PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO RURAL JOSE CELESTINO MUTIS (IED) (JOSE CELESTINO MUTIS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JULIO ANDRES TOVAR**
3. FECHA:	2019-09-23	4. HORA:	Lunes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	39
7. LOCALIDAD:	Cuidad Bolivar	8. Nº DE SEMANA:	20
8. ZONA:	6	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Explora las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Controla la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas	CONDICIÓN FÍSICA : Reconoce movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	LÚDICA MOTRIZ : Comprende a sus compañeros como constructores de juego y es tolerante frente a las situaciones que se presentan en el desarrollo del centro de interés
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Realiza secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Desarrolla las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Reconoce que existen diversas formas de exclusión, discriminación y sigue estrategias para impedir con sus acciones dicha situación a través de los valores respeto y excelencia.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Reconoce que las normas de convivencia ciudadana ayudan a evitar situaciones de exclusión y discriminación			
TEMA : 1.FORTALECIMIENTO DE COMPETENCIAS CIUDADANAS Y SOCIOEMOCIONALES A TRAVÉS DE VALORES POR MEDIO DE HABILIDADES SOCIALES 2.FUNDAMENTOS DE ATAQUE 3. FUNDAMENTOS DE DEFENSA 4.RESPONSABILIDAD			
SUBTEMAS : 1.Respeto , Trabajo en Equipo, Excelencia,Amistad 2. Balance corporal frente al duelo 1 vs. 1. 3.Asistencia, Puntualidad, Participación, Atención, Indicación, Comportamiento.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	llamado a lista a los estudiantes pertenecientes al centro de interés. trabajo sobre menejo de emociones Calentamiento Y estiramiento, Los alumnos sin balón se disponen en 2 filas a lo largo del campo de fútbol-sala, separados unos 2-3 metros. Quienes tienen el balón avanzan conduciéndolo haciendo zig-zag entre sus compañeros. Cuando todos hayan terminado, hacen el ejercicio quienes antes permanecieron en las filas. Dejamos los balones y practicamos ejercicios de movilidad articular y elasticidad, con incidencia especial en el tren inferior	balones, conos, cancha de futbol sala	40 minutos

FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Explicación de las acciones básicas de ataque: paredes, desmarque, superioridad numérica, bloqueo, doblaje Por parejas con un balón formando una fila en el centro del campo frente a una línea de cinco conos separados cuatro metros entre sí, a la señal los primeros avanzan haciendo paredes entre ellos, pasando el balón entre los conos. La siguiente pareja sale cuando la anterior termine el recorrido. Volver por un lateral del terreno al final de la fila. a. Aumentar el número de conos. b. Colocar varios alumnos fijos (3, 4…) y hacer una pared con cada uno de ellos. c. Lanzar a portería tras realizar la última pared. Por parejas con un balón formando una fila en el centro del campo frente a una portería, excepto dos alumnos que se situarán uno como defensor en la línea de área de portería y el otro como portero. El defensor marcará a uno de los atacantes y el otro intentará pasarle el balón cuando se desmarque, para que pueda lanzar a portería. Tras el lanzamiento los atacantes pasan a defensor y portero, y la otra pareja recoge el balón y va al final de la fila. Las parejas atacantes cambian de roles cada vez que atacan. a. El atacante que chuta a portería no puede hacerlo desde dentro del área. b. El defensor solo puede moverse por dentro del área	balones, conos, cancha de futbol sala	60 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Estiramiento retroalimentacion del trabajo realizado importancia y aspectos por mejorar	cancha de futbol sala	20 minutos
OBSERVACIONES no se tiene observación para esta sesión de clase			