PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA CHUCUA (IED) (LA CHUCUA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO**
3. FECHA:	2020-10-22	4. HORA:	Jueves,13:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	56
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas	CONDICIÓN FÍSICA : Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	LÚDICA MOTRIZ : Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Reconoce situaciones de discriminación y diseña acciones para evitarla.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Reconoce que el temor y la rabia pueden afectar la participación y la armonía en la clase			
TEMA : cordinacion viso - manual y visopedica			
SUBTEMAS : cordinacion con objetos			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	- Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia - valor olímpico (respeto) - calentamiento - derecho a la recreacion y el deporte - retroalimentación - Elongación cefalocaudal	material que se encuentre en casa de los escolares	15 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	- actividad 1: el estudiante con un palo de recogedor realizara ejercicios de equilibrio y velocidad de reacción con sus respectivas variantes indicadas por el formador.. HIDRATACION actividad 2: pasa el balón por el medio de 2 conos (medias) realizando control y realiza el cambio 2 series. HIDRATACION - variantes: el formador con los ejercicios especificados anteriormente el va buscando diferentes alternativas de ejecución a medida que se ejecute la clase.	- balon - medias - ubicación del estudiante	35 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	- elongación muscular cefalocaudal - retroalimentación	ninguno	10 minutos

OBSERVACIONES

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA CHUCUA			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-10-22	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,13:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 56	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1011223001	VIOLETA CARDENAS	Asistio
1028893165	MARIA JOSE SANCHEZ	Asistio