PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JUAN LOZANO Y LOZANO (IED) (JUAN LOZANO Y LOZANO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Angel Andrés Triana Ramirez**
3. FECHA:	2020-10-14	4. HORA:	Miercoles,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	PORRAS	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	1	9. CICLO:	1 ,2 ,3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE MOTRIZ			
DESARROLLO MOTOR : se incrementa la capacidad coordinativa sensorio motriz	TÉCNICAS DEL CUERPO : Posturas abdominales e inversiones basica	CONDICIÓN FÍSICA : flexibilidad aeróbica.	LÚDICA MOTRIZ : Juego de SIMON DICE
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Actitud y carisma en movimientos básicos de brazos específicos, en combinaciones que producen bailes y habilidades de gimnasia . expresa la música de conteos con su cuerpo			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Prevención lesiones y conocimiento de su cuerpo			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS INTEGRADORA			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : De forma implícita se trabajan valores como el respeto, el compañerismo y el carácter			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES INTERPERSONAL			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : carisma frente sus compañeros			
TEMA : INICIACIÓN A GIMNASIA EN CASA			
SUBTEMAS : FORTALECIMIENTO FUERZA RESISTENCIA VELOCIDAD POTENCIA INVERSIONES ROLLOS			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	SE REALIZA ACTIVIDAD DE SIMÓN DICE PARA INICIAR Y LUEGO PROCEDEMOS A UN FORTALECIMIENTO ENFOCADO EN GIMNASIA BASICA	BOTELLA DE AGUA	40 MIN
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	DESARROLLO DE INVERSIONES Y POSTURAS DE CABEZA	Música por cuentas de 8	40 MIN
FASE FINAL : (CIERRE)	POSICIONES INVERTIDAS COMO ARCO Y ARCO DESDE ARRIBA BAJO SUPERVISIÓN.	ALMOHADA	40 MIN
OBSERVACIONES			

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JUAN LOZANO Y LOZANO			Nombre Instructor: Angel Andrés Triana Ramirez	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-10-14	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	PORRAS 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031816758	DANIELA ACOSTA	Asistio
1220213193	MARIANA ISABEL TUNAROZA	Asistio
1127627676	ELIANY SOFIA RAMIREZ	Asistio