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:	2020-02-21	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	Cuidad Bolivar	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Iniciar en clase ejercicios cómodos en los estudiantes que permitan dar una observación, para determinar parámetros de trabajo	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 : TEST FISICOS DE ENTRADA llamado a lista a los estudiantes pertenecientes al centro de interés, charla sobre la importancia del cuidado del cuerpo Calentamiento Y estiramiento.			
SUBTEMAS : TEST FISICOS DE ENTRADA			

FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	llamado a lista a los estudiantes pertenecientes al centro de interés, charla sobre la importancia del cuidado del cuerpo Calentamiento Y estiramiento.	balones, conos, cancha de futbol sala	40 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Explicación a los estudiantes de los test que se van a realizar, su importancia y su objetivo. se empieza con una explicación detallada de las pruebas que se van a desarrollar. 30m lanzados (tiempo, sg), Lanzamiento Balón (cm), Salto sin impulso (cm), LEGER (palier).	balones, conos, cancha de futbol sala	60 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Estiramiento retroalimentacion del trabajo realizado importancia y aspectos por mejorar	balones, conos, cancha de futbol sala	20 minutos

OBSERVACIONES
no se tiene observación para esta sesión de clase

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO