA ROJAS	Asistio
1025551506	VALERY SOFIA CARREÑO	Asistio
1029151456	ASHLIE SAORI ESPINOSA	Asistio
1025552939	ANGIE LILIANA SEVILLANO	Asistio
1025151157	EMMANUEL ESPEJO	Asistio
1013143044	JHOAN DANIEL FAUTOQUE	Asistio
1033783827	CLAUDIA SOFIA RODRIGUEZ	Asistio
1025552986	JUANA ISABELLA JIMENEZ	Asistio