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:	2020-11-09	4. HORA:	Lunes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BAILE DEPORTIVO	6. Nº DE SESIÓN:	25
7. LOCALIDAD:	Barrios Unidos	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	1	9. CICLO:	2
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 ritmo			
SUBTEMAS : ritmo rock and roll			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Calentamiento por medio de un estiramiento preventivo desde la cabeza, hombros, pecho, cadera, rodilla y tobillos. Realizamos cada ejercicio durante 10 segundos. No olviden hidratar y lavarse las manos.	Video y música	20
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Se realizan 4 pasos básicos de rock and roll para el final armar una secuencia con los mismos	Video y música	80
FASE FINAL : (CIERRE)	Estiramiento preventivo para evitar lesiones desde la cabeza hasta los pies.	Video	20

OBSERVACIONES

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SEDE PRINCIPAL			Nombre Instructor: NATALY ALEYDA SÁNCHEZ ZULUAGA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-11-09	5. Centro de Interes BAILE DEPORTIVO	8. Localidad: Barrios Unidos	
3. Hora:	Lunes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 25	9. Nº de Semana: 13	
4. Grupo:	BAILE DEPORTIVO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014247902	JUAN DAVID GONZALEZ	Asistio
1028721620	JOHN ESTEBAN CAICEDO	Asistio
99684886	NICOLAS ALEJANDRO SANGUINO	Asistio
1118372248	MARIA PAULA CUELLAR	Asistio
1491374090	KARLOTTA PINEDA	Asistio
1025546840	YENNIFER YULIET BELTRAN	Asistio