PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO ENRIQUE OLAYA HERRERA (IED) (ENRIQUE OLAYA HERRERA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**HENRY MOSQUERA BEJARANO**
3. FECHA:	2020-08-08	4. HORA:	Sabado,08:05:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	4
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Identifica movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Realiza y combina las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales	CONDICIÓN FÍSICA : Identifica sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	LÚDICA MOTRIZ : Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Identifico las prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Conoce y utiliza el adecuado uso del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la calidad de vida.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Identifica que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Explora habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.			
TEMA : Coordinación General, Coordinación Especial, Flexibilidad, fuerza, Velocidad, valores olimpicos, competencias sociales y psicologicas.			
SUBTEMAS : Equilibrio, ritmo, orientacion, agilidad, flexibilidad pasiva y resistida, fuerza de resistencia y explosiva, velocidad traslacion, respeto, amistad, control y disciplina			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	llamado a lista trabajo de fuerza tren superior trabajo abdominal 10 repeticiones 5 series trabajo de elasticidad 20 segudos cada ejercicio calentamiento muscular, cambio de ritmo 15 segundos	colchoneta, cronometro	20 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	dominio de balon mano derecha mano izquierda desplazamientos en zigzag sin balon y con balon pases de pecho lanzamientos zona de no carga	balon campo de baloncesto	80 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	retro alimentacion de la sesion vuelta a la calma trabajo de respiracion juego resistencia por parejas	colchoneta	20 minutos
OBSERVACIONES			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ENRIQUE OLAYA HERRERA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-08-08	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe	
3. Hora:	Sabado,08:05:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021673242	JUAN CAMILO AMOROCHO	Asistio
1021672916	JOSEPH SAMUEL AGUILERA	Asistio
1023878604	LUNA SOFIA OVIEDO	Asistio
1023878278	JOHAN FABIAN SAENZ	Asistio
1022942670	KEVIN DAVID MARIN	Asistio
1019033807	CINDY LORENA OSORIO	Asistio
1011097875	JOHAN YEFREY BOLAÑOS	Asistio
1021671402	FRANK NEIDER TRUJILLO	Asistio
1035974127	EMILY GOMEZ	Asistio
1014480789	NICOLE CAMILA AVILA	Asistio
1016716033	NICOLLE DAYANNA TOVAR	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO