PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO LA MERCED (IED) (LA MERCED)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CHERYL LYNN CONTRERAS LARA**
3. FECHA:	2020-09-15	4. HORA:	Martes,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:	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-	TÉCNICAS DEL CUERPO : DESARROLLA MOVIMIENTO PROPIOCEPTIVO PARA CUMPLIR CON ESPECIFICACIONES DEL ESTIRAMIENTO PREVENTIVO INICIAL Y EL FINAL IDENTIFICANDO GRUPOS MÚSCULO-ARTICULARES 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 SINCRONICAS 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	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:	2020-09-15	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Martes,14:00:00,16:00:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1034297474	ISABELLA BETANCOURT	Asistio
1011100649	SARAH SOFIA POSSO	Asistio
1014666362	SARAH NAHOMI CAMACHO	Asistio
1034663718	EVELYN ANGELICA CELIS	Asistio
1022986169	AMY SARAY RODRIGUEZ	Asistio
1011103038	LAURA VANESA PINEDA	Asistio
1028493783	MARIANA GOMEZ	Asistio
1141116935	VALERIA DELGADO	Asistio
1013130371	MARIA ANTONIA RODRIGUEZ	Asistio
1013612139	MARIANA TORRES	Asistio
1146127918	MARIANA FLORES	Asistio
1034666147	NICOLE TOVAR	Asistio
1032453871	MARIA JOSE CAVIEDES	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO