PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO FRANCISCO PRIMERO S.S. (IED) (SEDE PRINCIPAL)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**NATALY ALEYDA SÁNCHEZ ZULUAGA**
3. FECHA:	2020-10-15	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Barrios Unidos	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Ciclo 3. Combina diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés. Ciclo 1. Desarrolla las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés	TÉCNICAS DEL CUERPO : Ciclo 1. Participó activamente en diferentes juegos de deportivos y competitivos individuales y grupales ajustados al centro de interés Ciclo 3. Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza	CONDICIÓN FÍSICA : Ciclo 1. Inicia el reconocimiento de los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica de actividad física y sus efectos en su condición física. Ciclo 3. "Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria	LÚDICA MOTRIZ : Ciclo 1. Practica diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés. Ciclo 3. Asume sus posibilidades de expresión empática con los compañeros de grupo
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Ciclo 3. "Valora los cambios y desarrollo de las respuestas Fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física " Ciclo 1. Manifiesta sus emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Ciclo 3. "Valora los cambios y desarrollo de las respuestas Fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física " Ciclo 1. Manifiesta sus emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Ciclo 3. Evidencia a través de las actividades planteadas el uso de mecanismos que promuevan la igualdad y el respeto por la diversidad Ciclo 1. Reconoce el sentimiento de otras personas cuando son excluidas o discriminadas			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Ciclo 1. Promueve mecanismos de apoyo para evitar la discriminación y exclusión en clase Ciclo 3. Integra habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva			
TEMA : Coordinación y lanzamiento.			
SUBTEMAS : Coordinación y lanzamiento.			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Activación corporal y aumento de temperatura, por medio de skiping bajo, con lateralidad, derecha, izquierda, adelante, atrás y estiramiento preventivo.	Pelota o balón	20
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Se realiza un trabajo de coordinación viso manual con balón y lanzamiento del mismo, se va aumentando la dificultad	Balón	80
FASE FINAL : (CIERRE)	Se regresa a la calma por medio de estiramientos suaves, para disminuir la frecuencia corporal	balón	20

OBSERVACIONES

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SEDE PRINCIPAL			Nombre Instructor: NATALY ALEYDA SÁNCHEZ ZULUAGA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-10-15	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Barrios Unidos	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031821315	MARIA JOSE SANCHEZ	Asistio
1021681634	JOSE YESID MOLANO	Asistio
1101176621	ANDERSON STIVEN BURGOS	Asistio
1032798730	SEBASTIAN SERPA	Asistio
1025065568	PAULA VALENTINA PATIÑO	Asistio
1145224687	HEIDY JACKELIN GOMEZ	Asistio
1023888547	INGRID DAYANA PEÑA	Asistio