**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,10:00:00,12:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | FUTSAL | 6. Nº DE SESIÓN: | 39 |
| 7. LOCALIDAD: | Cuidad Bolivar | 8. Nº DE SEMANA: | 21 |
| 8. ZONA: | 6 | 9. CICLO: | 1 |
| **COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**<br>**MOTRIZ** | | | |
| DESARROLLO MOTOR :<br>Identifica las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>Realizo diferentes juegos de deportivos y competitivos individuales y grupales ajustados al centro de interés. | CONDICIÓN FÍSICA :<br>Escucha los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica de actividad física y sus efectos en su condición física | LÚDICA MOTRIZ :<br>Participa en diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés |
| **EXPRESIVA CORPORAL** | | | |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Identifica sus emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Reconoce las normas y las reglas de seguridad y comportamiento del centro de interés. | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Respeta las normas y acuerdos para mejorar el trabajo en clase. - Demuestra solidaridad con sus compañeros al realizar las actividades. | | | |
| **COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Demuestra solidaridad con sus compañeros al realizar las actividades. | | | |
| **TEMA :**<br>Condiciones basicas Actividades Ritmicas y juego Salud Corporal Respeto | | | |
| **SUBTEMAS :**<br>Formas jugadas Trabajo en Equipo | | | |
| **FASE** | **ACTIVIDADES** | **RECURSOS** | **TIEMPO (MIN)** |
| FASE INICIAL : (APERTURA) | lamado a lista para tomar la asistencia a la clase Actividad de trabajo en equipo, calentamiento y estiramiento Juegos recreativos, ponchados, la lleva, cogidas y trote libre con balon. Estiramiento y movilidad articular | Cancha de futbol sala, balones, conos. | 40 minutos |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO) | Gambetear conos sin pelota, toque y devolucion, vuelta y carrera, lateral y devolucion, control con (el muslo y abdomen) rematar. Realizar control de balon en movimiento e intenar patear a el arco. Mini torneo en el cual se tendra un equipo como campeon. | Cancha de futbol sala, balones, conos. | 60 minutos |
| FASE FINAL : (CIERRE) | estiramiento de cada uno de los musculos de tren inferior y superior. En circulo el docente resalta los temas vistos en clase haciendo preguntas acerca del tema central evidenciando lo aprendido en la sesión | cancha de futbol sala | 20 minutos |

**OBSERVACIONES**
no hay observación para esta sesión de clase

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**