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:	2020-09-02	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	8
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 sementaría	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 : Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Cumplo con los ejercicios planteados.			
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 inicia haciendo movilidad articular de pies a cabeza luego se realiza juegos de calentamiento como toca rodillas.	2 cordones y un lápiz	30 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	El formador y su colaborador se ubican frente a la camara explica los ejercicios a realizar coordinación, plomería y juegos deportivos. luego se realiza un juego donde necesitaremos dos cuerdas, donde una se utiliza como cinturón, la otra cuerda de pone atras en la espalda con un lapicero amarrado en la punta el objetivo es meter el lápiz en un baso de boca pequeña o botella sin utilizar las manos.	2 cordones, un lápiz, y un baso o botella.	60 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	"1.El formador de frente a la camara con las manos cruzadas adelante, 15 segundos-con las manos unidas baja a tocar los pies, 15 segundos- cruzamos los pies y bajamos, 15 segundos- se sienta el formador y toca la punta de los pies, 15 segundos- se realiza la forma de un 4 con los pies y tocan el pie de adelante, 15 segundos cada pie. 2.soltar los pies y tomar aire, el ejercicio se realiza por 2 minutos, recordar hidratar.	espacio amplio e hidratación	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:	2020-09-02	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 16	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013661822	JOHAN SEBASTIAN ALEGRIA	Asistio
1023402982	NICOLAS DAVID MAHECHA	Asistio
1011221578	DANIEL MAURICIO NEISA	Asistio
1034313809	JUAN PABLO PORRAS	Asistio
1011228990	KEIMER JOSE MENESES	Asistio
1025551639	JUAN ESTEBAN ARCHILA	Asistio
1014484919	SALOME MARTINEZ	Asistio
1011226664	AYELEN STEFANNY BOLIVAR	Asistio
1033470783	MARIA SALOME MONSALVE	Asistio
1025552528	YAMIL JUNIOR MARTINEZ	Asistio
1025551907	ANDRES FELIPE NARVAEZ	Asistio
1027535533	CLAUDIA SOFIA VARON	Asistio
1024570956	VALERIN NAHARA SERRANO	Asistio
1025551665	SARA CAMILA AREVALO	Asistio
1028789898	DANTE ALEJANDRO MARTIN	Asistio
1188221042	ANGELICA LORENA SÁNCHEZ	Asistio
938235913032012	JOSUE SEBASTIAN BERNAL	Asistio
1025551800	VALERIE SOFIA TORRES	Asistio
1220215679	DILAN ALEJANDRO MILLAN	Asistio
1027534747	DANIEL ALEJANDRO BUITRAGO	Asistio
1025553145	DOMINIQUE SOFIA ROZO	Asistio
1013143703	ANNIA SALOME PEREZ	Asistio