PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO LA MERCED (IED) (LA MERCED)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CHERYL LYNN CONTRERAS LARA**
3. FECHA:	2020-09-29	4. HORA:	Martes,14:00:00,16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	2	9. CICLO:	2 ,3 ,4 ,5
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : REALIZA DIFERENCIACIÓN SEGMENTARIA, DISOCIACIÓN, BILATERALIDAD CON BASE EN EL RECONOCIMIENTO DE SU PROPIO CUERPO HUMANO AL RITMO DE SALSA ESTILO CALEÑO	TÉCNICAS DEL CUERPO : DESARROLLA MOVIMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA CUMPLIR CON ESPECIFICACIONES DEL ESTIRAMIENTO PREVENTIVO INICIAL Y EL FINAL	CONDICIÓN FÍSICA : ESTIMULA EL DESARROLLO DE SU CONDICIÓN FÍSICA ACTUAL A TRAVES DE ACTIVIDADES PROPUESTAS	LÚDICA MOTRIZ : A TRAVÉS DE EXPLORACIÓN ENCUENTRA POSIBILIDADES DE MOVIMIENTO
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : 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 USO DE PLATAFORMA PARA EL DESARROLLO ADECUADO DE LA CLASE			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : DEMUESTRA RESPETO E INCLUSIÓN A SUS COMPAÑERAS DE GRUPO			
TEMA : INTRODUCCIÓN A ELEMENTOS BÁSICOS DEL BAILE A PARTIR DEL RITMO DE SALSA CALEÑA			
SUBTEMAS : ENSEÑANZA DE ELEMENTOS BÁSICOS DE LA SALSA CALEÑA, ACTIVIDAD DE EXPLORACIÓN Y CREACIÓN DE SECUENCIAS DE BAILE BÁSICAS EN MODALIDAD SOLISTA.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	"SALUDO, VERIFICACIÓN DE ASISTENCIA Y ALISTAMIENTO DEL ESPACIO ADECUADO, SOCIALIZACIÓN DEL OBJETIVO DE LA SESIÓN, EXPLICACIÓN TEÓRICA DELOS PASOS BÁSICOS DE LA SALSA CALEÑA CON MANEJO DE CONTEO MUSICAL EN COMPAS, OCTAVAS Y MEDIO BLOQUE / COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONAL Y CIUDADANA DEL RESPETO Y LA AMISTAD SE DESARROLLARAN TRANSVERSALMENTE DURANTE LA SESIÓN. "	INTERNET - DISPOSITIVOS - ELEMENTOS PARA TOMAR NOTAS DE CLASE	20

FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	REALIZACIÓN DEL CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECIFICO. EN LA SEGUNDA PARTE SE EXPLICAN PASOS BASICOS DE SALSA CALEÑA CON INTRODUCCION DE BRAZOS ESTIMULANDO LA CAPACIDAD DE CORDINACION, DIFERENCIACION SEGMENTARIA Y DISOCIACION, DENTRO DE LOS CONCEPTOS DE SIMETRIA MUSICAL. SE INICIARÁ EL MONTAJE DE UNA COREOGRAFIA BÁSICA DE SALSA CALEÑA MODALIDAD SOLISTA QUE PERMITA AFIANZAR ESTOS CONCEPTOS Y SE LE SOLICITA A LAS ESTUDIANTES TRABAJAR EN PAREJAS OBSERVANDO A SU COMPAÑERAY AYUDANDOLE A MEJORAR SU EJECUCION A TRAVES DEL USO DEL CHAT PRIVADO ZOOM	ESPACIO FÍSICO ADECUADO /HIDRATACIÓN / UNIFORME DE CLASE PARAPRÁCTICA FÍSICA / ELEMENTOS PARATOMAR NOTAS DE CLASE	70
FASE FINAL : (CIERRE)	OBSERVACION DE ESTUDIANTES QUE DESEEN MOSTRAR SU AVANCE PARA RETROALIMENTAR Y MOTIVAR A LA PARTICIPACIÓN, SE INICIA VUELTA A LA CALMA, SE ENTREGA CANCIÓN DE ESTUDIO Y SE SOLICITA TERMINAR SU CREACIÓN COREOGRAFICA PARA EXPONERLA EN LA PRÓXIMA SESIÓN, SE REFUERZA LA IMPORTANCIA DE LOS VALORES DE LA AMISTAD Y EL RESPETO PARA CUMPLIR METAS COLECTIVAS Y SE DESPIDE LA CLASE	ESPACIO FÍSICO ADECUADO / COLCHONETA o TAPETE o COBIJA / ELEMENTOS PARA TOMAR NOTAS DE CLASE	30
OBSERVACIONES			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO