PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO INDUSTRIAL PILOTO (IED) (NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR MARIN OLARTE**
3. FECHA:	2020-08-19	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	34
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Vivencia múltiple formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Explora diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.	CONDICIÓN FÍSICA : Explora desde el juego dirigido las diferentes formas de movimiento, mejorando su condición física	LÚDICA MOTRIZ : compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Vivencia la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Identifica algunas acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Comprende la importancia del trabajo constructivo en clase.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Identifica sus emociones negativas durante la clase (temor, rabia, entre otras).			
TEMA : Equilibrio			
SUBTEMAS : coordinación			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	2. en lo social se esta trabajando el reconocimiento y llamado a lista 3. movilidad articular 4. calentamiento muscular y elevación de la temperatura	listados , espacio	30 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	trabajo de equilibrio donde los estudiantes trataran de realizar una practica donde se evidencie este tan importante ejercicio	palo de escoba , media , balde	60 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	(Estiramiento de cada segmento corporal – mantener mínimo de 20 segundos) de forma cefalocaudal. Estiramiento tren superior: - Extensión de hombro – brazos extendidos / derecha – izquierda -Extensión de la espalda / inclinación lado derecho – izquierdo / con brazos extendidos haciendo una línea con el cuerpo y espalda larga. Inicio estiramiento de tren inferior- piernas: -Piernas separadas baja a tocar con ambas manos lado derecho luego izquierda -Flexión de pierna (talón atrás) / derecha – izquierda	xxx	30 minutos

OBSERVACIONES

xxx

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO			Nombre Instructor: OSCAR MARIN OLARTE	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-08-19	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 34	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021685953	SANTIAGO RODRIGUEZ	Asistio
1018496870	MATIAS ACOSTA	Asistio
1021400500	SARA VALENTINA ARENAS	Asistio
1026580790	MATHEW RODRIGUEZ	Asistio
1027535271	CAROL VALENTINA SEQUEDA	Asistio
1128227702	SEBASTIAN DAVID ASTUDILLO	Asistio
1028874213	JULIAN CAMILO CASTRO	Asistio
1027535403	HAWER OSWALDO RAMIREZ	Asistio
1012922853	GABRIELA VALENTINA CAÑON	Asistio
1010844122	JUAN NICOLAS CUCHIMBA	Asistio
1025552899	JAIDEN ADRIAN MONTAÑEZ	Asistio
1025552062	MARIA JOSE CASTILLO	Asistio
1025552222	ISABELLA GONZALEZ	Asistio
1028875269	DEIBY FELIPE QUIÑONES	Asistio
1028621974	LEONARDO MARIN	Asistio
1033783612	IHAM DAVID FLOREZ	Asistio
1027533199	SARA SOFIA REYES	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO