PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO ANTONIO JOSE URIBE (IED) (ANTONIO JOSE URIBE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JENNYFER MARTINEZ PERILLA**
3. FECHA:	2020-08-18	4. HORA:	Martes,07:00:00,09:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Santafe	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	4	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : "COORDINACIÓN Vivencia múltiple formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentarlo."	TÉCNICAS DEL CUERPO : Explora diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.	CONDICIÓN FÍSICA : "EQUILIBRIO Explora desde el juego dirigido las diferentes formas de movimiento, mejorando su condición física"	LÚDICA MOTRIZ : Vivencia la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.			
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 : Logra identificar sus estados de animo durante la sesión			
TEMA : Habilidades básicas coordinativas: Equilibrio.			
SUBTEMAS : Ajuste, conciencia y línea cervical. desplazamientos.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Colocar las bolitas en fila y realizar 10 saltos en un pie por cada bolita, cambiando de pie en cada una, tomar la bolita y llevarla trotando hasta la vasija, realizarlo 10 veces con cada pierna, lo mas rápido posible	6 bolitas de papel u objetos, vasija o bolsa	1 MINUTO 20 SEGUNDOS
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Ubicar las bolitas u objetos al frente numerarlas (1.5 a 2 mtrs) , se para en medio de todos los recorridos y a la orden toca con derecha y/o izquierda el numero que corresponda, volver en trote hacia atrás al punto inicial, realizarlo 20 veces x 3 rondas (con ayuda del acudiente o repitiendo el vídeo)"	6 bolitas de papel u objetos,cuaderno o carpeta o libro , cordón o correas o cuerda	1 MINUTO 40 SEGUNDOS
FASE FINAL : (CIERRE)	"EJERCICIOS EN SUELO, CADA EJERCICIO SE SOSTIENE 20 SEGUNDOS: - MONTAÑA : Apoyo de manos y pies, eleva la cadera, extensión completa de brazos y piernas, espalda derecha"	PISO, TAPETE, COBIJA	1 MINUTO 20 SEGUNDOS

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO JOSE URIBE			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-08-18	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Santafe	
3. Hora:	Martes,07:00:00,09:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021686073	DANNA SOFIA ESCOBAR	Asistio
N37664659704	VALERIA VALENTINA GONZALEZ	Asistio
1010224374	RONAL STEVEN TAMARE	Asistio
1028683491	ALISON YERLEY ZEA	Asistio
1013660922	ANGIE NICOL BEJARANO	Asistio
1028894616	CARLOS JULIO GARCIA	Asistio
2304374014	DALIANYELID AZTUDINO	Asistio
11143	JULIANYELIS URBINA	Asistio
12345678123	YILMEY LUCIA URBINA	Asistio
1021316984	JHANA CELENA REYES	Asistio
2022013	MINIAYELIZ NEXALY ROMERO	Asistio
1010213190	SANTIAGO ROJAS	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO