**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: | 2019-11-13 | 4. HORA: | Miercoles,12:30:00,14:30:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | FUTSAL | 6. Nº DE SESIÓN: | 49 |
| 7. LOCALIDAD: | Cuidad Bolivar | 8. Nº DE SEMANA: | 26 |
| 8. ZONA: | 6 | 9. CICLO: | 3 |
| **COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**<br>**MOTRIZ** | | | |
| DESARROLLO MOTOR :<br>Combina diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés. | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza. | CONDICIÓN FÍSICA :<br>hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria | LÚDICA MOTRIZ :<br>Asume sus posibilidades de expresión empática con los compañeros de grupo. |
| **EXPRESIVA CORPORAL** | | | |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>Fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Ejecuta los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Aplica estrategias para impedir situaciones de exclusión y discriminación a través de los valores respeto y excelencia | | | |
| **COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Manifiesta habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas. | | | |
| **TEMA :**<br>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.CONOCIMIENTOS GENERALES | | | |
| **SUBTEMAS :**<br>1. 1.Respeto , Trabajo en Equipo, Excelencia,Amistad 2. Desmarcación; manejo de la pared, Cambio de posiciones 2. Sistema de juego en ataque (posicional, transicion o de presión). 3.. Posiciones y caracterización de cada posición (portero, libero, laterales y pívot) 3. Zonas del campo (individual, zonal y mixta) 4. Cultura Deportiva: Reglamentación, Normatividad, Actividad Física, Recreación, Deporte, Tiempo Libre, Juego. | | | |
| **FASE** | **ACTIVIDADES** | **RECURSOS** | **TIEMPO (MIN)** |
| FASE INICIAL : (APERTURA) | Llamado a lista. Ejecución de actividad de la guía social en el centro del campo de juego se realiza un recorrido donde se inicia trotando frontalmente a la señal del silbato cabíamos de dirección bien sea adelante atrás o a los lados teniendo en cuenta q se va aumentando el ritmo, el docente resalta la importancia de Trabajar y explicar reglamento.. hacia el compañero y se dan normas para cumplir en clase | cancha de futbol sala, balones y conos | 40 minutos |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO) | Juego real 4x4 + P, a un toque. Pero tengo dos toques si el balón viene del rival, si viene del propio compañero después de haber sido jugado a un toque, o para finalizar. • El jugador está obligando a percibir antes de recibir el balón, teniendo el cuerpo orientado para dominar el campo visual y poder pasar a un toque si es necesario. Cuando el balón le está llegando, el jugador debe haber pensado qué hacer y tiene que tomar la mejor decisión a la mayor rapidez posible. | cancha de futbol sala, balones y conos | 60 minutos |
| FASE FINAL : (CIERRE) | Estiramiento de cada uno de los músculos 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, balones y conos | 20 minutos |

**OBSERVACIONES**
no se tiene observaciones para esta sesión de clase

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**