PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO INDUSTRIAL PILOTO (IED) (INDUSTRIAL PILOTO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DAVID MORA HORTUA**
3. FECHA:	2020-08-26	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos	CONDICIÓN FÍSICA : Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	LÚDICA MOTRIZ : Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Cumplo con los ejercicios planteados			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Reconozco las emociones básicas (alegría, tristeza, rabia, temor) en sí mismo y en otras personas.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Reconozco las emociones básicas (alegría, tristeza, rabia, temor) en sí mismo y en otras personas.			
TEMA : Acondicionamiento Fisico			
SUBTEMAS : lanzar y atrapar			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Saludo del formador dando la bienvenida a la sesión de clase, el formador, (coordinación general) sentados rectificamos nuestra postura, glúteos en el piso, pies cruzados, manos en las rodillas, espalda recta y mentón alineado damos las instrucciones y movilidad articular de pies a cabeza recomienda la hidratación en la clase.	"MATERIALES A UTILIZAR Espacio amplio, correas, medias, Pares de medias un triqui dibujado o con cinta "	30 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	el formador se ubica frente a la camara y se realiza la recopilación de los mejores momentos, de la sesiones pasadas, triqui, toca rodillas, canciones, son juegos de actividad fisica.	Espacio amplio, correas, medias, Pares de medias un triqui dibujado o con cinta "	60 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	El formador de frente a la cámara, describe y realiza cada uno de los estiramientos para recuperar, estos son: 1. abrimos las piernas frente al cuadro ponemos dos media a cada lado e intentamos llevar media por media al cuadro con cada pie. 2.inhalo manos arriba y pinza tocando los pies. 3 En posición de l atrás voy al frente, repitiendo 3 veces. 4. juntando los pies en forma de mariposa inhalo y exhalo. INVITACIÓN AL RETO	"MATERIALES A UTILIZAR Espacio amplio. Pares de medias y un cuadro dibujado o con cinta "	30 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. INDUSTRIAL PILOTO			Nombre Instructor: DAVID MORA HORTUA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-08-26	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 14	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1024570956	VALERIN NAHARA SERRANO	Asistio
1011228990	KEIMER JOSE MENESES	Asistio
1033470783	MARIA SALOME MONSALVE	Asistio
1014484919	SALOME MARTINEZ	Asistio
1034313809	JUAN PABLO PORRAS	Asistio
1025551907	ANDRES FELIPE NARVAEZ	Asistio
1027535533	CLAUDIA SOFIA VARON	Asistio
1011226664	AYELEN STEFANNY BOLIVAR	Asistio
1222207309	LUISA MARIA GONZALEZ	Asistio
1025552528	YAMIL JUNIOR MARTINEZ	Asistio
1028789898	DANTE ALEJANDRO MARTIN	Asistio
1025551639	JUAN ESTEBAN ARCHILA	Asistio
1188221042	ANGELICA LORENA SÁNCHEZ	Asistio
1025551665	SARA CAMILA AREVALO	Asistio
938235913032012	JOSUE SEBASTIAN BERNAL	Asistio
1025553145	DOMINIQUE SOFIA ROZO	Asistio
1027534747	DANIEL ALEJANDRO BUITRAGO	Asistio
1025552520	JEREMY ALEJANDRO ORJUELA	Asistio