PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO INDUSTRIAL PILOTO (IED) (NUESTRA SEÑORA DE FATIMA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR MARIN OLARTE**
3. FECHA:	2020-08-20	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	11
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 se da continuidad a este tan importante ejercicio en donde se utilizaran diferentes variantes	palo de escoba , media , balde , lazo , zapatos	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 DE FATIMA			Nombre Instructor: OSCAR MARIN OLARTE	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-08-20	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 34	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025550523	LUISA FERNANDA MOICA	Asistio
1011106445	YULIAN SAMUEL AMARILLO	Asistio
1011219356	PAULA NIKOL VASQUEZ	Asistio
1011220761	CHRISTINE CHARLOTTE OSPINA	Asistio
1025548566	TANIA LORENA VELASQUEZ	Asistio
1028621629	MELANY BENAVIDES	Asistio
1025550362	JESUS ESTEBAN ALARCON	Asistio
1019084488	STEVAN AMAYA	Asistio
1023388765	EILIN FERNANDA GALINDO	Asistio
1028788548	KAROL DAYANA RODRIGUEZ	Asistio
1025549886	JHOJHAN ANDRES RODRIGUEZ	Asistio
1127212504	MARCO ANTONIO PILLAJO	Asistio
1025550829	DANNA GABRIELA MERCHAN	Asistio
1025549510	JHAMPOL STHID ORTEGON	Asistio
1013647630	JEYDEN SANTIAGO ALEGRIA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO