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:	2020-09-01	4. HORA:	Martes,14:00:00,16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	ACTIVIDAD FÍSICA	6. Nº DE SESIÓN:	15
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 : Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y 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 realiza una encuesta, preguntando los mejores momentos de cada sesión de clase, luego se realiza la actividad o el juego aprendido en la sesiones de clase, después de hacer movilidad articular de pies a cabeza.	espacio amplio e hidratación	30 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	El formador y su colaborador se ubican frente a la camara se ubica encima de los cinturones y sin salir de la fila de cinturones van y vuelven. El formador y su colaborador se ubican frente a la camara se ubica encima de los cinturones y sin salir de la fila de cinturones o zapatos bailamos segun la musica que ponga el formador, luego realizamos una actividad de acción y reacción, en don de el numero uno es hacer sentadillas, el numero 2 es hacer lesiones, numero 3 tijeras y numero 4 angelitos, este ejercicio se realiza a voz de mando.	cinturones o zapatos	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. INVITACIÓN AL RETO	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:	2020-09-01	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Martes,14:00:00,16:00:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016732548	ELLY GUADALUPE GIL	Asistio
117677162	NEHEMIAS ARCANGEL DE JESUS ALBARRAN	Asistio
1082992878	LICED FERNANDA LORA	Asistio
1141523645	JOHAN DAVID TOVAR	Asistio
1123810210	IAN NICOLAS ALBINO	Asistio
1023167752	AINARA ALEJANDRA MENDIETA	Asistio
1030651116	DANIELA ANDREA LADINO	Asistio
1033776518	SAMUEL DAVID VALENCIA	Asistio
1013141489	JOHAN STEVEN ZUÑIGA	Asistio
1032467690	DYLAN DAVID PEÑA	Asistio
1066883801	DANIEL MATIAS MARTINEZ	Asistio
1033775373	JOSEPH DAVID GUTIERREZ	Asistio
1025550559	JUAN SEBASTIAN CARVAJAL	Asistio
1039699969	EMMANUEL PIEDRAHITA	Asistio
1028789008	SAYUMI LI LOZANO	Asistio
1028668400	ISABELLA CETINA	Asistio
1025550325	HAROL NICOLAS BENAVIDES	Asistio
1025549986	SHANNOL MARIANA TELLEZ	Asistio