PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO LA MERCED (IED) (LA MERCED)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CHERYL LYNN CONTRERAS LARA**
3. FECHA:	2020-09-14	4. HORA:	Lunes,14:00:00,16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	2	9. CICLO:	1 ,2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : ID de reunión: 258 068 8966 Código de acceso: abc123	TÉCNICAS DEL CUERPO : DESARROLLA MOVIMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA CUMPLIR CON ESPECIFICACIONES DEL ESTIRAMIENTO PREVENTIVO INICIAL Y EL FINAL IDENTIFICANDO GRUPOS MUSCUARTICULARES AFECTADOS CON BASE EN ANÁLISIS DE MOVIMIENTO	CONDICIÓN FÍSICA : DEMUESTRA SU CONDICIÓN FÍSICA ACTUAL EN EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES PROPUESTAS	LÚDICA MOTRIZ : NA
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : IDENTIFICA EMOCIONES Y EXPRESA CORPORALMENTE SENSACIONES, SENTIMIENTOS Y MENSAJES			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : APLICA NORMAS DE SEGURIDAD PARA SU CUIDADO EN LA DISPOSICIÓN Y ORGANIZACIÓN DE SU ESPACIO DE CLASE EN SU HOGAR			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : SE ESFUERZA EN EL SEGUIMIENTO DE INSTRUCCIONES Y EN EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PROPUESTA			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : DEMUESTRA RESPETO E INCLUSIÓN A SUS COMPAÑERAS DE GRUPO			
TEMA : ASPECTOS FUNDAMENTALES PARA EL DESARROLLO DE LAS SESIONES VIRTUALES SINCRÓNICAS 2020 EN LA IED LA MERCED			
SUBTEMAS : FUNDAMENTACIÓN EN CALENTAMIENTO GENERAL, ESPECIFICO, ELONGACIÓN Y EJERCICIOS FLEXOELASTICOS. FUNDAMENTACIÓN EN BAILE DEPORTIVO.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	"SALUDO, VERIFICACIÓN DE ASISTENCIA Y ALISTAMIENTO, SOCIALIZACIÓN OBJETIVO DE LA SESIÓN, EXPLICACIÓN TEÓRICA DE FUNDAMENTOS DEL CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECIFICO, ADEMAS DE CONCEPTOS BÁSICOS PARA REALIZAR DE FORMA SEGURA Y ADECUADA LOS EJERCICIOS DE FLEXOELASTICIDAD / COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONAL Y CIUDADANA DEL RESPETO Y LA AMISTAD SE DESARROLLARAN TRANSVERSALMENTE DURANTE LA SESIÓN. "	INTERNET - DISPOSITIVOS - ELEMENTOS PARA TOMAR NOTAS DE CLASE *MARCADOR, CINTA DE ENMASCARAR, CINTA AISLANTE, CINTA DE COLORES O ALGÚN OTRO ELEMENTO PARA SEÑALIZAR PARTES DEL CUERPO HUMANO PROPIO	30
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	PRACTICA DE LO ENSEÑADO SOBRE EL CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECIFICO. EN DOS TIEMPOS: EL PRIMERO DIRIGIDO POR LA DOCENTE Y EL SEGUNDO FACILITANDO LA PARTICIPACIÓN CREATIVA Y PROPOSICIÓN DE VARIANTES O ADAPTACIONES POR PARTE DE LA ESTUDIANTE Y DEL GRUPO PARA VERIFICAR APROPIACIÓN DE CONCEPTOS. EN LA SEGUNDA PARTE SE EXPLICARAN Y ORIENTARAN BATERÍA DE EJERCICIOS ESTIMULANTES DE LA FLEXOELASTICIDAD TANTO EN INICIO Y FIN, COMO EN SESIONES PRÓXIMAS ESPECIFICAS AL DESARROLLO DE LA FLEXOELASTICIDAD.	ESPACIO FÍSICO ADECUADO / COLCHONETA o TAPETE o COBIJA / BUFANDA / HIDRATACIÓN / UNIFORME DE CLASE PARA PRÁCTICA FÍSICA / ELEMENTOS PARA TOMAR NOTAS DE CLASE	70

FASE FINAL : (CIERRE)	VUELTA A LA CALMA, EXPLICACIÓN TEÓRICA DEL CONCEPTO DE BAILE DEPORTIVO, ASIGNACIÓN DE CONSULTA LIBRE: OBSERVAR VÍDEOS DE BAILE DEPORTIVO EN SOLO Y EN TEAM. DESPEDIDA	ESPACIO FÍSICO ADECUADO /COLCHONETA o TAPETE o COBIJA /ELEMENTOS PARA TOMAR NOTAS DECLASE	20
OBSERVACIONES			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. LA MERCED			Nombre Instructor: CHERYL LYNN CONTRERAS LARA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-09-14	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Lunes,14:00:00,16:00:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1010844744	TOBARIA HERNANDEZ MARIANA	Asistio
1011216139	LAURA SOFIA RIOS	Asistio
1073702867	MARIA VICTORIA BOTERO	Asistio
1034668037	NICOLL DARIANA VERGARA	Asistio
1025327540	AMY SAMANTHA MEDINA	Asistio
1013132415	HELLEN VALENTINA CUCHIVAGUEN	Asistio
1034666916	MARIA ALEJANDRA MOLINA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO