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,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	49
7. LOCALIDAD:	Cuidad Bolivar	8. Nº DE SEMANA:	26
8. ZONA:	6	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Combina diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza.	CONDICIÓN FÍSICA : "Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria "	LÚDICA MOTRIZ : Asume sus posibilidades de expresión empática con los compañeros de grupo.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : "Valora los cambios y desarrollo de las respuestas Fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. "			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Ejecuta los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Aplica estrategias para impedir situaciones de exclusión y discriminación a través de los valores respeto y excelencia			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Manifiesta habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.			
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.CONOCIMIENTOS GENERALES			
SUBTEMAS : 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 . Actividad de trabajo en equipo Juego de congelados: Dos niños/as se quedan y a los que tocan : Comienzan andar saltos con las piernas abiertas y brazos en cruz sin moverse. Estarán salvados cuando otro le pasa por debajo de las piernas .En circulo se realizan ejercicio de movilidad articular para aumentar la viscosidad en las articulaciones y predisponer el cuerpo para el inicio de actividad física. Mientras los alumnos reciben indicaciones el docente resalta la importancia del compañerismo en el grupo y se dan normas para cumplir en clase, 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, conos, balones	40 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Realizar trabajos de postura para adecuar al cuerpo en posiciones que ayuden en el terreno de juego estos en formas diversas y por parejas. Mediante ejercicios de flexibilidad mejorar la parte física del grupo ya que esta condición es fundamental trabajarla se pueden realizar flexión del tronco, rodillas y piernas.	cancha de futbol sala, conos, balones	60 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Encuentro Deportivo 5/5 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, conos, balones	20 minutos

OBSERVACIONES
no se tiene observación para esta sesión de clase

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO